

以全民健身托举健康中国

新华社北京8月8日电 8月8日，我国第18个全民健身日如约而至。各地把体育活动办到群众家门口，推动体育生活化、健身常态化、健康全民化。

自2009年设立以来，全民健身日已从一年一次的活动日，延伸为贯穿全年的健康生活方式，拓展成惠及全民的鲜活民生实践。

——全民健身之要，在于夯实体育强国、健康中国的压舱石。

“我们要继续大力发展以人民为中心的体育事业，推动全民健身和全民健康深度融合，向着建设体育强国、健康中国的目标不断迈进。”习近平总书记这一重要论述，指明了全民健身赋能体育强国、健康中国建设的意义所在和路径所向。

遍布城乡的“15分钟健身圈”不断完善，“村超”“城超”等形式多样的群众赛事活动蓬勃开展……截至2025年底，全国共有体育场地500.37万个，人均体育场地面积达3.11平方米，经常参加锻炼人数比例近四成。

全民健身公共服务体系越织越密，不断为体育强国筑牢坚实根基，持续为健康中国提供重要支撑。

“十五五”规划纲要首次将“加快建设体育强国”纳入“加快建设健康中国”篇章，提出“推动从以治病为中心向以健康为中心转变”；《体育强国建设“十五五”规划》《全民健身计划（2026—2030年）》先后印发，共同勾勒出未来五年全民健身事业高质量发展的清晰蓝图。

从全民健身上升为国家战略，到“广泛开展全民健身活动”连续写入党的十九大、二十大报告，再到“十五五”开局之年一系列文件相继出台，全民健身的制度保障愈发健全。

各地各部门在行动。国家卫生健康委、国家体育总局等16部门联合启动“体重管理年”三年行动；教育部“新春第

一会”强调教育树立“健康第一”理念，要求落实中小学每天一节体育课；运动干预进入家庭医生签约服务包，健身设施与基层慢病管理服务点协同布局。

以全民健身托举全民健康，政策层面持续引领，社会关注也不断升温。

“体医融合”“运动处方”成为热词；“国家不让你胖”“国家喊你存肌肉”先后刷屏；一度“脆皮”的年轻人开始崇尚健身，并戏称为“备战奥运”——从“被动治病”到“主动健康”，从盲目节食到科学运动，健康与健身理念日益深入人心。

——全民健身之美，在于丰富幸福生活的崭新场景。

健康是幸福生活最重要的指标，健康是1，其他是后面的0，没有1，再多的0也没有意义。习近平总书记以形象的比喻，阐明了健康的分量，也为全民健身事业标注了深厚的价值底色。

要夯实这个“1”，运动健身是经济有效的重要途径。

每天锻炼一小时，幸福生活一辈子。信念背后，是一个真实场景：晨光熹微，城市公园健身族、暴走团成群结队；暮色降临，社区球场羽毛球、篮球赛轮番上演；“跑马”热如火如荼，“跑山”潮方兴未艾，越来越多的民众把运动健身融入生活日常。

没有全民健康，就没有全面小康。全民健身事业的发展，一头连着人民群众的幸福感、获得感，一头连着国家发展、民族进步的软实力。

各地精准对接群众需求，老旧小区边角地变身“口袋健身房”，公园绿地嵌入智能健身路径，滨河步道串联城市运动脉络。盘活闲置空间、补齐设施短板，群众健身从“去哪练”的烦恼变成“出门有”的便利。

体魄强健，才有生活滚烫；身心安宁，方有岁月绵长。亿万百姓在运动中

守住生命的“1”，万家幸福便有了牢靠的依托。

办赛、营城、兴业、惠民。从“村超”到“城超”，群体赛事活动遍地开花、持续火爆。

运动场上，奋勇争先、激情呐喊，城市乡村的精气神集中迸发，携手拼搏的向心力同频共振。

运动场下，“村超”持续将“观赛流量”变“文旅留量”，“苏超”实现“1元门票带动7.3元周边消费”，“赣超”拉动全省夜间消费总额同比增长30%……“票根经济”、文体旅商的创新链接，激活了产业新动能，促进了区域新发展，提升了群众获得感。

需求驱动供给，时尚引领消费。随着滑雪、越野、骑行、攀岩等新兴运动成为不限于年轻人的社交场，户外运动“玩”出个万亿级产业，冰天雪地正在变成金山银山。

当全民健身热潮在神州大地涌动，其释放的“乘数效应”已远超运动本身，在经济社会高质量发展中撬动更多消费新场景，注入更多民生幸福感。

——全民健身之本，在于守护民生福祉的生命线。

习近平总书记指出：“从体育强国到健康中国，人民的健康、人民的体质、人民的幸福，都是一脉相承的。”

全民健身，根本是“民”，要义在“全”。它不是少数人的“竞技场”，而是全体人民的“生活场”。无论银发垂髫、城市乡村，只有全民共享运动红利，才能为增进民生福祉、厚植幸福根基注入源源不断的动能。

“体育锻炼多一些，‘小胖墩’、‘小眼镜’就少一些。”在习近平总书记的殷切关心下，青少年科学健身普及和健康干预写入政府工作报告，让孩子们“身上有汗，眼里有光”的共识正在重构健康教育生态。

在“积极老龄观、健康老龄化”理念的指引下，运动在保障超三亿老年群体的身体健康、生活质量上发挥着不可或缺的作用。

服务“一老一小”等人群、推进城乡健身服务均等化、打造“全龄友好”健身空间，成“十五五”全民健身工作重点。

《全民健身计划（2026—2030年）》要求，中小學生每天综合体育活动时间不低于2小时，推广“长者运动健康之家”等社区多功能健身场所，并首次将外卖骑手、快递员等新就业群体纳入保障范围。

《体育强国建设“十五五”规划》提出，统筹城乡体育基础设施一体化建设，推动场地设施适老化、适儿化、无障碍建设和改造，不断满足全人群健身需求。

不分地域人群，无论年龄职业，健康中国的道路上，一个都不能少。

截至2025年底，我国国民体质合格率升至84.9%，优良率为30.9%。亿万百姓成为全民健身事业实实在在的参与者、受益者。

民是宗旨所系、人是价值所向。始终以人民需求为导向、以群众满意为标尺，全民健身之路在新时代中国越走越宽广。

如今，全国375个国民体质监测站点提供常态化服务，社区运动健康中心开展试点建设，部分三甲医院开设运动康复门诊……

当运动成为生活常态，健康成为民生底色，“健康中国”正在从政策文件中的宏大愿景，落地生根为百姓身边热气腾腾的日常图景。

每一张运动时的笑脸，每一场球赛的欢呼，都是这图景中最真实的笔触。以全民健身之姿，勾勒健康中国的生动剪影；以全民强健之势，汇聚奋进新征程的磅礴力量。

预计台风“白海豚”在浙江舟山到福建福鼎一带沿海登陆 将给我国东部及内陆多地带来持续强风雨

新华社北京8月8日电 中央气象台8日18时发布台风橙色预警，预计9日晚上至10日早晨，台风“白海豚”以台风级或强台风级在浙江舟山到福建福鼎一带沿海登陆，将给我国东部及内陆多地带来持续强风雨。

中央气象台根据当前情势研判，“白海豚”依然维持较强强度，风雨影响大。登陆后，台风可能回旋少动，将给湖北、安徽、江西、河南等地，特别是大别山前区域带来较强降水。残余系统可能北上，影响华北地区。

中央气象台首席预报员马学款介绍，监测显示，当前“白海豚”外围云系已开始影响我国东部沿海地区，台风核心环流细小，能量高度集中。多种条件共同作用，有利于“白海豚”强度的维持和略有加强。

“白海豚”体型庞大，虽尚未登陆，已在华东沿海地区产生较强风雨。中央气象台预计，8日20时至9日20时，东海大部及钓鱼岛附近海域、台湾以东洋面、杭州湾、浙江沿海将有9至12级大风，阵风11至14级；浙江、上海、江苏东南部、安徽东南部、福建东北部、台湾岛北部有大雨或暴雨，其中浙江中东部有大暴雨，沿海部分地区有特大暴雨。

各美其美，美美与共

上接 A01版

“我仍然记得当年习近平主席一行来到奇琴伊察，我有幸为习主席作讲解。”忆及十余年前的场景，墨西哥资深玛雅文明考古学家何塞·乌奇姆说，“玛雅语中也有类似‘各美其美，美美与共’的表述。”

乌奇姆告诉记者，一位大国领导人面对不同文明表现出的尊重与包容，不仅是中国在全球化时代取得巨大发展的重要原因，更为推动各国间相互尊重、实现包容性发展注入了力量。

多样文明是世界的本色。历史长河中，各国人民创造了具有自身特点和标识的文明。正是不同文明互相遇见、彼此成就，构筑了色彩斑斓的文明图谱，书写了美美与共的时代华章。

在法国巴黎，习近平主席讲述了一段东西方文明交流互鉴的故事：中国的造纸术、火药、印刷术、指南针四大发明带动了世界变革，推动了欧洲文艺复兴。中国哲学、文学、医药、丝绸、瓷器、茶叶等传入西方，渗入西方民众日常生活之中。

简明的话语蕴含深刻的哲理——交流与互鉴，是驱动文明进步的重要动力。

谈及访问世界各地的思考，习近平主席一席话意味深长：“我深深感到，要了解各种文明的真谛，必须秉持平等、谦虚的态度。如果居高临下对待一种文明，不仅不能参透这种文明的奥妙，而且会与之格格不入。历史和现实都表明，傲慢和偏见是文明交流互鉴的最大障碍。”

在特立尼达和多巴哥，同鼓手们一起敲击钢鼓；身着斐济传统服饰“布拉衫”，倾听原住民的祝福歌谣；走进乌兹别克斯坦“丝绸之路文化石”布哈拉古城，深入感受丝路文化……中国元首外交的“文明足迹”遍布全球，推动不同文明在相互了解中相知相惜，在交流互鉴中激荡

许映龙表示，“白海豚”移速偏慢，因其处于大陆高压与赤道高压之间的鞍形气压场中，引导气流较弱，这预示着降水持续时间将会拉长，累计雨量异常充沛。

“从相似路径个例综合分析，‘白海豚’的登陆影响与台风‘巴威’‘海葵’有一定的相似性，表现为强降水范围广、极端性强。”许映龙说。

台风登陆期间，沿海地区需留意“风雨潮”叠加影响。台风登陆后，湘鄂皖赣等地，特别是大别山前区域可能会有较强降水。

中央气象台首席预报员马学款预计，12日后，“白海豚”残余环流可能与中纬度天气系统结合，给华北地区带来一次较强降水过程，需重点关注山东及京津冀地区可能出现强降雨，特别是泰山、太行山、燕山等山前地区可能出现极端强降雨。

气象专家提醒，“白海豚”登陆后，路径发展仍存在一些不确定因素，但无论是在沿海地区，还是鄂皖赣豫山区及后期华北大山前区域，均可能受台风及残余环流影响，出现降雨持续时间较长、累计雨量大、局地极端性强的情况，需注意防范中小河流洪水、山洪、地质灾害等风险。

共鸣。

“我还记得习主席非常认真地观看陈列的各式手工艺品，从中能感受到他发自内心地尊重并希望了解我们的文化。”布哈拉古城手工艺匠人安瓦尔·库尔班诺夫讲起2016年习近平主席到访时的场景，“那次访问后，越来越多的中国游客走进布哈拉。”

库尔班诺夫说，习近平主席真诚、谦和、尊重不同文明、包容多元文化，在交往中拉近了彼此之间的距离，也向世界充分展现，不同文明之间完全可以互相理解、互相借鉴。

近年来，中国与俄罗斯、埃及等国举办文化年、旅游年，合作开展考古研究、经典作品互译；举办亚洲文明对话大会、文明交流互鉴对话会，为文明搭建对话平台；提出全球文明倡议，为当今世界不同文明更好交流互鉴贡献中国智慧。

“一副药方不可能包治百病，一种模式也不可能解决所有国家的问题”“世界上没有两片完全相同的树叶，也没有完全相同的历史文化和社会制度”“茶和酒并不是不可兼容的，既可以酒逢知己千杯少，也可以品茶品味品人生”，在多个国际场合，习近平主席从不同角度阐述和而不同、包容互鉴的道理，强调各国都有权选择符合本国国情和人民需要的道路。

不拒众流，方为江海。“我一直强调中国要做学习大国，不要骄傲自满，不要妄自尊大，而是要谦虚谨慎、勤奋学习，不断增益其所不能。”2014年9月，在印度新德里，习近平主席深刻指出，中华民族之所以历经数千年而生生不息，正是得益于这种见贤思齐、海纳百川的学习精神。

上德若谷。习近平主席引领新时代中国以开放包容、亲和从容的大国胸怀和非凡气度，和世界各国一道书写我们这颗蓝色星球更加美好的未来。

让生态资源转化为生态红利

紧接 A01版

分别选用黄榕、黄花风铃木、水红箭杜鹃等本土特色花木，打造差异化景观打卡节点，以一条生态绿带激活沿线乡村文旅产业。

一体提升 打造农业公园新风景

台山中国农业公园位于都斛镇，是江门重要的农业文化遗产地，也是“广东第一田”所在地。紧扣市級绿美示范片建设要求，市规划院“人民设计师”团队以“田、园、村、路”一体化统筹设计思路，扎实开展台山中国农业公园绿美示范片景观提升项目设计工作。项目提质里程达7.8公里，覆盖主通道、观景塔、育秧工厂等核心区域，兼顾农业生产、旅游观光与村民生活三类场景，通过系统性景观提质，让万亩田园风光与乡村绿意相融共生。

团队立足当地生态禀赋，充分征询种植户与村干部意见，确保绿化设计不影响农机通行、不遮挡农田观景视线，建议优选适配本土气候、彰显



晨曦中的“帐篷城”

8月7日至9日，四川省石渠县的群众和外来游客聚集在扎溪卡大草原上，参加石渠县2026年第四届帐篷季。他们在草原上搭起成百上千顶帐篷，跳起欢快的锅庄舞，进行赛马、民俗运动会等活动。图为8月8日，在扎溪卡大草原上，帐篷和朝霞相映成辉（无人机照片）。

新华社发

以强烈的使命担当勇担复兴重任

上接 A01版

秉持强烈的使命担当，习近平党建思想指引中国共产党人落实新时代党的建设总要求，不断增强党的政治领导力、思想引领力、群众组织力、社会号召力，确保党在新时代坚持和发展中国特色社会主义的历史进程中始终成为坚强领导核心，引领和保障中华民族伟大复兴巨轮劈波斩浪、行稳致远。

把全面从严治党纳入“四个全面”战略布局

治国必先治党，治党务必从严。全面从严治党是新时代党治国理政的一个鲜明特征。

2014年12月，习近平总书记任江苏考察时明确提出“全面从严治党”，并将其同全面建成小康社会、全面深化改革、全面依法治国并列，形成“四个全面”战略布局。

这是以习近平同志为核心的党中央以强烈的历史担当和顽强的意志品质，根据新的历史条件下党的建设面临的新情况和新问题，深刻总结历史上党的建设经验，对管党治党作出的重大部署。

全面从严治党，着眼保持党的先进性和纯洁性，锻造中国特色社会主义事业坚强领导核心，是我们党提高执政能力、完成执政使命的迫切要求，为全面建成小康社会、全面深化改革、全面依法治国提供根本保证。

办好中国的事情，关键在党、关键在全面从严治党。

党的十八大以来，我们党领导亿万人民，历史性解决绝对贫困问题，全面建成小康社会，创造了人类发展进程中的

伟大传奇。25.5万个驻村工作队、300多万名第一书记和驻村干部在这场反贫困斗争的决战中发挥了先锋模范作用，基层党组织发挥了战斗堡垒作用。

当前，我国正处在实现中华民族伟大复兴的关键时期，战略机遇和风险挑战并存，不确定难预料因素增多，一以贯之推进全面从严治党，确保党永远不变质不变色不变味，始终具有强大创造力凝聚力战斗力，正在也将继续为全面建设社会主义现代化国家提供坚强保障。

实践证明，坚持以习近平党建思想为引领，持之以恒推进全面从严治党，把党的建设融入党和国家事业发展大局，以中国共产党之治开创中国之治，是确保党始终成为中国人民和中华民族最可靠的主心骨、不断续写中国奇迹新篇章的制胜之道。

改革进入攻坚期和深水区，要啃下硬骨头，就必须勇于突破利益固化的藩篱。

从一体推进不敢腐、不能腐、不想腐，到统筹推进纪检监察体制改革，我们党通过全面从严治党，清除了妨碍改革发展的“拦路虎”和“绊脚石”。

这种自我净化、自我完善、自我革新、自我提高的能力，使得我们党能够以强大的政治魄力破除体制机制弊端，确保改革始终沿着正确方向前行。

“党的领导是中国特色社会主义最本质的特征，是社会主义法治最根本的保证”“党的领导和社会主义法治是一致的，社会主义法治必须坚持党的领导，党的领导必须依靠社会主义法治”……

法、支持司法、带头守法，推动中国特色社会主义法治体系不断健全；另一方面，全方位、立体式持续推进党内法规制度建设，形成比较完善的党内法规体系，以制度的刚性约束规范权力运行。

将全面从严治党纳入“四个全面”战略布局，是中国共产党在新时代对自身提出的严格要求。这种将自身建设同国家和民族命运紧密相连的逻辑，正是我们党对历史、对人民高度负责的使命担当的集中体现。

以使命担当不断开辟中国式现代化建设新局面

“十五五”开局之年，推进中国式现代化的号角响彻神州大地。

新征程上，目标愈高远，挑战愈艰巨，越需要深刻领悟、自觉践行习近平党建思想蕴含的理论品格，越需要广大党员、干部强化使命担当。

深刻领悟习近平党建思想所蕴含的强烈的使命担当，要胸怀“国之大者”，以更高政治站位自觉扛起时代重任。

强烈的使命担当，首要的是把准方向、看清大局。习近平总书记反复告诫各级领导干部“对国之大者要心中有数”，强调“要时刻关注党中央在关心什么、强调什么，深刻领悟什么是党和国家最重要的利益、什么是最需要坚定维护的立场”。

心系国之大者，方能行稳致远。党员干部学习领会强烈的使命担当，就要不断提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力，善于把地区和部门的工作融入党和国家事业大棋局，做到既为一域争光、更为全局添彩，把强烈的使命担当书写在自觉扛起时代重任的实际行动中。