

2023年“我们的中国梦——文化进万家”活动启动

本报北京1月1日电（记者张贺）由中央宣传部、中央文明办、文化和旅游部、国家广播电视总局、中央广播电视总台、中国文联联合主办的2023年“我们的中国梦——文化进万家”活动1月1日正式启动。

活动紧紧围绕学习宣传贯彻党的二十大精神的主题，以走进万家、服务百姓为宗旨，坚持以人民为中心的工作导向，动员和组织开展形式多样、内容丰富、线上线下相结合的文化活动，满足基层群众文化需求，丰富人民群众文化生活，凝聚奋进新时代新征程的强大精神力量。

为统筹做好疫情防控和文化惠民工作，2023年文化进万家活动更加注重实际、注重实效、注重创新。中央、省、市各级宣传文化单位引导广大文艺工作者开展面向基层的文艺演出、文艺培训，开展高效优质的文化服务等。充分调动各级各类媒体平台创新开展线上文化活

动和服务，在元旦春节期间集中开展线上展播展示活动，提供基层群众可看、可听、可读、可学、可用的文化文艺资源。“学习强国”学习平台、中国精神文明网开设“我们的中国梦——文化进万家”活动专题，进行集中展示，开设互动平台；各级各类新闻网站平台、县级融媒体中心开设专题专栏、积极转载推送；中央广播电视总台开设专题栏目，各省级广播电视台以多种形式，择优展播文化进万家活动各类资源；各地充分发挥户外大屏、村级应急广播大喇叭等贴近群众、直通基层优势，灵活展播展示文化进万家活动丰富资源。聚焦传统节日和国家重要节庆日提供文化服务，围绕春节、元宵、清明、端午、七夕、中秋、重阳等传统节日和国家重要庆典、纪念日，组织开展“文化进万家——视频直播家乡年”等富有时代气息、体现节日文化内涵、具有鲜明价值导向的品牌活动，彰显爱党、爱

国、爱家情怀。

据介绍，有条件的地区将因地制宜开展线下活动。中央、省、市各级宣传文化单位组织人员精干、水平精湛的文艺小分队、文化工作队，赴县及县以下村镇社区、学校军营、工矿企业等演出节目、放映电影、送图书报刊，开展培训、讲座、结对辅导等。依托各类基层文化阵地开展惠民文化服务项目，充分发挥新时代文明实践中心（所、站）的作用，通过流动服务、联网服务、志愿服务等各种方式举办展览、文化普及、阅读活动等。组织基层文艺院团、农村电影放映队、非遗传承人（团体）等举办文化活动、项目展示，广泛开展地方戏曲、舞蹈曲艺演出，民间技艺、民俗艺术展示，游艺联欢、书法、美术、摄影创作，以及“村晚”、花灯会、赛歌会、票友会、秧歌会、广场舞、舞龙舞狮等群众广泛参与的文化活动。

2023年文化进万家活动将创新活

在落实中央经济工作会议精神的过程中，如何聚焦科技自立自强、为高质量发展提供更有有力支撑？记者采访了科技部党组书记、部长王志刚。

前瞻性谋划、整体性推进，加快实现科技自立自强

记者：中央经济工作会议提出，科技政策要聚焦自立自强。对此，科技部有何具体安排？

王志刚：中央经济工作会议将科技政策与财政政策、货币政策、产业政策、社会政策作为支撑高质量发展的“五大政策”，科技创新在高质量发展中的位势和作用更加突出，科技自立自强的重要性和紧迫性更加凸显。

科技部研究制定了2023年党组一号文件，指导全国科技管理系统，加强前瞻性谋划、整体性推进。

一是完善新型举国体制，强化关键核心技术攻关，布局实施一批国家重大科技项目，提升产业链供应链韧性和安全水平。二是强化国家战略科技力量。加快建设国家实验室，重组全国重点实验室，建立中国特色国家实验室体系，强化高校和科研院所所有组织科研。推动创新要素跨区域自由流动。

三是提升基础研究原创能力。实施基础研究十年规划，统筹部署需求导向和自由探索类基础研究，加强基础学科研究中心建设。

四是促进科技产业金融良性循环，完善金融市场和金融工具对科技创新的支持机制。

五是把握好科技自立自强与国际科技交流合作的关系，主动融入全球创新网络，积极参与全球科技治理，形成具有全球竞争力的开放创新生态。

分层分类，发挥好政府在关键核心技术攻关中的组织作用

记者：中央经济工作会议提出，发挥好政府在关键核心技术攻关中的组织作用。科技部将如何发力？

王志刚：重大关键核心技术是指体现国家意志、实现国家战略目标、解决国家发展和安全重大问题的技术。在攻关方式上，要发挥我国集中力量办大事的中国特色社会主义制度优势，这是核心要义，具体组织模式要根据需要攻关解决的科学、技术和创新的问题，有针对性地作出安排，而不能简单理解为“大兵团”作战。在理念上、方法上，要跳出科技看科技，用需求工程、技术推动、场景驱动等方法找问题，政府要提出重大关键技术的问题，并在战略科技力量建设、人才队伍培养使用、科技政策制度制定、科技资源配置、科研成果评价上作出重点安排。

同时要明确认识到，政府不是科技创新主体，也不是解决重大关键核心技术问题的主体，政府要做的工作是为大学、科研院所、企业等科技创新主体提供条件、提供环境、提出问题。

关键核心技术要分层分类，政府既支持不同创新主体解决国家层面面临的“卡脖子”问题，也支持大学、科研院所、企业、地方自己设定的“卡脖子”攻关工作。科技部将着力围绕如何紧盯“四个面向”解决重大问题、如何按照攻关目标、如何发挥有限的科技资源统筹好、发挥更大效能等重点，集中力量打好关键核心技术攻坚战，不断完善关键核心技术攻关新型举国体制。

一是围绕国家战略利益和国之重器，坚持目标导向下的问题导向，加强顶层设计，完善工作机制，不断强化各类科技计划的统筹协调，系统化布局攻关任务。

二是坚持场景驱动，发挥我国超大规模市场优势，加快攻关产品推广应用，为新产品新技术迭代创新提供应用场景，着力提升产业链供应链韧性和安全水平。

三是发挥好科研评价和结果运用，在为科研人员减负、营造良好创新生态和作风学风、使科研人员心无旁骛从事科学研究等方面下功夫，鼓励自由探索，完善人才政策，持续吸引更多高水平人才围绕国家战略需求参与攻关，贡献力量。

全方位支持，突出企业科技创新主体地位

记者：科技部将怎样进一步突出企业科技创新主体地位？

王志刚：中央经济工作会议提出，突出企业科技创新主体地位。从“创新主体”转变为“科技强国创新主体”，表明企业在国家创新体系中的地位上升到新高度。科技部将采取有力支持举措，突出企业在基础研究、应用基础研究、技术创新、成果转化和产业化全过程的主体地位。

在要素方面，科技部推动创新要素高效配置，强化企业研发投入的主体地位。支持企业前瞻布局基础前沿研究，扩大国家自然科学基金企业创新发展联合基金规模，开展未来产业科技园建设试点；落实支持科技创新税收优惠政策，引导企业加大研发投入；建立金融支持企业科技创新体系常态化工作机制，持续深化与金融机构等合作，形成银行信贷、专题债券、股票市场协同支持企业创新的金融手段。

在政策方面，要发挥战略牵引作用，强化企业科技创新决策的主体地位。下一步，科技部将支持企业更大范围更深程度参与国家创新决策，建立企业家科技创新咨询座谈会制度，加快推进企业创新高端智库网络建设，提升企业科技创新自主决策能力。

在项目方面，科技部将完善项目组织机制，强化企业科研组织的主体地位。进一步发挥企业作为出题人、答题人和阅卷人的作用，推动更多任务由企业提出。同时也通过“揭榜挂帅”等方式，支持更多的企业加入基础研究、技术创新、产业化等方面的科技创新活动中。

在市场方面，应发挥市场优势，强化企业成果转化的主体地位。要提升企业作为需求侧的成果吸纳能力和转化能力，健全产学研成果对接和产业化机制，加速高校、研究院所等科技成果在企业转化并产业化；以更大力度支持企业建设中试验证平台，完善成果转化激励约束机制。

培养与引进并举，壮大科技创新人才队伍

记者：中央经济工作会议提出，提高人才自主培养质量和能力，加快引进高端人才。科技部有哪些考虑？

王志刚：创新驱动本质是人才驱动，高质量发展需要一大批顶尖科学家、骨干科技人才、卓越工程师和大量的高素质产业技术人员。

提高人才自主培养质量和能力是科技自立自强、形成高水平战略科技力量的应有之义。下一步，科技部将一体推进科技、教育、人才工作，重点做好以下几方面工作——

一是大力发现、培养、使用战略科学家，依托国家科技计划项目、科技创新平台基地、人才计划工程等培养造就一流科技领军人才和创新团队。

二是加大力度实施国家重点研发计划青年科学家项目，研究制定进一步加强青年科技人才培养使用的政策举措。

三是深化科技人才评价改革，完善科技人才激励机制，强化国有企业、科研院所人才薪酬激励，提高科技人才获得感。

四是以人核心深化科研项目管理改革，确保改革红利直达一线。推动“减负行动”举措常态化制度化，进一步减轻科研人员非科研负担。

引进用好外国人才，以全球视野做好人才工作是建设高水平科技人才队伍的重要补充和基本要求。科技部将坚持聚天下英才而用之，“两条腿”走路，实行更加积极、更加开放、更加有效的人才政策，构建具有国际竞争力的人才制度环境。

一是以外国人来华工作许可制度为抓手，为外籍人才来华创新创业提供便利，推动建立工作许可、居留、签证、永久居留到入籍的有机衔接和身份转化机制。

二是不断完善外籍人才准入政策，加大力度引进青年人才、创新创业人才，支持重点用人主体灵活引进人才。

三是扩大科技资源对外开放，提高外国科技人才在国家重大科技任务实施中的参与度。

权威访谈



2023年新年戏曲晚会唱响新时代主旋律

新华社北京1月1日电 由中央宣传部、文化和旅游部主办的2023年新年戏曲晚会于2022年12月在北京梅兰芳大剧院排演录制，2023年1月1日晚在中央广播电视总台综合频道播出。

开场节目京剧、河北梆子、豫剧共演《挂帅·出征》，展示在党的二十大胜利召开后，中华民族昂扬奋进新征程的精神风貌。原创戏歌《千秋竞发向前方》表现华夏儿女踔厉奋发、勇毅前行，努力创造人类文明新形态更加灿烂的明天。戏曲联唱《风华》通过多剧种现代戏唱段的创新编排，塑造建党百年先进人物舞台艺术群像。青海平弦花儿剧《绣河湟》、评剧《土地长歌》绘就新时代乡村振兴的大美气象，唱出中华儿女对美好生活的热切期盼。秦腔《火焰

驹》载歌载舞，京剧《壮别》唱腔豪迈，粤剧《白蛇传·情》写意唯美，情境演唱《传承》中，老中青少四代京剧演员展现戏曲艺术传承有序、后继有人。京剧《三打祝家庄》武戏精彩。彩调剧《木匠哥的钢琴梦》通过怀抱梦想又脚踏实地的青年形象，表达在平凡中铸就伟大、在奋斗中绽放梦想之花的时代精神。

整台晚会坚持以人民为中心的创作导向，通过11个优秀戏曲节目，生动展示了新时代戏曲艺术发展的最新成果，展现了中国戏曲薪火相传的使命担当，体现了新时代戏曲艺术工作者牢记初心使命，用艺术讲好中国故事、传播好中国声音的坚定决心，营造了喜庆祥和、幸福美满的节日氛围。

源和医疗服务的供给和准备，发挥社区卫生服务机构、互联网医院作用，方便群众获得健康咨询、就医指导和预约诊疗等服务；针对药物需求明显增长的情况，进一步加大对生产企业生产要素的保障，确保生产供应稳定有序，释放相关药品的产能，保障群众的用药需求，等等。可以说，随着应对能力显著增强，救治能力不断提升，防控屏障不断巩固，我们有条件、有机制、有体系、有队伍、有药物，为夺取抗击疫情全面胜利奠定了基础。把防控资源更加集中到重点人群上来，将重症救治、保障日常医疗卫生需求、防止医疗资源挤兑放在更加重要的位置，将农村地区疫情防控和救治能力建设放在更加突出的位置，就能切实维护人民健康提供有力保障。

习近平主席在二〇二三年新年贺词中强调：“目前，疫情防控进入新阶段，仍是吃劲的时候，大家都在坚忍不拔努力，曙光就在前头。大家再加把劲，坚持就是胜利，团结就是胜利。”把疫情防控工作关口前移、重心前移，把各项优化措施抓得更细、做得更实，全面提升防控和救治能力，我们一定能扫除疫情阴霾，赢得最终胜利。

粮开始，如粥、面条、面片，然后过渡到软一点的米粉、馒头，肠胃好了再增加点粗粮。第二是要保证优质蛋白摄入。蛋白主要来自牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼虾等动物类食物。先选择那些容易消化吸收的，如鸡蛋，然后再选择清蒸的鱼虾等。第三，保证餐餐都有蔬菜，每天吃水果，有利于补充维生素和钾、钠等微量元素。对于肠胃功能恢复慢的人，特别是老年人，可以在三餐基础上，食用一些补充剂，比如复合型的微量营养素、肠内营养液、蛋白粉。如果有条件，可以咨询医院的临床营养科医生，获取更专业的指导。

北京中医医院院长刘清泉说，中医对于患者康复期有一个概念叫“食复”，意思是饮食不当可能造成病情反复。比如感冒的患者，在康复期最怕大吃大喝，可能造成复发。谨防“食复”关键还是要做到循序渐进，切勿暴饮暴食，吃饭六七分饱即可。

“从中医的角度看，新冠病毒容易伤肺，损伤人的津液，造成燥热。”刘清泉认为，适当采用一些润肺的方法有助于元气的恢复。比如喝梨汤、山药粥、大米粥、小米粥、吃橙子等，以养脾胃和润肺。

“康复期多休息有利于恢复元气。”刘清泉说，科学规范的睡眠是养正气的重要方法。要保证睡眠充足，不要熬夜。此外，不做剧烈运动，剧烈运动会损伤人的阳气。注意适当运动，运动量以身上微微发热为止。运动要循序渐进，感冒等呼吸道疾病患者，一般三四周后可以逐渐增加运动量。

积极主动，为疫情防控提供了坚实支撑

仲 音

加强医疗资源建设和统筹，将核酸检测点改造成发热门诊，为群众提供就近就医服务；推广互联网医疗，根据诊疗方案以及居家治疗指南，为门诊患者开具相应处方；加大重点药物市场供给，推动企业迅速稳产达产、扩能扩产，引导合理有序精准投放……连日来，各地区各部门抓实抓细医疗救治资源的供给和准备，着力保障群众用药需求，着力做好重点人群的防护和救治工作，为人民群众筑牢健康屏障。

世异则事异，事异则备变。近三年来，我们始终积极应对、主动作为，以灵活的防控策略、充分的部署准备打有把握之仗，有效保障了人民健康安全和经济社会发展。2020年初疫情突如其来，我们在全国范围调集最优秀的医生、最先进的设备、最急需的资源，全力以赴投入疫病救治；2021年，德尔塔变异株疫

情短时间内多点发生，我们全面激活应急指挥系统，组建流调专家队，迅速判定、排查和管控风险人员，最大限度减少疫情对经济社会发展的影响；2022年3月以来，奥密克戎变异株传播速度快、感染人数多，我们不搞“大水漫灌”，核酸检测任务在24小时内完成，推广“抗原筛查、核酸诊断”监测模式，与病毒赛跑……事实证明，我们防控措施的每一次优化调整，都建立在此前防控实践的基础上，根据实践发现的问题，进行了充分的准备；都始终以人民为中心，更好保障人民群众正常生产生活秩序，更好为老年人、儿童等重点人群提供保障。正如外媒所评价的：“中国采取了‘最勇敢、最灵活和最积极的’疫情防控措施”“充分展现了中国治理能力”。

多一分主动，我们战胜疫情就多一分优势；多一分准备，我们应对疫情就多

一分从容。近三年来，我们经受过全球多轮疫情流行的冲击，赢得了新冠病毒变异株毒性持续下降的宝贵窗口期，赢得了药物研发、医疗救治能力进一步增强

的宝贵窗口期，赢得了全民广泛接种疫苗的宝贵窗口期。疫情防控进入新阶段，我们密切跟踪病毒特点，研判疫情形势，加快疫苗接种和药物供给，加强医疗救治和防控体系建设，提升应急处置能力等，都为将新冠病毒感染从“乙类甲管”调整为“乙类乙管”创造了条件。我们审时度势，科学优化防控措施是必要的、正确的、负责任的。我们始终打的是有准备之仗，不是被动放开，更不是放任不管。

“乙类乙管”绝不意味着所有防控措施

的退出，而是要继续强化服务、强化保障。当前，各地针对发热门诊的诊疗需求比较突出的情况，进一步扩大医疗资源

失。这大概需要2周到4周的时间。”边永君说，呼吸道最怕冷和干燥，所以在室内要营造温暖潮湿的环境，有利于气道黏膜的恢复。咳嗽的康复与身体整体的康复一样，要避免过度劳累，但也要避免安逸少活动。缺乏必要的活动，容易造成气血瘀滞，不利于康复。此外，饮食上要尽量避免吃生凉的东西，外出活动要注意保暖。

边永君表示，中医对于外感后咳嗽有着丰富的治疗经验，只要对症治疗，可以有效缓解症状和缩短病情。配合一些饮食疗法，比如燥咳，也即咳嗽时少痰或痰偏黄，可以食用川贝、梨汤、百合等食物。

合理饮食有助于恢复元气

“营养对于康复期恢复元气具有重要作用。”北京协和医院临床营养科主任于康说，元气恢复需要一个过程，循序渐进，不要太过急，拼命吃喝补充营养会欲速则不达。从具体的饮食角度看，第一是要保证能量摄入。能量主要来源于主食，康复期每餐都要吃一点主食，慢慢增加量。可以先从易消化的细

康复期怎样做好调理

本报记者 申少铁

感染新冠病毒对症治疗如何做到合理用药？康复期出现咳嗽如何应对？如何在康复期快速恢复元气？国家卫生健康委对此组织专家进行解答。

解热镇痛类药物防过量使用

“解热镇痛类药物，如布洛芬和对乙酰氨基酚，对于治疗新冠病毒感染造成的发热、疼痛效果很好。”北京协和医院药剂科主任张波说，一般来说，使用1至2天，发烧和剧烈疼痛就能控制住，就可以停药了。这类药物选择一种使用就可以，不建议同时使用多种，因为它们含有的成分相同或类似，多种药物同时使用会导致药物过量。

张波建议，使用解热镇痛类药物之前一定要看一下说明书，包括适应症、用法用量。一些老年人可能不会看说明书，家人或陪护人员一定要帮助老年人看，确保老年人用药安全。

“从用药安全的角度看，能口服不肌肉注射，能肌肉注射不输液。”张波说，药物给药途径有口服、注射输液等。口服给药是非常安全的给药途径，对于轻型感染者解热镇痛，选择口服药物就可以

了。只有重症、危重症患者才考虑使用输液的方式，主要目的是快速缓解危重病情。

抗生素不能预防和治疗病毒引发的感染。张波表示，抗生素一般指抗菌药物，是针对细菌引发感染的治疗药物。新冠病毒感染是病毒性感染，抗生素无效。如果新冠病毒感染者出现合并的细菌感染，才需要使用抗生素治疗。当然，这需要医生严格地检查和评估。

中医药疗法能有效缓解咳嗽

中国中医科学院广安门医院呼吸科副主任边永君分析，从中医理论看，这次疫情发生的时间节点是大雪到冬至节气，是一年中天气最冷的时期，天地的阴寒之气最旺盛。不管是寒凉饮食，还是大自然的阴寒之气，易损伤人的肺气，造成呼吸气机逆乱，从而出现咳嗽。从现代医学理论看，新冠病毒会损伤气道黏膜上皮，黏膜下的神经就会暴露，对外界的刺激比较敏感，从而产生咳嗽。

“气道黏膜上皮恢复后，咳嗽就会消

