

《习近平关于中国式现代化论述摘编》法文版出版发行

新华社北京5月4日电 中共中央党史和文献研究院翻译的《习近平关于中国式现代化论述摘编》一书法文版，近日由中央编译出版社出版，面向海内外发行。

《习近平关于中国式现代化论述摘编》由中共中央党史和文献研究院编辑，收录了习近平同志2012年11月至2023年10月期间围绕中国式现代化发表的一系列重要论述。该书法文版和此前出版的英文版，对于国外读者深刻理解中国式现代化的理论体系和实践要求，深入了解中国共产党团结带领中国人民成功走出的中国式现代化新道路、创造的人类文明新形态、展现的现代化新图景，增强国际社会携手同行现代化之路，实现和平发展、互利合作、共同繁荣的世界现代化的共同认识，具有重要意义。

全国农广校体系推动学好用好“千万工程”经验

新华社北京5月4日电（记者 郁琼源、黄辑铭）今年中央一号文件提出，要学习运用“千万工程”蕴含的发展理念、工作方法和推进机制，把推进乡村全面振兴作为新时代新征程“三农”工作的总抓手。

为推动“千万工程”好经验好做法入教材、入课堂，教育引导基层“三农”干部学习掌握“千万工程”经验的意义和精髓，中央农业广播电视学校（农业农村部农民科技教育培训中心）编写了《“千万工程”简明手册》，重点围绕推进“千万工程”宝贵经验的学习运用，通过57个问答，介绍了“千万工程”的起源发展，在乡村产业、乡村建设、乡村治理、城乡融合等方面的做法成效、经验启示、理念方法等内容。

《“千万工程”简明手册》学用工作座谈会近日在北京召开。会议总结交流各省区市农广校学习运用《“千万工程”简明手册》的经验做法，积极推动高素质农民和乡村人才队伍学好用好“千万工程”经验，助力乡村全面振兴。

中央农广校负责人在会上表示，《“千万工程”简明手册》是学习贯彻中央一号文件精神，学好用好“千万工程”经验的工具书。各地农广校要充分认识到使用该教材对学习贯彻中央一号文件精神具有的重大意义，认真落实农业农村部安排部署，将《“千万工程”简明手册》学习运用作为全年重点工作抓紧抓好。

这位负责人说，各级农广校要提高政治站位，切实将《“千万工程”简明手册》使用摆到应有高度，统筹推进《“千万工程”简明手册》进学校、进农场、进企业、进课堂，确保在学好用好“千万工程”经验、办好农民满意的教育培训工作中取得实效，以实际行动推进中央一号文件贯彻落实。

立夏后养生防病 须抵御湿热邪气

新华社北京5月4日电（记者 田晓航）5月5日迎来立夏，这是夏季的第一个节气。中医专家提示，立夏之后，气候特点以湿热为主，人若不能适应，感受湿热邪气，则易发病。

“立夏标志着自然万物由‘生’到‘长’的一个转折。”首都医科大学附属北京中医医院内分泌科副主任医师李景说，立夏之后，天地之气相交，气温开始升高，湿热之气渐盛，人体的阳气也逐渐旺盛，新陈代谢开始增强，毛孔开泄易感受邪气，因此需重点防范几类疾病。

李景说，立夏后易发皮肤疾病，如痱子、过敏性皮炎、汗斑、湿疹等。可通过勤洗澡、勤换洗衣物等保持皮肤清洁干爽，避免到蚊虫多的地方，还可佩戴芳香化湿的香囊，并适量服用药膳、代茶饮等，以达到祛湿清热的功效。

同时，夏日感受湿热邪气、暴饮暴食、食用不洁食物或过量食用冰品、海鲜等，容易发生泄泻。若有吐泻不止甚至乏力、脱水、意识不清等表现，需要尽快就医。三餐清淡有节制，减少寒凉食物摄入、适量喝姜汤等可更好避免泄泻发生。

中医主张“春夏养阳”。专家提示，夏季昼长夜短，可夜卧早起，顺应自然规律；饮食宜清淡，应减少冷饮、冰淇淋、凉菜、海鲜、肥肉等寒凉或滋腻之品摄入，以顾脾胃阳气；尽量三餐规律，餐后至少半小时后可适量运动帮助消化。此外，应及时补充水分，避免出汗过多损伤津液。

流星雨要来啦 专家科普流星颜色的奥秘

新华社南京5月4日电（记者 王珏琦、邱冰清）5月6日，有着哈雷彗星“血统”的宝瓶座η流星雨将迎来极大期，预计天顶每小时出现率可达50，届时不受月光影响，观赏条件较好。由于该流星雨辐射点所在的宝瓶座于黎明前升起，我国公众可在3日至7日的后半夜进行观测。

我们肉眼看到划过天际的流星，似乎都是白色的。但你知道吗，流星其实呈现多种不同的颜色。“当流星体快速闯入地球大气层时，与大气摩擦导致升温，一些元素在高温燃烧时发出特定波长的光，从而显示其特有的颜色。”中国科学院紫金山天文台科普主管王科超说，流星自身的化学成分是影响其颜色的重要因素。此外，当流星在穿过大气层时，路径上的大气氧、氮等也因受热而发出特定波长的光，为流星附加颜色。

流星中的钠发出橙黄色光，铁发出黄光，镁发出蓝绿色光，钙可能会增加紫色色调，而大气中的氮、氧会发出红光。举例来说，以色彩绚丽而闻名的英仙座流星雨，其中常出现明亮、快速的流星，除白色流星外，经常会出现绿色或偏红的彩色流星。宝瓶座η流星通常呈现蓝绿色，这是由于流星体中的镁燃烧所致。

流星的化学成分并非决定其颜色的唯一因素，进入地球大气层的速度也会影响它的颜色。王科超表示，速度越快的流星拥有越大的动能，会增强流星的颜色效果。速度快的流星在高空就会开始发光，到低空后颜色会变化。比如英仙座流星雨，先在稀薄的大气层高处发出绿光，到达大气层较低处时氧和氮占主导，导致流星末端呈红色。而速度慢的流星一般到低空才开始发光，颜色一般偏红。

虽然大多数时候肉眼无法分辨，但通过数码相机或者光谱拍摄，我们还是能够看出流星的颜色。光谱拍摄最简单的方式就是在镜头前插入一块棱镜，便可得到流星的光谱。

为中国式现代化挺膺担当

——习近平总书记的殷切寄语激励广大青年奋斗逐梦

在五四青年节到来之际，中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平代表党中央，向全国广大青年致以节日祝贺和诚挚问候。

总书记的殷切寄语令广大青年倍感振奋、深受鼓舞。大家表示，新征程上，要在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，胸怀理想、勇担重任，以青春之我、奋斗之我为强国建设、民族复兴伟业贡献青春力量。

习近平总书记指出：“新时代新征程上，全国各族青年听从党和人民的召唤，在科技创新、乡村振兴、绿色发展、社会服务、卫国戍边等各领域各方面勇当排头兵和生力军，展现出自信自强、刚健有为的精神风貌。党中央对广大青年充分信任、寄予厚望！”

“总书记肯定新时代青年在科技创新领域发挥重要作用，振奋了广大航天青年的心。”中国航天科技集团有限公司第一研究院“90后”总体设计师熊天赐说。

就在昨天，执行世界首次月球背面采样返回任务的嫦娥六号探测器由长征五号运载火箭托举升空。参与长征五号运载火箭总体设计工作的熊天赐所在的团队，35岁以下的青年比例达到60%以上。熊天赐说：“创新是总书记对航天青年一以贯之的嘱托。我们要勇于创新突破、攻关核心技术，争做航天事业发展的中坚力量，不断攀登航天科技新高峰。”

刚刚获得中国青年五四奖章的“85后”黄昌立，是广西崇左边境管理支队凭祥边境管理大队大队长，已经驻守在祖国南疆国门15个年头。

“总书记在寄语中提到卫国戍边的青年，强调党中央对广大青年充分信任、寄予厚望，让我更加坚定卫国戍边的信念和决心。”黄昌立深有感触地说，“人生过得有意义，就要把个人成长主动融入党和人民的事业之中。我们要立足本职岗位、守护大好河山，为边境的和谐与安宁发光发热。”

青春向党，青年向上。在云南省维西傈僳族自治县公证处工作的杨晓莉对寄语中“坚定不移跟党走”深有体会。2017年五四前夕，习近平总书记参加中国政法大学“不忘初心跟党走”主题团日活动，当时正在读大二的杨晓莉在现场聆听了总书记的谆谆教诲。“广大团员青年坚定跟党走，就是初心”，总书记当时的话语令她至今难忘。

“不忘这个初心，我回到家乡云南，扎根基层、服务群众，让青春的光彩在祖国需要的地方。”杨晓莉说。

习近平总书记希望广大青年“争做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年”，奋力书写为中国式现代化挺膺担当的青春篇章。

“总书记的寄语饱含对青年的殷切期望，让我感到肩上的责任重大。”北京林业大学“生态文明”博士生讲师团团长王旭浩说，要和团队一起开展理论宣讲、聚焦科技创新、践行环保公益，在绿色发展道路上展现青春风貌、彰显青春担当。

“五一”假期，正值出行高峰，在位于浙江衢州的沪昆高速公路常山服务区电动汽车充电站内，国网衢州供电公司青年突击队正在紧张忙碌着。

“通过组建技术攻坚团队，我们构建了充电桩的用电负荷增长模型，努力满足节日期间群众用电需求。”国网衢州供电公司青年突击队队员林子涵说，展现青春作为、彰显青春风采、贡献青春力量，这是总书记对青年的期许，我将牢记嘱托，在供电岗位上用心用情为用户服务，以实干担当书写青春华章。

为青年提供实实在在的帮助，将党的温暖和爱护送到青年心坎上，是坚持党管青年工作原则的重要体现，各级党组织都责无旁贷。

习近平总书记寄语中指出“关心青年成长，支持广大青年建功立业”，重庆市巴南区就业和人才中心主任朱清宇对此深有感触。

“帮助青年解决好毕业求职、创新创业等方面的操心事、烦心事，是当前青年工作的重大课题。”朱清宇说，下一步，巴南区就业和人才中心将把总书记的重要要求转化为做好高校毕业生就业创业工作的暖心举措，持续实施青年人才“青储计划”，搭建人才岗位信息共享渠道，为青年建功立业创造更加有利的条件。

“大学对青年成长成才发挥着重要作用。”天津大学未来技术学院副院长刘艳丽表示，落实好习近平总书记的重要指示，我们将秉持教育初心，健全以学生为中心的教师评聘、教学资源整合及学生评价制度，促进学生德智体美劳全面发展。

共青团是党的助手和后备军，是党的青年工作的重要力量。习近平总书记强调，共青团要肩负起新时代新征程党赋予的使命任务，传承弘扬优良传统，团结凝聚广大青年为党和人民事业不懈奋斗。

哈尔滨工业大学团委书记王维思表示：“今年是五四运动105周年，我们将继承和发扬五四精神，发挥思想政治教育主力军作用，搭好学生成长成才的大舞台、守好校园文化活力的根据地、架好学校与学生沟通的连心桥，汇聚青年学生的智慧力量。”

“作为央企团干部，我将对标对表习近平总书记的嘱托，在接下来的工作中，团结带领团员青年在重大工程、重大项目的建设中大显身手、艰苦奋斗，勇于担苦、担难、担重、担险，坚定扛起建设交通强国的央企青年使命。”中交集团中交路建团委书记胡焜说。

新华社记者（新华社北京5月4日电）

以奋斗姿态激扬青春

——五四青年节话青春

攻克精密加工这一汽车核心技术，他争分夺秒地研究新系统语言、新操作技术和新编程软件，带领平均年龄28岁的团队，经过几十次推倒重来，成功破解了数控铣床精细化加工的核心参数，为祖国突破技术“卡脖子”尽到心力。

梁嘉伟说，唯有主动吃苦、甘心奉献，唯有接受锤炼、脚踏实地，成长的步子才能又快又稳。

使命责任：让青春发出最强音

国家兴盛，青年有责。新时代的青年，既是逐梦人，也是圆梦人。

16年前，从北京中医药大学毕业的李黎回乡创业，遇上2010年临湘特大洪灾，投资三十多万元的菌棚被冲毁。他没有气馁，再次创业种植野菜。为打开销路，他一家一家跑客户，一年跑了上千家，打开了市场。目前，李黎的山野菜合作社已流转了1685亩土地，带动了周边3个村庄、281户农户和433名社员。他还发起“妈妈回家”返乡就业项目，邀请在外打工的父母亲们回家就业。

“我们发展了，更应该铭记时代赋予青年的使命。”李黎说。

青年是中国精神和中国力量的生命力所在。这份精神和力量，跳动在每一处最需要他们的地方——

在国网长春供电公司42米高的输电铁塔上，出生于1997年的输电检修工王玥负重20斤，一路攀爬至塔顶，进行线路检修和更换工作。

输电作业需要爬塔、高空作业，对作业者胆识、体力要求非常高。王玥克服常人难以想象的困难，成为公司首位从事该工作的女职工。

“责任所在，必定全力以赴！”王玥说，挺膺担当，是青年最有效的磨砺。 新华社记者（新华社北京5月4日电）

吃苦奉献：青年成长的阶梯

时代各有不同，青春一脉相承，奋斗是青春的底色。青年在成长中常常困惑，怎样选择，如何奋斗，才能抵达目标？在同行者的选择中，我们不难发现答案。

在四川省乐山市马边彝族自治县，说起彝族青年立克拔，人们纷纷夸赞。2015年，立克拔退出自己在成都经营良好的公司，回到老家雪峰村任村党支部书记，带领全村老少建好通村道路，实施电网、饮水、通讯改造工程，发展村集体经济。今年4月，33岁的他调任永红乡乡长。到任刚一个月，他就筹措资金，发动村组干部、村民代表等100多人投工投劳，昼夜赶工，修好了笋农进山采运竹笋的产业路。

当代中国青年生逢其时，施展才干的舞台无比广阔。说起回乡的初衷，立克拔说，之所以这样选择，是因为“时代给了彝乡儿女机遇，我愿用我的青春，实现彝乡振兴”。

选择吃苦，就是选择收获；选择奉献，便选择了高尚。作为第44届世界技能大赛信息网络布线项目冠军，“90后”梁嘉伟能够把两根比头发丝还要细的透明玻璃纤维熔接在一起。

在这个领域，达到这项技能，无疑是挑战极限。断纤容易扎进手里，一根手指受伤后，他就忍痛换一根手指继续，经过成千上万次的技术与训练，他创造出“十指熔纤法”，将光纤熔接准确率从99%提升到99.99%。



5月4日，人们在侵华日军第七三一部队罪证陈列馆门外排队等候参观（无人机照片）。“五一”假期，许多市民和游客来到位于黑龙江省哈尔滨市的侵华日军第七三一部队罪证陈列馆参观，在假期接受爱国主义教育。 新华社记者 张涛 摄

（上接第1版）

再铸辉煌

重点产业链发展势头迅猛的同时，也应看到，当前正处于全球产业链和创新链加速调整的关键时期，如何让每一户“链主”企业发挥自身的优势和特长，引领产业链向更高层次、更宽领域迈进，是发展新质生产力、推进新型工业化的必答题。对于锚定“建设国家先进制造业重要承载地”发展定位的太原来说，也不例外。

我市确立并推进“一高两先三特三新”重点产业链体系建设。在此过程中，坚持“强龙头、延链条、建集群”的工作思路，有效发挥政府主导、“链主”引领的联动效用，加速推进建链延链补链强链。我市完善工作机制，推动“链长制”实施，制定《太原市重点产业链企业遴选管理办法》《太原市重点产业链培育激励方案》《太原市重点产业链运行调度分析机制》等政策措施；强化部门合作，组织制定重点企业、重大项目、关键技术、资本市场、招商引资“五清单”，促进产业链与创新链、项目链、金融链深度融合。

今年，我市实施重点产业链高质量发展行动。围绕发展新质生产力布局产业链，聚焦“一高两先三特三新”产业链体系，一链一策、精准发力，持续提升产业链韧性和安全水平。具体来看，强化“链长”统筹作用，加快延链补链强链标志性项目建设，年内每条产业链实施产业基础再造工程项目3个以上，布局产业基础前沿领域创新项目3个等；强化“链主”引领作用，支持引导“链主”企业以利益共同体形式，年内分别招引延链项目3个、强链项目3个等。今年，链上重点企业数量全年增长40%以上，营业收入增长10%以上。

聚焦工业高质量发展“百千万”目标，我市将充分发挥政府主导、“链主”引领的联动效用，加速推进建链延链补链强链，鼓励各类要素向重点产业链聚集，强化产业链上下游配套，全面提升产业链发展水平，构建具有太原特色的现代产业体系。

百花齐放春满园。迎风起舞的太原“链主”企业，正把一户户企业串连成产值几何级倍增的产业链条，助力太原这座老工业基地在新型工业化之路上再创新辉煌。 记者 何宝国