

## 强堡垒筑根基 奋进“十五五”

丁玲

党的二十届四中全会精神犹如强劲东风，为推进中国式现代化青海篇章提供了根本遵循，注入了澎湃动能。站在“十五五”规划谋篇布局的关键节点，全省上下须深刻领会、全面贯彻全会部署，将宏伟蓝图细化为施工图、转化为实景图，奋力谱写经济繁荣、生态良好、民族团结、人民幸福、政治清明的崭新篇章。

筑牢生态屏障，守护“中华水塔”彰显使命担当。生态是青海最宝贵的资源、最厚重的底色。从三江源国家公园生态持续向好，到祁连山、青海湖等重点区域修复成效显著；从冰川雪山得到系统性守护，到生物多样性显著恢复，青海以坚实行动印证了“生态保护优

先”的科学路径。面向“十五五”，青海生态建设责任更加重大。必须坚持和加强党的全面领导，将党的政治优势、组织优势转化为生态治理效能。要锚定建设生态文明高地的目标，持续推进三江源、祁连山、青海湖等重点区域生态修复，筑牢生态安全屏障，探索生态产品价值实现机制，让绿水青山永远成为青海的优势和骄傲。

培育新质生产力，走稳高质量发展必由之路。高质量发展是青海面向未来的必然选择。青海必须紧扣“国家所需、青海所能”，将创新作为核心动力，将产业升级作为主攻方向。各级党组织要充分发挥战斗堡垒作用，当好“红

色引擎”。要围绕盐湖资源综合利用、清洁能源规模化发展、高原生物医药研发、数字经济赋能等重点领域，组织攻坚力量，突破关键技术瓶颈。要优化营商环境，搭建政企协同平台，促进创新要素高效集聚。要大力弘扬实干精神，力戒形式主义，推动各项任务落地见效。要把因地制宜发展新质生产力摆在更加突出位置，将“生态高颜值”与“发展高质量”深度融合，不搞“花架子”、不做“表面文章”，持续推动清洁能源、盐湖化工、特色农牧等产业向高端化、绿色化、智能化转型，让更多“青海特色”技术成果落地见效。

聚力民生改善，提升各族群众幸福

生活品质。让各族人民过上更加幸福美好的生活，是一切工作的出发点和落脚点。在青海，从牧区定居点条件改善、交通网络延伸覆盖，到远程医疗普及、就业渠道拓宽；从传统技艺传承焕新，到生态管护等新岗位创造，党建引领下的民生工作不断取得新成效。迈向“十五五”，更要坚持以人民为中心的发展思想，聚焦群众急难愁盼，在就业、教育、医疗、养老、住房等领域持续用力，把好事做实、实事做好。要推动政策红利直达基层、惠及百姓，不断巩固民族团结进步成果，让发展实绩更有温度，让民生答卷更有厚度。

来源：青海日报

## 科学搭配

近年来，低GI成为健康饮食领域的热门标签，从面包饮料到饼干谷物，商家纷纷以此吸引消费者。GI，即血糖生成指数，是衡量食物摄入后引起血糖升高速度和程度的指标。

专家认为，GI值虽重要，但不能因为过度关注单一标签，而忽略了食品的整体营养构成，健康饮食的核心更在于“均衡适量”。

新华社发 勾建山作



## 带头绷紧“法治弦”

张璁

法律的权威在于实施。全链条构建国家工作人员学法用法制度，人民群众看在眼里、记在心上，也会在行动中效仿

将法律知识纳入国家工作人员录用考试内容，将法治教育纳入国家工作人员教育培训规划、计划，领导干部学法用法情况应当按照规定列入年度述职内容……不久前正式施行的法治宣传教育法，将法治教育纳入干部教育体系，并就“国家工作人员法治宣传教育”作出专章规定，推动国家工作人员带头尊法学法守法用法。

“关键少数”是法治宣传教育的重点对象。习近平总书记指出：“各级领导干部在推进依法治国方面肩负着重要责任，全面依法治国必须抓住领导干部这个‘关键少数’。”

就拿营商环境来说，一个尊崇法治的政府能给经营主体吃下“定心丸”。上海通过“检查码”让行政执法“阳光化”；广东深圳对公职人员在履行职务、社会交往、直系亲属从业等10个方面的行为划出“警戒线”；浙江

杭州精简企业办事流程，有企业家感慨“没吃过一顿饭，没喝过一顿酒，没送过一根烟”……规规矩矩的办事流程、明明白白的权利义务，就是企业放心做业务、安心谋发展的底气。领导干部善于运用法治思维和法治方式推进工作，对优化营商环境至关重要。

权由法定、权依法使，这是基本的法治观念。提升公职人员的法治素养，必须从其踏入干部队伍的那一天起就开始抓，使其心中高悬法律的明镜，手中紧握法律的戒尺，知晓为官做事的尺度。真正把权力运行的规矩立起来、讲起来、守起来，严格做到法定职责必须为、法无授权不可为，才能有效减少权力滥用、以权谋私等违法违规行为的出现。

法律的权威在于实施。法律落地见效，很大程度上有赖于公职人员把对法治的尊崇、对法律的敬畏转化为思维方式和行为方式。近年来，各地通过述法机制，压紧压实党政主要负责人履行推进法治建设第一责任人职责。一些“一把手”在现场述法后感慨，面对面晒成绩单、立军令状，

在红脸出汗中绷紧了“法治弦”。以法治教育护航法律实施，经济社会发展就能获得更有力的法治支撑。

公职人员特别是“关键少数”带头尊法学法守法用法，不仅直接关系治理的法治化水平，更会对社会产生积极的引导示范作用。过去在行政诉讼的法庭上，一度出现“告官不见官”的尴尬局面。如今，各地通过强化行政机关负责人出庭应诉，倒逼行政机关依法行政。加强法治教育，既能教育领导干部敬畏法律，也能用树标杆的方式引导群众信仰法治。从录用考试、日常学法、年度述职、监督等各个环节，全链条构建国家工作人员学法用法制度，人民群众看在眼里、记在心上，也会在行动中效仿。

法治兴则国家兴。尊法学法守法用法，绝非一时一事的要求，而须终身践行。广大公职人员将法治精神内化于心、筑牢思想堤坝，外化于行、严格依法行政，必能持续优化法治化的营商环境、涵养风清气正的政生态，托举起一个充满活力又安定有序法治中国。来源：人民日报

眼下，动画电影《疯狂动物城2》热度不减。据统计，截至12月9日，其国内票房已突破30亿元。回顾2025年，动画电影表现亮眼，已成为一个值得深入探讨的文化现象。从年初的《哪吒之魔童闹海》，到年中的《浪浪山小妖怪》《罗小黑战记2》，再到年末的《疯狂动物城2》，多部高质量作品掀起观影热潮并引发持续讨论，展现了动画电影的强大号召力和影响力。

中国电影家协会近期发布的报告显示，今年前11个月，动画片贡献了近45%的国内票房，远超2021年的6.2%。放眼全球，电影市场呈现出相同的态势：今年前11个月，动画电影对全球票房的贡献度高达约24%，相较于2022年的5.6%大幅攀升。

动画电影缘何如此火爆？

这与相较于真人电影，动画电影具有的独特媒介优势有关。数字技术的助力让其可以突破现实局限，打造视觉奇观；它还能灵活融合多种艺术风格与手法，如水墨画、手绘等，让作品拥有独特的表达；而且动画角色往往形象鲜明，极具辨识度，易于引发观众的情绪共鸣。当然，这些媒介特性并非动画电影火爆的必然原因。更深层的原因还在于，优质动画电影对故事本身给予足够的专注与尊重。

复盘那些优质动画电影，扎实的叙事手法与深刻的主题共鸣是其鲜明的特征。《哪吒之魔童闹海》对命运自主的书写、《浪浪山小妖怪》对平凡个体的温情注视、《疯狂动物城2》对社会偏见与理想主义的精巧寓言……在好故事面前，年龄的界限变得模糊，审美壁垒得以消融，不同人群可以在同一部电影中找到各自的乐趣，电影成为人们共同的讨论空间。

在复杂的现实中，动画电影还为观众提供了一个难得的“情感避风港”，既使人获得思想的激荡、精神的慰藉和情绪的宣泄，又不至于被过度的焦虑与不安所影响。

2025年适逢中国电影诞生120周年、世界电影诞生130周年，眼下动画电影的热潮因此被赋予了一层特殊的意味。读懂这股热潮背后的启示，坚持内容为王的理念，依托全球最具潜力的消费市场，我国电影必将迸发出更加蓬勃的生机。电影这门“造梦的艺术”也必将开拓出更广阔的天地。来源：光明日报

## 动画电影缘何火爆

莫洁