

# 中国经济何以向新而行

## ——透过数据看潜能②

彭飞

**发展如同跑马拉松，谁看得远、耐得住、干得实，谁就拥有持续向前的澎湃动能**

前不久发布的中国经济年报中，有两个数据非常亮眼。

一是2025年我国研发经费投入强度达2.8%，比上年提高0.11个百分点，首次超过经济合作与发展组织(OECD)国家平均水平；二是我国创新指数排名首次进入全球前十。

从中，能够感受到深厚的创新活力与潜能，读出为何外界感慨中国“生活在明天”“经济活力势不可当”。

2025年谈何容易，我国自身发展的老问题、新挑战不断出现，叠加外部环境不确定性，压力不小。然而中国经济不仅越战越勇，而且越战越新。这股子劲儿从何来？

“洗花洗根”，经济发展亦如此。中国经济之所以能向新而行，在于锚

定目标抓创新、蓄能量，注重打基础、增后劲。

有历史耐心，就有战略定力。重研发、重教育、重环境……这些都不是能立刻产生效益的工作，但我们不仅做而且坚持不懈去做，为未来计、为长远谋。

这份耐心与定力，源于党的领导，源于制度优势。制定和实施五年规划，确定方向路径；进一步全面深化改革，破梗阻、筑基石；超前布局未来产业，坚定不移投入……发展如同跑马拉松，谁看得远、耐得住、干得实，谁就拥有持续向前的澎湃动能。

创新要素如水，有足够空间，能自由流动，才能充分释放活力。中国经济之所以能向新而行，在于不断为发展拓空间、辟天地。

新增各类经营主体2.68万户，其中新增企业2.1万户，同比增长16.42%；“零关税”政策开展业务53票，减免税款1.09亿元、增长194.6%……不久前，海南自贸港亮出封关满月成绩单，活力初现、未来可

期。今日中国，扩大高水平开放、建设全国统一大市场，在双循环构建的广阔空间里，创新活力奔涌，发展机遇无限。

拓展潜能，就要坚定不移深化改革开放。回望2025年，免签政策助力“中国游”风靡，进博会参展企业数量、成交额等再创新高，大科学装置向全球科研人员开放……在逆全球化加剧的背景下，这样的包容气度尤显珍贵。中国用实践证明，画地为牢没有出路，创新发展必须置身全球广阔空间，遵循互利共赢原则。

新创造、新动能、新发展，归根到底要靠人。中国经济之所以能向新而行，在于亿万劳动者敢闯敢干。

美国《时代》周刊发布的2025年度最佳发明榜单上，一家中国企业凭借混纺人工智能光谱光选机获得“特别提名”。听上去高大上，用咱普通人的话说，就是废旧衣物分拣机。这家企业一直深耕垃圾回收行业。为了搭建固废大数据库、打造垃圾分拣机器人，企业团队深

入各类固废处理工厂，白天和工人一起分拣垃圾，晚上回宿舍标注数据。“不是天才型，也不是才学型，我们是应用型”，创始人的坦率话语，道出中国创新者的务实、中国劳动者的勤勉，从一个侧面揭示了中国发展的潜能所在。

经济学家王小川在其书中表达了一种“相信中国会更好”的朴素信念：“这种信念不是源于学术训练，而是源于司马迁、杜甫、苏轼，源于‘一条大河波浪宽’，源于对中国人勤奋实干的钦佩。”为经济数据中的向新向好欢欣鼓舞，更在内心深处泛起厚实的底气、深植的自信，对未来保持乐观主义——这一切，来源于我们从历史深处走来的巍巍中国，来源于我们每天在这片伟大土地上的创新创造。

**人民时评**

# 冬季泡温泉，不贪热才健康

郝迎灿 辛阳

## 卫生与健康

冬季，泡温泉是不少人青睐的休闲方式。专家提醒，长时间待在温泉、桑拿等高温高湿、通风不良的密闭环境中，可能导致中暑，最好注意把控水温、时间和洗浴方式，在驱寒暖身、舒缓压力的同时，规避健康隐患。

“我们最近陆续接诊因泡温泉时间过长出现头晕、乏力甚至昏迷的患者，经诊断，这些患者得了热射病。”

中国医科大学附属盛京医院心血管内科主任医师孙志军说，“热射病也叫重症中暑，人体在高温高湿的环境下，身体的热量散不出去，人体内部温度短时间内如果飙升到40摄氏度以上，就可能损伤大脑等多个器官。”

孙志军提醒，泡温泉的时候水温不宜过高，最好在38—40摄氏度之间；单次浸泡以10—15分钟为宜，起身时应放慢动作，避免因体位变化导致头晕或跌倒；适当补充水分，避免在温泉池内饮酒、吸烟，降低意外风险。“如果觉得胸闷、心慌、头晕或者直冒冷汗，千万别硬撑，要马上离开水池，到通风的地方休息。症状如

果没缓解，一定要及时就医。”孙志军说。

中国医科大学附属盛京医院皮肤科主任医师吴严提醒，冬季洗热水澡、泡温泉需注重保护皮肤，避免损伤皮肤屏障。“水温不宜过高，避免过度去除皮肤表面的天然皮脂膜；时间不宜过长，长时间处于湿热环境会导致角质层水合过度，进一步削弱皮肤屏障功能，加重干燥瘙痒。”吴严说。

吴严建议，擦干身体后需在皮肤表面尚存微量水分时立即涂抹保湿霜，宜选择含神经酰胺、角鲨烷、透明质酸等成分的产品。皮肤敏感、有湿

疹等炎症性皮肤病的患者需谨慎，高温可能加重皮肤损伤，温泉中的矿物质也可能产生刺激。

中国医科大学附属盛京医院中医科主任医师汲泓介绍，科学泡澡可帮助冬藏养生，但要遵循“适度、适时、适人”原则：洗完后立即擦干保暖，忌吹风碰冷水；泡到微微出汗即可；饭后、饥饿、疲劳、酒后不适合泡澡；老年人、婴幼儿、孕妇以及患有糖尿病或心脑血管疾病的人群，体温调节能力相对较差，风险更高；泡澡后可稍坐片刻，饮用温热的红枣茶或淡盐水补充津液。

(来源：人民网)

(上接第一版B)扎实推动高质量发展，坚持“三个赋予一个有利于”总要求，坚持稳中求进工作总基调，更好统筹发展和安全，紧紧围绕持续深入抓好“四件大事”，扩大内需、优化供给，做优增量、盘活存量，发展特色优势产业，因地制宜发展新质生产力，着力稳就业、稳企业、稳市场、稳预期，推动经济实现质的有效提升和量的合理增长，提高人民生活水平，保持社会和谐稳定，实现“十五五”良好开局。

嘎玛泽登在报告中提出，今年经济社会发展主要预期目标是：地区生产总值增长7%以上，固定资产投资增长15%左右，社会消费品零售总额增长7%左右，城乡居民人均可支配收入分别增长7%左右和8%左右，城镇调查失业率控制在5%以内，居民消费价格合理回升。

嘎玛泽登在报告中指出，今年将

重点抓好八个方面工作：立足长治久安，建设更高水平平安西藏；立足扩大内需，全力推动经济发展提质增效；立足强链补链，因地制宜发展高原特色产业；立足区域协调，统筹推进新型城镇化和乡村全面振兴；立足增势蓄能，全面深化改革创新扩大开放；立足凝聚人心，切实增进各族群众福祉；立足绿色发展，奋力打造生态文明高地；立足边境建设，扎实推进固边兴边富民行动。

嘎玛泽登在报告中指出，要全力支持群团组织依法履职，切实保障职工、妇女、儿童、青少年、老年人、残疾人等合法权益，完善退役军人服务保障体系。继续做好国防动员、双拥共建，巩固发展新时代军民团结。扎实推进对口援藏工作，进一步深化拓展教育、医疗人才等“组团式”援藏。

嘎玛泽登在报告中强调，谱写中

国式现代化西藏篇章，使命光荣、责任重大，对加强政府自身建设提出了新的更高要求。要把加强党的全面领导贯穿政府工作全过程，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，坚持依法行政，推进法治政府建设；坚持干字当头，持续改进工作作风；坚持人民至上，不断提升服务效能；坚持严的基调，永葆清正廉洁本色，坚决当好贯彻党中央、国务院决策部署及自治区党委工作要求的执行者、行动派、实干家。

看着北斗星走不迷路，跟着共产党走会幸福。嘎玛泽登在报告最后号召，让我们更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，在自治区党委坚强领导下，真抓实干、砥砺前行，奋力实现“十五五”

开好局、起好步，共同谱写中国式现代化的绚丽雪域篇章！

根据会议议程，大会印发了西藏自治区国民经济和社会发展第十五个五年规划纲要草案、西藏自治区2025年国民经济和社会发展计划执行情况与2026年国民经济和社会发展计划草案报告、西藏自治区2025年预算执行情况报告和2026年预算草案的报告，提请审查；印发了《西藏自治区宗教事务条例(草案)》，提请审议。

不是自治区十二届人民代表大会的自治区人民政府组成人员，出席自治区政协十二届四次会议的委员，部分十四届全国人大代表，中央直属单位、驻藏央企主要负责同志，自治区有关部门和地(市)、县(区、市)人大、政府等方面的主要负责同志列席会议。

尼泊尔驻拉萨总领事馆负责人旁听了大会。

提案。一年来，共收到提案476件，经审查立案473件，办复率100%。

在主席台就座的还有坚参、许成仓、江白、张洪波、刘柏呈、李文革、孙忠志、甲热、洛桑丹增、罗梅、郎福宽、韦秀长、徐志涛、次仁平措、张利、赵鹏、朱守科、平措且增、次登、夏克勤等。应邀列席本次会议的有：住藏全国政协委员；不是自治区政协委员的自治区政协副主席。本次会议还邀请尼泊尔驻拉萨总领事馆总领事拉克西米·普拉萨德、尼罗拉旁听会议。

作做到群众心坎上。增进民生福祉是一项长期的、系统的、艰巨的任务，需要持之以恒、久久为功。全市各级各部门要切实增强责任感和使命感，将民生事项牢牢抓在手上，创新民生工作方式方法，大兴调查研究，深入基层一线倾听民声，使各项政策举措更接地气、更合民意。

山海寻梦，不觉其远；前路迢迢，阔步而行。站在“十五五”开局的新起点，全市上下要牢记“民之所盼，政之所向”，始终把人民安居乐业、安危冷暖放在心上，以更大的决心、更明确的思路、更精准的举措、更扎实的作风，坚定不移地推进民生福祉实现新提升，让现代化建设成果更多更公平惠及各族群众。

(执笔者：市融媒体中心 普布旺堆)

# 以爱之名过户的房产，情断后归谁？法院判了！

## 以案普法

周阿姨与钱大爷以前系同事，自2002年钱大爷离职后，两人便不再联系。直至2021年，一次偶然的机遇，60多岁的两人再次取得联系。恢复单身的两人经过一段时间的接触交往后，为让大哥一家尽早搬出，自己能和钱大爷在房子里安度余生，周阿姨跟钱大爷商量，以买卖的形式将房屋过户到钱大爷名下。一来让大哥一家搬离房屋，二来也将房屋作为两人日后的婚房使用。2021年10月，周阿姨与钱大爷签署了一份房屋买卖合同，合同约定将房屋以150万元的价格卖给钱大爷。10月19日，周阿姨将房屋过户到钱大爷名下，而钱大爷实际并未向周阿姨支付房屋价款。过户过程中，钱大爷支付了土地出让金及过户税费共计6万余元。

钱大爷入住房子后，二人多次就房屋权属问题进行沟通。钱大爷屡次向周阿姨表示，自己虽为登记权利人，但内心始终视房屋为周阿姨所有，可以随时过户返还；周阿姨则坚称房屋既已赠与，便不再变更。几番推让，房屋最终仍登记于钱大爷名下。然而，随着深入接触，两人因为生活琐事产生嫌隙，双方出现信任危机，周阿姨对钱大爷的人品产生怀疑。2023年3月起，周阿姨开始找钱大爷要回房子，钱大爷称若想将房屋变更登记回周阿姨名下，可以等两年房屋税费降低后双方再通过房屋买卖方式进行过户。周阿姨的行为也让钱大爷认为，周阿姨与他交往系为了利用他帮忙拿回房子，钱大爷心生怨怼。等到10月，周阿姨几次找钱大爷要求办理房屋过户手续，钱大爷却不予回复。一怒之下，周阿姨将钱大爷起诉至北京市东城区人民法院，要求确认房屋买卖合同无效，钱大爷将房屋过户至周阿姨名下。

庭审中，周阿姨一方表示，2021年10月，双方签署房屋买卖合同的真实意思并非为了买卖房屋，且当时双方约定两年后再将房屋过户给周阿姨，但钱大爷并未遵守约定，拒绝返还房屋。此外，周阿姨认为，即便是赠与房屋，自己的目的也是为了结婚共同生活。现双方感情已破裂，无结婚可能，钱大爷应当将房屋返还给周阿姨。

钱大爷辩称，自己无意占用周阿姨房屋，也没有趁机会将房屋过户到自己名下，房屋系周阿姨为解决与大哥争夺房屋的问题赠与自己的。现赠与已完成，房屋已经归自己所有，周阿姨无权要回。即便自己同意将房屋再过户给周阿姨，周阿姨也要赔偿自己此前缴纳的房屋过户税费和土地出让金。

# 为何运动不宜过量

曾华锋

## 卫生与健康

不少人认为，跑得越多，身体越好。但从心脏运动、心脏病学角度来看，运动过量会造成心肌损伤、动脉硬化等。尤其是45岁以上的跑者，如果运动过量，更易造成动脉硬化，或者产生动脉斑块。

在运动时要了解身体发出的“警报”。关注心率，将心率控制在适当、安全范围内。出现以下危险信号时必须停止跑步：心率突然飙升且不受控制，胸部、肩背、牙床有异常压迫感或疼痛，头晕、恶心、眼前发黑，突如其来的极度疲劳感、冒冷汗、心慌，丧失动作协调性、步态不稳等。

跑者应根据当天体感、状态，动态调整比赛目标，不要固守既定配速。少量多次补水，包括水、运动饮料、碳水化合物、水果等，高温天气需额外补充电解质。接近终点时，身体十分疲弱，冲刺要量力而行。

(上接第一版A)二是拥有强大的中央银行，有能力做好货币政策调控和宏观审慎管理、及时有效防范化解系统性风险。三是拥有强大的金融机构，运营效率高，抗风险能力强，门类齐全，具有全球布局能力和国际竞争力。四是拥有强大的国际金融中心，能够吸引全球投资者，影响国际定价体系。五是拥有强大的金融监管，金融法治健全，在国际金融规则制定中拥有强大话语权和影响力。六是拥有强大的金融人才队伍。

文章指出，建设金融强国，必须加快构建中国特色现代金融体系。一是科学稳健的金融调控体系，二是结构合理的金融市场体系，三是分工协作的金融基础设施体系，四是完备有效的金融监管体系，五是多样化专业化的金融产品和服务体系，六是自主可控、安全高效的金融基础设施体系。

文章指出，建设金融强国，必须加快构建中国特色现代金融体系。一是

(上接第一版C)坚持党的领导，统一战线、协商民主有机结合，落实“三个赋予一个有利于”总要求，充分发挥专门协商机构作用，为“十五五”开好局起好步，推进中国式现代化西藏实践广泛凝聚人心，凝聚共识、凝聚智慧、凝聚力量。

报告强调，要坚持党的全面领导，深刻把握人民政协制度和人民政协组织的鲜明政治属性，把党的全面领导贯穿政协履行政治协商、民主监督、参政议政职能全过程，始终在政治立场、政治方向、政治原则、政治道路上同以

(上接第一版D)尽心竭力办好民生实事，才能让发展成果更多更公平惠及各族群众。

增进民生福祉，要狠抓就业增收。就业是民生之本，收入是民生之源。狠抓就业增收，既能筑牢民生之本、稳定社会大局，又能为经济高质量发展注入持久动力。一方面要继续落实好促进城乡居民增收和提升综合性民生服务保障水平系列政策措施，农牧民增收区外就业临时扶持性措施，充分发挥好高校毕业生就业联络服务站作用，积极引导转变就业择业观念，吸收更多高校毕业生就业。另一方面积极破解结构性就业矛盾，要加大就业培训力度，多渠道促进农村转移就业，更大力度实施以工代赈，引

导群众参与产业发展、项目建设等，持续提高群众收入。

增进民生福祉，要织密服务网络。基本公共服务均等化是促进共同富裕的着力点。持续办好“十件民生实事”，加快建设覆盖学前、义务、高中、职业各阶段的高质量教育体系。落实“五个针对”要求，深化紧密型医共体、医联体建设，推动优质医疗资源扩容下沉。繁荣发展文化产业和文化产业，深入开展“培树文明新风 崇尚健康幸福生活”宣传教育活动，引导群众更加健康文明生活。用心用情做好“一老一小”、社会救助等工作，建立健全养老、托幼服务体系。

增进民生福祉，要强化后续扶持。切实增进民生福祉，是巩固拓展

脱贫攻坚成果的重要内容，也是统筹推进新型城镇化和乡村全面振兴的重要目标。要进一步完善落实防返贫致贫监测和帮扶机制，保持过渡期后政策稳定，及时落实帮扶救助措施，动态消除防返贫监测户，坚决守住不发生规模性返贫底线。要加强易地搬迁后续扶持，完善配套设施，提升公共服务水平，持续跟进做好思想引导、产业发展、就业帮扶、社区邻里融入等帮扶工作，让搬迁群众稳得住、有就业、逐步能致富。

改善民生，功在日拱一卒的实干；增进福祉，成于接续奋斗的笃行。做好民生工作的关键，就要坚持问需于民、问计于民，用心用情用力对接群众所需，多办利民务实之策，多做雪中送炭的实事，多办纾解困难的好事，真正把工