

我国加速织就交通“经纬网”

交通,是经济发展的强劲引擎,也是联通万家的民生通途。

“十四五”期间,我国“6轴7廊8通道”国家综合立体交通网主骨架建成率超过90%,交通运输综合能力、服务品质、运行效率大幅提升,“人享其行、物畅其流”的美好愿景正在加快实现。

打通“大动脉”,畅通“微循环”。“十四五”规划临近收官,我国加速织就交通“经纬网”,以交通运输高质量发展服务中国式现代化。

提速骨干网络 助力经济社会发展

南国夏日,骄阳似火。广西平陆运河建设现场,货车穿梭,上千台机械设备发出轰鸣。这一西部陆海新通道的骨干工程,正进入建设冲刺阶段。

“平陆运河将为我国西南地区开辟一条由西江干流南下入海的江海联运大通道,我们有信心完成这项通江达海的重大交通工程。”平陆运河集团广西平陆运河建设有限公司党委书记、董事长程耀飞说。

以“大通道”贯通南北西东,以“大网络”澎湃经济活力。面对当前区域发展中存在的“堵点”“断点”,一项项重大交通工程跨越山河,打破时空距离的“桎梏”,成为经济社会发展的纽带——

跨江而起!长江上首座集高速公路、城际铁路、普通公路于一体的过江通道——常泰长江大桥即将通车,常

州与泰州的通行时间将缩短至约20分钟;

穿山越岭!世界最长高速公路隧道——天山胜利隧道即将建成,乌鲁木齐至库尔勒的通行时间将从7小时缩短至3小时左右,新疆南北疆的时空距离将被显著拉近;

联通多地!东北东部快速铁路通道的核心构成部分——沈佳高铁沈白段通车在即,沈阳至长白山时空距离压缩至约1.5小时,辽宁将实现“市市通高铁”……

“‘6轴7廊8通道’国家综合立体交通网主骨架已经基本贯通,连接了全国超过80%的县级行政区,服务全国90%左右的经济和人口总量。”交通运输部部长刘伟表示,下一步将继续谋划建设一批重大工程项目,更好服务保障国民经济循环和人民群众便捷出行。

加力民生保障 建设人民满意交通

一架架无人机有序起落,满载快递飞往深山——日前,河南省首条无人机邮路在安阳市太行山区实现常态化运营。

地处太行山深处,安阳林州市石板岩镇下辖的行政村分散于群山之中,传统运输需要绕行盘山公路,费时又费力。此次开通的无人机邮路每天1至2班定点飞行,覆盖11个行政村,4000多名村民告别了“物流上山难”的历史。

交通通达,通的是幸福生活,达的是民心梦想。人民交通为人民,就是要建设人民满意交通。

道路更好走了——我国3万多个乡镇、50多万个建制村已全部通硬化路,农村公路等级路比例达97.3%、优良中等路率达94.8%，“晴天一身土,雨天一身泥”成为历史;

保障更有力了——现在每天约有1亿人次乘坐轨道交通高效通勤、1亿人次乘坐公交穿梭街巷、1亿人次乘坐出租车和网约车“门到门”出行,三个“1亿人次”成为交通承载能力和韧性的生动体现;

运输更高效了——2024年,我国每天运送1.6亿吨货物、揽收4.78亿件快递;铁路、水路货物周转量分别比“十三五”末增加17.5%和33.6%,货物的高效流动彰显了我国经济发展活力……

我国是交通大国,但各地还存在交通发展不均衡不充分的问题,大城市发展较好、农村地区 and 欠发达地区发展相对落后的情况仍然存在。

组织实施新一轮农村公路提升行动、持续优化交通服务供给、降本提质增效提升运输效能……更多惠及民生的部署举措正持续推进,为不断增强人民群众获得感、幸福感、安全感提供坚实的交通支撑。

深入开放合作 提升互联互通水平

8月5日13时许,云南磨憨铁路口岸

岸人流如织,搭乘中老铁路D87次列车前往老挝的旅客正排队等候通关。

正值暑运,“跨境游”热度持续攀升的中老铁路,不仅极大便利了两国的交通往来,更成为推动区域旅游合作的新引擎。磨憨边检站执勤四队负责人孟涛介绍,今年前7个月,磨憨铁路口岸共计验放出入境旅客14.6万人次,同比增长10%。

现代交通网络四通八达,推动经济融通、人文交流,使世界成为紧密相连的“地球村”。

中俄黑河公路桥、秘鲁钱凯港等重大项目建成投运;中欧班列累计开行超过11万列,西部陆海新通道海铁联运班列年度开行近万列,中欧跨里海直达快运正式开通……一条条路、一座座桥、一个个港,成为新时代的驼铃帆影、大道驿站。

建立中国—中亚交通部长会议、中国—拉共体交通合作论坛等区域合作新机制;实施全球可持续交通人文交流高级研修项目……纵使国际局势波谲云诡,开放合作的脚步从未停下,我国交通国际合作的“朋友圈”越来越大。

一通惠天下,万里尚为邻。

刘伟表示,锚定加快建设交通强国战略目标,将全力做好“十四五”收官和“十五五”规划编制工作,加快推进交通运输一体化融合、安全化提升、智慧化升级、绿色化转型,为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业提供坚强有力的交通运输保障。

新华社北京8月6日电

立秋养生贵在“收”

新华社北京8月6日电(记者田晓航、唐紫宸)7日将迎来秋季的第一个节气立秋。中医专家介绍,立秋后阳气渐收、阴气渐长,人们需遵从秋季的养生方法,养阴润燥,收敛神气,其核心在于一个“收”字。

“立秋有三候,一候凉风至,二候白露降,三候寒蝉鸣。”中国中医科学院广安门医院呼吸科主任李光熙说,秋风主肃杀,万物于此时开始凋零,人体也随着自然气候变化,阳气开始内收下藏,腠理变得紧实,毛孔逐渐关闭以防外邪,若未能顺应时节调摄,则易感受外邪;随着昼夜温差增大,空气湿度下降,人体容易出现气道干痒欲咳的感觉,呼吸系统疾病亦开始进入高发期,慢性呼吸系统疾病患者更容易在这个季节病情加重。

针对立秋时节的特点,人们应当如何从情志、运动、饮食等方面调养?

李光熙介绍,中医认为,秋应于肺,而悲忧最易伤肺,因此,秋天切不可悲伤忧思,应保持精神上的安宁,不急不躁,可听舒缓音乐,经常练习缓慢有节律的呼吸方法。秋季气温适宜,可在跑步、打球等“动功”基础上配合八段锦、站桩等“静功”,动则强身,静则养神,动静结合可达心身康泰之功效。

“‘辛主散’,过食辛散之品易损肺气、伤津液,因此入秋应尽量少饮酒。”李光熙说,立秋时节也不宜过多摄入葱、姜、蒜、韭菜、辣椒等辛辣食物。

“立秋后燥气当令,肺易为燥邪所伤,可食用梨、莲藕、百合等性味甘凉食物补充津液。”宁夏医科大学中医学院教授郭斌说,此时湿气未退,脾虚者易生内湿,可食用薏米、山药、赤小豆等健脾祛湿;“贴秋膘”应先清后补,且平补为要,护脾为本,可食用陈皮、山楂助消化,以防滋腻伤胃。

专家提示,立秋过后,暑伏之气仍未散尽,但如若贪此秋凉,则常易咳嗽不止。人体的五脏腧穴皆会于背,入秋后要特别注意后背暖护以防病。除了三伏贴以外,采用中医温透外治技术外敷背部腧穴以温肺止咳、化痰行气通络,对于慢性咳嗽、慢性支气管炎、慢性阻塞性肺疾病、肺结节等也有很好的治疗作用。



一辆列车驶向转体完成的斜拉桥(8月6日摄,无人机照片)。

当日,在山东德州,由中国铁建投资集团投资建设、中铁十四局集团承建的德州至上饶高速公路(简称“德上高速”)临清连接线跨京九铁路斜拉桥实现精准转体对接。该桥采用不对称矮塔斜拉结构,重达23500吨。

德上高速是山东省高速公路网的核心组成部分,建成后,山东省综合交通运输体系及高速公路网布局将得到优化。

新华社 发

对城镇供水供电供气公用企业计量行为 市场监管总局拟出台新规

新华社北京8月6日电(记者赵文君)记者6日从市场监管总局获悉,近日市场监管总局发布《城镇供水供电供气公用企业计量行为合规指南(征求意见稿)》,面向社会公开征求意见,意见反馈截止日期为9月3日。

据介绍,指南是对计量法及水电气行业相关法律法规、强制性国家标准、计量技术规范中公用企业计量行为合规要求的系统整合,分为总则、计量行为合规要求、附则三部分,共

七章24条。

指南涵盖了城镇范围内从事供水供电供气服务的公用企业,将“计量器具”限定为用于贸易结算的城镇居民水电气用量测量的民用水电气表,要求公用企业健全计量管理制度,强化计量器具全流程管理,确保计量器具从采购到报废全流程可追溯,强调计量数据归集与监测,鼓励与相关部门监管平台实现数据对接。

考虑到对乡村供水供电供

气的公用企业在计量管理方面与城镇具有一定的相似性,指南提出对乡村供水供电供气的公用企业的计量活动可参照指南实施。

市场监管总局将根据社会公开征求意见反馈情况完善指南内容,尽快出台实施,为供水供电供气公用企业计量行为提供清晰指引,助力解决群众身边的水电气表计量问题,切实维护消费者合法权益和社会公共利益。