

科技赋能，共享美好

——写在第三十四次全国助残日之际

◎新华社记者

福建省晋江市13岁肢残少年王同学的家最近完成了无障碍改造。长期靠轮椅活动，王同学原本连开个灯都得爸妈帮忙，如今电灯、窗帘等通过语音或者手机就能遥控，家里还专门安装了智能监控设备，爸妈可以放心出门。

小小“黑科技”，让家里变了样，也让生活有了幸福的模样。王同学如今的生活日常是我国8500万残疾人同沐暖阳的缩影。5月19日是第三十四次全国助残日，主题为“科技助残，共享美好生活”。让我们聆听那些爱与奋斗的故事，感受残疾人事业发展中澎湃的科技力量。

康复身体，恢复希望

“人工耳蜗的研发和推广应用已使我国近90%的听障儿童能够听声学语，进入普通幼儿园和学校学习。”在5月14日中国残联举办的助残日主题新闻发布会上，中国残联相关负责人告诉记者。康复是生命的重建，是残疾人最迫切的需求。近年来，我国持续开展残疾人精准康复服务行动，2021年至2024年4月底，全国共有2769.76万人次残疾人得到基本康复服务，531.98万人次残疾人得到辅助器具适配服务，残疾人基本康复服务覆盖率稳定在85%以上。其中，146.31万人次残疾儿童得到康复救助，基本实现残疾儿童“应救尽救”目标。

与此同时，越来越多残疾人辅助器具领域新产品不断面世。戴上机械手臂，实现“手随心动”；

坐上智能轮椅，上下楼梯来回自如；植入人工耳蜗，世界再也不是“悄无声息”……科技感满满的各类辅具，助力残疾人更好自立生活。

此外，借助科技力量，各地康复服务愈发精准、高效。

在山东，残疾儿童康复救助纳入助残“一件事”主题集成服务，线上申请服务流程进一步调整优化，申请救助更加简洁便利；

在浙江省宁波市江北区，当地残联为有迫切需要的残疾人配置“家庭生命体征监测管理系统”等智能化设备，打造“医院与家庭同步”的居家康复新模式；

在江苏省无锡市惠山区，当地建立“物联网+”康复之家，为残疾人提供医疗健康、康复训练、辅具租赁等服务，实现助残“智慧化”、服务“管家式”、送康“家门口”。

融入社会，生活无“碍”

牵着一只既萌且酷的智能导盲犬，在万众瞩目之下，视障姑娘蔡琼卉安心地完成了杭州亚残运会火炬传递。这是亚残运会史上首次用智能导盲犬来辅助视障火炬手传递圣火。

杭州亚残运会期间，“小西”和“小湖”两只电子导盲犬也在盲人足球比赛场地拱墅运河体育公园体育馆“上任”。他们不仅把场馆地图铭记在“心”，还能“听懂”中英双语指令，自动

规划出最优行进路径。“由它带着我们，再也不用担心找不到方向了。”有残疾人运动员感慨。

科技助力之下，残疾人融入社会的方向更清晰、渠道更宽广，进一步感受到生活中的魅力和美好。

高德地图研发“轮椅导航”功能，规划的路线尽量避开台阶和陡坡路段，已累计提供5000余万次路径规划服务；腾讯视频开通“无障碍剧场”专区，自动识别通过“语音读屏”进入的用户，将剧场入口置于其页面显著位置；一些触觉反馈无障碍技术将手机、平板电脑等终端设备的震动时长、频率和强度进行组合，向视障用户传递差异化信息……

从2021年到2023年，2577家与老年人、残疾人生活密切相关的网站和APP进行了适老化和无障碍改造，助力跨越“数字鸿沟”。

科技改变着人们的生活方式，也逐步去除了曾经横亘在残疾人面前的各种障碍，努力践行着“一个都不能掉队”的目标。

逐梦前行，书写精彩

一位顾客打开无人售货柜成功购买商品。数百公里外，天津创美助残基地，听障人士王洪媛、王洪良姐弟俩认真盯着电脑屏幕，仔细对比顾客收货前后货架商品变化。鼠标轻点，无人售货柜购物环节顺利完成。

王洪媛和王洪良都是听力一级残

19日上午，占地面积约800亩的中亚公园在西安建成开放，成为西安与中亚人文交流的新窗口。

2023年5月在西安召开的首届中国—中亚峰会，成为双方关系史上的里程碑，为双方合作搭建了新平台，中国与中亚国家关系迈入崭新时代。一年来，中国—中亚合作快速发展，呈现出全面推进的良好势头，中国—中亚命运共同体更加紧密。

通道更联通

从今年4月开始，乌兹别克斯坦中国旅游发展协会驻中国首席代表高龙异常忙碌。“从4月的广交会到5月的上海国际旅游交易会，我们协会一直都在积极参与经贸与文化交流活动。”高龙说，现在不仅有越来越多的中国企业向该协会咨询如何在华投资，中亚企业也对拓展中国市场动力十足。

日益完善的交通条件让中国和中亚国家的交流更加便捷，52岁的高龙对此深有体会。“1991年我到吉尔吉斯斯坦首都比什凯克留学，那时候从西安到比什凯克需要6天5夜。由于交通不便，许多留学生都是两三年才回一次国。”高龙感慨道，目前西安、乌鲁木齐、成都等城市开通了飞往中亚的航线，“拉近”了中国与中亚的距离。“去年通过我们协会赴乌兹别克斯坦参加商务和旅游活动的有6000多人次，今年的人数预计还会更多。”他说。

“空中丝绸之路”织就加密，陆上“钢铁驼队”飞驰不息。得益于中欧班列的便利服务，2023年中哈铁路货运量增长22%，达到2800万吨。

在位于西安国际港站的哈萨克斯坦西安码头，即将运往哈萨克斯坦的中国制造新能源汽车在阳光下熠熠生辉。

今年2月，作为中国—中亚峰会重要合作成果之一，由西安自贸港建设运营有限公司和哈铁快运股份有限公司合作建设的哈萨克斯坦西安码头正式投运，至今已有超过1.8万吨的货物在哈萨克斯坦西安码头中转。

“哈萨克斯坦西安码头明显提升了西安到中亚地区班列的发货效率，正成为中哈贸易合作共赢的新亮点。”西安码头运营方中哈(西安)商贸物流有限责任公司总经理谢天说。

商贸更畅通

位于西安浐灞国际港的爱菊健康生活体验馆里，来自中亚国家的啤酒、蜂蜜、饼干、糖果等商品琳琅满目，咨询购买的顾客络绎不绝。今年“五一”假期前，体验馆首次从哈萨克斯坦进口冰淇淋，让许多西安市民有机会品尝不同风味的夏日清凉。

“这些来自中亚的进口食品，大部分都是‘坐着’中欧班列回来的。我们体验馆的销售额中，中亚产品占40%以上。”爱菊集团副总经理刘东萌说，中国—中亚峰会召开以来，西安市民对中亚国家的认识度明显提高，带动了中亚优质商品的销售。

选购商品后，市民陈锋来到体验馆的美食街区，点了一份“biangbiang面”。“听说这里的面条是用产自哈萨克斯坦的面粉做成的，就想尝尝鲜。”对于能在家门口体验中亚味道，陈锋说这让他体会到了开放交流的实惠。

“越来越多中亚地区的商品搭乘中欧班列来到国内，丰富了消费者的购物选择。”西安自贸港建设运营有限公司总经理袁小军说。

与中亚地区接壤的新疆维吾尔自治区的阿拉山口口岸，每天黎明时分便开始忙碌。今年前4个月，阿拉山口铁路口岸通行中欧(中亚)班列2489列，同比增长17.1%。

商贸流通，互通有无。2023年底，32吨延安苹果经霍尔果斯口岸出口至哈萨克斯坦，这是延安苹果首次出口至中亚国家。西安市三泰果业有限公司今年打算将猕猴桃销售到中亚市场。公司负责人陈博说：“中亚地处亚欧大陆腹地，我们希望借助这个中转站开拓更大的市场。”

中国与中亚国家的经贸合作不止在农产品。在陕西汽车控股集团有限公司位于西安的车间内，重型卡车正在生产线上组装。2023年，陕汽向中亚国家出口了7500多辆车，同比增长110%。

越来越多的日用百货、机电设备、电子产品、农副产品等“中国制造”正在走向中亚。数据显示，2023年，中国与中亚五国贸易额达894亿美元，同比增长27%。

民心更相通

22岁的迪娜孜将于今年9月来到西北工业大学进行为期一年的学习。“我迫不及待地想去西安，到时候不仅可以在先进的实验室做研究，也可以领略古城西安的文化，品尝街头巷尾的美食。”迪娜孜对即将踏上异国求学之旅充满期待。

2023年10月12日，西北工业大学与“阿里·法拉比”哈萨克国立大学合作设立的西北工业大学哈萨克斯坦分校正式启用。迪娜孜是该分校招收的第一批硕士研究生。毕业后，她将获颁西北工业大学与“阿里·法拉比”哈萨克国立大学的双硕士学位。

西北工业大学哈萨克斯坦分校是双方教育交流结出的硕果，也是中国同中亚国家人文合作不断深化的缩影。中国已成为中亚国家学生留学的主要目的地之一。

霍尔果斯，中国向西开放的口岸和商贸中心，地处新疆伊犁哈萨克自治州，与哈萨克斯坦接壤。上午10点多，中哈霍尔果斯国际边境合作中心办证大厅外，游客已排起长龙。来自中国、哈萨克斯坦、吉尔吉斯斯坦的游客络绎不绝，边境购物旅游红红火火。

在合作中心5.6平方公里的全封闭区域内，中哈两国和第三国公民无需签证即可凭护照或出入境通行证出入，中心里每人每日有8000元人民币可免税购物额。

随着中哈两国互免签证协定落地生效，越来越多的游客来到合作中心购物、游玩。

今年3月，中国—中亚机制秘书处正式启动，再次向国际社会展现了六国携手谋发展、并肩促合作的坚定决心。

维夏时节，中亚公园里绿意盎然。记者在现场看到，公园里设有中亚服饰展销区，中亚特色餐饮街区、主题雕塑等，吸引不少游客驻足观赏。

在19日上午举行的中亚公园启动仪式上，中国—中亚机制秘书处执行主任吴颖斌说：“近年来，象征着中国同中亚国家友好交往可感可及的人文标记越来越多，构建更加紧密的中国—中亚命运共同体理念更加深入人心。”

(新华社西安5月19日电)

同心共济 携手共赢
中国—中亚合作在高水平开放中稳步向前
◎新华社记者张京昆 付瑞霞

文旅融合、科技赋能、个性多元

——透视旅游消费新趋势

◎新华社记者

今年5月19日是第14个“中国旅游日”。从多地举行的惠民文化旅游活动看，文旅深度融合，科技赋能不断打造消费新体验，多元个性化需求助力拓展消费新场景等，正逐渐成为当下文旅消费新趋势。

文化“活”了旅游“火”了

牛肉丸、酥饼、糖画……潮州美食非遗集市上，形形色色的潮州传统美食香气扑鼻，“潮味”四溢。马来西亚游客颜泳和今年第二次来到潮州，“感觉吃不够！以后我还会经常过来。”

游客一边品尝美食，一边与潮州饮食工作者、非遗传承人互动交流，一口非遗糖画、一杯潮汕工夫茶，串联起千年古城的文化魅力。

内蒙古鄂尔多斯，柔软精致的羊绒制品不仅是游客常买的“伴手礼”，而且还能让游客亲身体验其制作过程；浙江宁海，赏花线路与采茶研学、读书活动、绘画艺术有机结合；在上海，访问各大博物馆的观众中，超过50%是35岁以下年轻人，超过60%是“拉杆箱一族”，85%以上会在博物馆内或周边商圈购物……

以文塑旅、以旅彰文。文旅深度融合，让旅游业既服务美好生活，又促进经济发展。

今年以来，宁海通过油菜花节、桃花节、樱花节三大花节，累计吸引游客20余万人次，带动实现旅游收入1350余万元。

目前，鄂尔多斯“绒都小镇”126户商户已和181家旅行社签约，2023年实现线上线下销售额超过4000万元。

刚刚过去的“五一”假期，全国国内旅游出游合计2.95亿人次，同比增长7.6%；国内游客出游总花费1668.9亿元，同比增长12.7%。

宁海县徐霞客研究会执行会长麻绍勤表示，文化是旅游的灵魂。在挖掘和传承地方文化的基础上，强化地域文化与旅游项目的深度融合，为旅游发展持续注入活力。

科技赋能打造更炫消费新体验

用国际天文项目“退役”材料制成艺术装置，将海量天文数据转为可视化的图像，以互动性强、更直观的方式展现科学家与艺术家对宇宙的理解……

上海天文馆的展览“宇宙考古—探索时空的科学艺术之旅”日前向公众开放，给参观的游客带来震撼体验。科技赋能文旅产业，给游客带来更多更炫的消费新体验，沉浸式智慧化是其中的新亮点。

中国国家博物馆“华彩万象——石窟艺术沉浸体验”让石窟艺术

得到全新演绎；“5G大运河沉浸式体验区”成为江苏扬州中国大运河博物馆人气最旺的“打卡”点；潮州涵碧楼引入虚拟现实、增强现实技术还原历史场景，讲好红色故事……

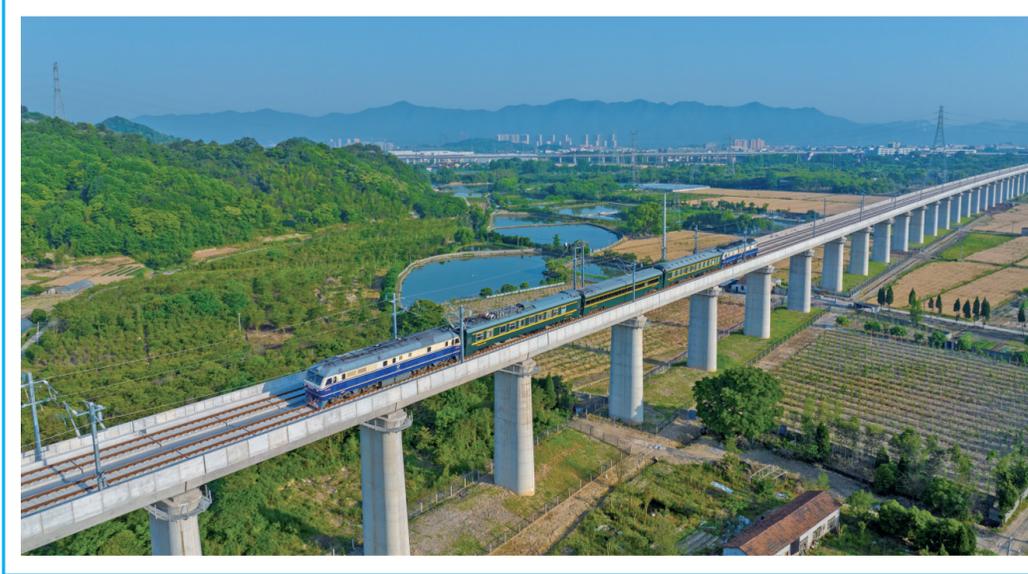
如今，5G+智慧旅游应用已覆盖风光旖旎的名山大川、历史文化厚重的文化遗存和古镇古城、“烟火气”十足的特色街区、精彩纷呈的戏剧演出以及悠然又活力四射的现代乡村。面向消费者的机器人送餐服务、无人机外卖、无人机旅拍服务等，已广泛渗透到旅游休闲场景。

数据显示，今年“五一”假期，包括上海天文馆在内的全国首批42家智慧旅游沉浸式体验新空间吸引消费者超430万人次，实现消费总额超过2.2亿元。

中国旅游研究院院长戴斌认为，随着5G、人工智能、大数据、虚拟现实等新技术在文旅领域加速应用，科技赋能文旅融合高质量发展正不断展现出生机勃勃、潜力无限的广阔前景。

个性化与多元化场景丰富

徐汇西岸，是正在举办的“2024上海(国际)花展”的一个会场。滨水空间咖啡香与花香四溢，骑行、轮滑、攀岩、篮球等各类体育运动场地客流“爆棚”。游客周婷说：“我们一家人来这



杭温高铁启动联调联试

5月18日，杭州至温州高速铁路启动联调联试，进入工程验收关键阶段。杭温高铁线路全长260公里，设计时速350公里，全线设桐庐东、浦江、义乌、横店、磐安、仙居、楠溪江、温州北、温州南9个车站。该线路建成运营后，沿线仙居、磐安、东阳、浦江等地将结束不通高铁历史，对于完善区域路网布局，促进长三角城市群联动发展等具有重要意义。

图为5月18日，杭温高铁检测列车驶过浦江特大桥。

(新华社发 吴杰琛 摄)

(上接第一版)

引导青联委员提供创业就业帮助。深入学校、社区开展“千校万岗”、大学生就业精准帮扶行动，开展大学生实习“扬帆计划”“春晖行动”“风箏计划”工作，组织25个委员单位共提供就业岗位218个。

积极搭建学习平台。主动联系杭州、佛山等地青联、青企协，为我州青企协会会员单位发展提供平台，并签订了产业合作协议。积极推荐优秀青年科技人才，为优秀青年人才脱颖而出搭建平台、畅通渠道。

大力选树青年典型。充分发挥青年典型的示范带动作用，大力宣传符合时代特征的优秀青年先进事迹和奋斗历程，用榜样的力量影响青年、教育青年、引导青年。2020年，推荐了我州34名青联委员为省青联十一届委员会委员人选，其中5名委员为常委，1

名委员当选省青联副主席，1名委员当选全国青联常委。

发挥青联优势，助力乡村振兴全面发展

充分发挥青联组织优势。积极组织引导青联委员到贫困地区开展脱贫攻坚帮扶工作，先后组成了17个工作组，结对帮扶贫困村17个，服务青年、群众3万余人次。近年来，共开展走访慰问、捐赠助学资助等帮扶活动700余场次，帮扶资金共360万余元，提供就业企业181家，提供就业岗位2422个。

广泛联系爱心组织。联系浙江东阳义工协会、浙江省玉环市清港小学、北京志愿者助学等爱心学校、企业和组织开展爱心助学活动，共投入帮扶资金41.5万元，用于资助留守儿童和贫困学生。加强与“黔东南州爱心义工协会”“黔东南州青鸟公益联合会”“黔东南州心理健康协会”的沟通联系，引导社会

组织开展志愿服务、爱心助学、关爱留守儿童心理健康等方面工作，让新兴社会团体助力我州脱贫攻坚和乡村振兴。

加强对口帮扶城市青联联系。加强与杭州市、佛山市青联的联动，组织两地青联开展座谈5场次，为黎平、榕江、施秉等县捐赠运动鞋及乒乓球、篮球、羽毛球等体育器材爱心物资，共资助物资和资金20万余元。

充分调动青联委员作用。广泛开展捐资助学、主题党日、走访慰问等活动，积极助力民族地区脱贫攻坚和乡村振兴，推进民族地区基层组织建设、乡村治理、维护社会稳定。先后动员组织青联委员赴从江县贯洞镇、刚边乡慰问留守儿童和精准扶贫户，看望慰问525名留守儿童和320户贫困户。

加强组织建设，扩大青联对外交往交流

五年来，黔东南州青年联合会始

终坚持多层次、多领域、多形式、多渠道地发展同国内外青年组织之间的关系，不断拓展对外交流渠道。先后接待了我国香港、澳门以及老挝、越南、菲律宾、马来西亚等国内外各类青年友好交流访问，开启了我州青年与外界青年的交流对话之桥，宣传推介了我州特色民族文化，让世界进一步了解了黔东南浓郁的民族风情。同时，选送青联委员赴香港、台湾等地学习，与当地青年组织、司法界、企业界进行广泛接触，建立友好关系，增进了青年之间的友谊，扩大了黔东南青联的对外交流空间。

新起点，新目标，新征程。黔东南州青年联合会将继续以实际行动奏响青春最强音，团结带领全州各族各界青年在建设新时代锦绣黔东南的征程中奋勇争先，谱写更加绚丽的青春华章！

小满时节 湿热增 健脾养心好度夏

新华社北京5月19日电(记者田晓航)

5月20日将迎来小满节气，此后气温升高明显、降水增多，容易产生湿热之邪。中医专家提示，小满节气养生要注意防热防湿、护脾养心，从而安然度夏。

中国中医科学院西苑医院治未病中心赵玉清博士介绍，小满之后，由于天气逐渐闷热潮湿，人容易出现头昏沉如蒙、胸闷、嗜睡、身体困重、肢体倦怠以及皮肤湿疹、瘙痒等表现。同时，湿邪最易损伤脾胃，进而导致腹胀痞闷、纳差、口苦口黏、多汗但汗出不解等不适。

赵玉清说，这一时期宜选择具有健脾利湿、清热祛湿、养阴作用的食物，如苦菜、赤小豆、薏苡仁、绿豆、冬瓜等；同时，为防止发生湿疹等皮肤疾病，应适当节制肥甘厚味、生湿助湿、辛辣助热食物的摄入，如生蒜、辣椒、海鱼、羊肉等。

“小满节气养生还要做到起居追太阳、着装不沾湿、运动不大汗。”中国中医科学院西苑医院治未病中心主任张晋说，这一时期气温日差仍较大，早晚仍会较凉，加之空调的使用逐渐频繁，切忌贪凉入睡，同时宜早起早睡(23时前)，以保持精力充沛；衣着可选择透气性好、棉质、能吸汗的浅色衣服，防止吸热过多的同时又可避免衣服都湿；还可适当运动，但需避免剧烈运动、大汗淋漓。

“夏应心而养长，养心也是小满节气养生的重要方面。”张晋说，夏季心阳旺且气温高，容易出汗、烦躁、焦虑，而汗为“心之液”，汗出过多，损伤心之阴阳，使人更加疲惫。

张晋提醒，小满之际需做好自我调节，保持心情愉悦，切忌乱发脾气，绘画、书法、下棋、钓鱼、太极拳等活动可使心气平顺；平时亦可食用莲子、百合等清心养心、宁心安神药膳。