

聚焦民生痛点 解决急难愁盼

新华社记者 刘阳 魏玉坤

距离“十四五”规划收官还有几个月时间。要抓的工作千头万绪，解决群众急难愁盼是重点之一。群众满意了，“十四五”经济社会发展的“民心尺”也就把稳了。

中国式现代化，民生为大。“十四五”规划纲要提出7项民生指标，在20项主要指标中占比超过三分之一。“十四五”期间，我国推出一批有力度有温度、可感可及的政策措施回应民生之盼：每年城镇新增就业稳定在1200万人以上，全国跨省异地就医直接结算惠及5.6亿人次，在300多个地级市和人口大县建设了托育综合服务中心……

同时也要看到，与人民日益增长的美好生活需要相比，民生工作还存在短板和薄弱环节，群众在教育、医疗、养老等方面还有不少亟待解决的急难愁盼。打好“十四五”收官战，各地各部门应该奔着问题去、盯着问题改，切实将好政策落到老百姓的心坎上。

解决群众急难愁盼，须把“人民至上”理念转化为务实行动。加快补齐基本公共服务短板，缓解结构性就业矛盾，拓展居民收入增长渠道……“十四五”规划纲要中的这些民生目标，既是当前决胜收官的“考点”，也是“十五五”时期深耕细作的重点。各地各部门要

继续把造福人民作为根本价值取向，在发展中保障和改善民生，尤其要在求真务实上下更大功夫，坚决防止不负责、不作为，坚决反对不担当、乱作为。

解决群众急难愁盼，要把问题导向贯穿始终。“十四五”规划纲要提出，加强普惠性、基础性、兜底性民生建设。这些既是群众呼声，也是难啃的“硬骨头”。临近收官，必须从问题导向入手，站稳人民立场，坚持问需于民、问计于民。要注重从就业、增收、入学、就医、住房、托幼养老等群众关切中，找准找实群众反映强烈的问题，把惠民生的事办实、暖民心的事办细、顺民意

的事办好。

解决群众急难愁盼，要同题共答、形成合力。老百姓的事多是家长里短，多是柴米油盐，诉求涉及方方面面。做好民生工作，贵在“勿以善小而不为”，难在“拧成一股绳、铆足一股劲”。各方要紧盯“小切口”，坚持“缺什么、补什么”，该马上办的事不拖，该持续攻坚的事不躲，以实实在在、真真切切的行动，协力把“问题清单”转化为“满意清单”。

民生工程就是民心工程。以实绩实效解民忧、惠民生、暖民心，不断把人民对美好生活的向往变为现实，我们定能实现“十四五”圆满收官。

追捧“养生水”当心适得其反

钟颐

薏米水、黄芪水、红枣枸杞水……是不是听上去就很养生？

没错，部分商家打的正是养生牌。记者调查发现，正值夏日酷暑，“养生水”成为了货架的新宠，然而一些品牌在产品功效的宣传上玩起了文字游戏，强调所谓“药食同源”“超级食物”等概念，暗示产品具有减肥、养生等功效。

从中药餐饮逐渐“火出圈”，到八段锦等传统保健方式盛行，年轻人的中式养生理念正在“血脉觉醒”。随着生活节奏变快，工作压力增加，在不少人看来，这似乎构成了一个悖论：一边是迫切需要养生，一边又是没有时间来养生，省时便捷的“轻养生”便成为了健康平替，“养生水”甚至被称为“打工续命水”。

市场的爆发式增长印证了这一点。某外卖平台公布的数据显示，今年6月以来，陈皮水、姜枣茶、金银花茶等饮料订单量有近60%的增长，薏

米水订单量增速更是超过了100%。机构研报显示，2024年养生水行业规模为30亿元，预计2028年有望突破100亿元。面对名目繁多的中式养生水，有人不禁调侃说，“都快凑齐一本《本草纲目》了。”

但市场规模越大，就越需要规范管理。从概念上看，《广告法》明确规定，普通食品不得明示或暗示具有预防、治疗疾病的功能，“养生水”本质上不过是一种新型饮料，要警惕擦边球式宣传；从实际功效来看，药食原料理论上具有养生作用，可一瓶养生水就那点有效成分，恐怕不太指望能达到预期，若是为了追求作用而过度饮用，搞不好还会摄入不少代糖和添加剂，增加心脏和肾脏的负担，这更像是一个真正的悖论；从供给端来看，目前该赛道入局者众多，同质化竞争严重，且缺乏行业标准，前不久某知名饮料品牌董事长还直言，“目前还没有能够真正生产中式养生水的企

业”，监管部门是得有所行动了。

对消费者而言，他们未必意识不到营销噱头的存在。有的人只当它是“次优选”，哪怕吹得有点过，那也不是不能接受，至少比奶茶要健康吧；有的人热衷为“养生水”买单，买的就是“养生”这两个字的情绪价值，俗称“安慰剂”。毕竟，如果真想养生，其实白开水就很不错，可问题是，它太唾手可得了，反倒体现不出“补”的努力，不足以减轻“耗”的负罪感。从这个意义上看，“养生水”和啤酒里的枸杞，可乐里的党参，熬得最狠的那一夜里涂的最贵的眼霜，并无根本上的区别。

真正的养生，须从“正心”开始。健康没有什么“多快好省”，也不是“一正一负便可抵消”，还得弄清楚什么是“主食”，什么是“辅餐”，舍本逐末的事少做为妙。世界卫生组织提出的健康四大基石——合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡，能不能做到，那就各凭自律了。 来源：新华网

安全冗余不多余

陈立民

前段时间，受台风影响，江苏大部分地区迎来较强风雨天气。迎战台风，各单位迅速响应，按照预案做好防风宣传、隐患排查、船舶撤离、应急准备等工作。

近段时间，不少地方的天气都呈现出两个关键词，一是“干旱”，二是“暴雨”。两种迥异的状态，恰恰指向同一现象：极端天气。在世界经济论坛发布的《2025年全球风险报告》中，极端天气被列为全球面临的五大风险之一。充分认识极端天气的不确定性，在防范应对时多些“安全冗余”，才能更好守护人民生命财产安全。

所谓“安全冗余”，就是当一道防线失效时，冗余的备份能及时补位，将风险控制的最小范围。“安全冗余”一旦缺失，可能会酿成悲剧。应对极端状况，冗余不是“多余”，而是“必需”。

为何“安全冗余”会被轻视？一方面，成本与收益存在“时空错位”。“安全冗余”的建设需要大量前期投入，但收益往往体现在“未发生的故事”中，这种“看不见的回报”易被忽视。修治根系腐烂的行道树，改造被岁月侵蚀的老旧管道，短期看似无用，却能减少未知的风险。另一方面，侥幸心理与麻痹思想作祟。制度执行不严、巡检流于形式、演练走个过场……认为“极端的事情不会发生在我身上”，这样的省事与侥幸，容易埋下隐患。

中央城市工作会议提出，“着力建设安全可靠的韧性城市。”提升城市韧性，有必要在“安全冗余”上下功夫。现实中，由于人力有限与时间紧急等，工作很难面面俱到。如何减少漏洞？靠的是平时深耕细节、强化过程管控、前置风险预判。在规划层面，不能只着眼于当下需求，更要为未来可能出现的极端情况未雨绸缪。公众亦需增强风险意识。通过科普等手段提升个人防护能力，这同样是一种必要的“冗余”。

每一次极端天气都是对城市韧性的大考。备足“安全冗余”，才能在与极端天气的较量中，守护好我们的家园。 来源：人民日报

（上接五版）民之所好好之，民之所恶恶之。在海东市平安区的村庄里，“户分类、村收集、镇转运、区处理”的垃圾治理链条高效运转，曾经是杂物乱堆、柴草横陈，如今已是院落齐整、村巷洁净；在西宁市南北山上，三十载接续植绿，将7.2%森林覆盖率的荒山秃岭化作79%的林海屏障，市民推窗见绿，满眼欢喜。推动城乡人居环境明显改善是广大人民群众殷切期盼，还天以蓝、还山以绿、还水以清，让青海大地再现山清水秀、天蓝地绿、景美人和大美画卷。

生态向好，环境向美，沃土迸发新的生机与活力。在海西蒙古族藏族自治州德令哈市尕斯库勒镇，两千公顷的油葵花海，不仅吸引游客，还能榨出油和蜜，完整的“种植—观光—加工”产业链让农民增收致富；在西宁市湟中区苏尔吉村，农业生产从高耗水模式转型为高效节水模式，一亩地年收入从六七百元提高至两三千。干净的河流能养出好鱼，

健康的草场能育肥牛羊，无污染的环境能种出优质作物，乡村振兴的路子稳不稳，农牧民的腰包鼓没鼓，关键在生态资源转化的功夫下得深不深，良好生态成为了乡村振兴的支撑点。

枝叶关情，念兹在兹。更好满足人民日益增长的美好生活需要与优美生态环境需要，绿色福祉照进现实。

6

“我们既要绿水青山，也要金山银山。宁要绿水青山，不要金山银山，而且绿水青山就是金山银山。”真理的强音，产生时代的回响。

以历史创造推动历史前进，“两山”理念举旗领航，为生态文明建设带来一场广泛而深远的变革，深刻改变了青海，重塑了美丽中国。

今天的青海，更多的绿意在脚下延伸，在不断深化对“两山”理念的认识中，把握生态、经济、社会三者之间的唇齿相依，实现经济制度、生产方式与生态系统的深度融合，

以自身创造性丰富拓展了“两山”理念的实践支撑。

新时期新节点，面对全球生态危机加剧和经济“压力测试”，时代依然在追问，我们需要什么样的发展？未来的道路应该怎么走？

生态问题，考验的是历史的眼光。“先污染后治理”的老路没有前途，只会得不偿失，尤其对于生态地位具有国家战略性和全球影响力的青海，不能吃祖宗饭、断子孙路！

时间给出答案，绿色昭示未来。让绿水青山不断变成金山银山，在人与自然和谐共生中，奋力谱写中国式现代化青海篇章，为子孙后代创造富足生活与永续美好家园。

雄关漫道，从头迈越。站在“两山”理念提出二十周年的新起点上，我们以坚定的历史自信，懂感恩、有情怀、重实干，跋山涉水不改一往无前，山高路远但见风光无限！

（本文执笔：秦睿）

来源：青海日报