

新华时评

以爱和馨香致敬母亲

■新华社记者 董博婷 黄羽

又逢母亲节，又是一个繁花盛开、馨香四溢的五月。不管是近日全国妇联推出“我给妈妈送束花”公益传播活动，为10000个家庭定制妈妈专属鲜花和祝福；还是社区街道开展主题活动，通过插花、制作蛋糕等形式感恩母爱；亦或是各地学校组织学生通过手工、书信、贺卡等形式献礼母亲……人们用言语和行动表达对母亲的美好祝愿和感恩之情。

母亲是每个人最早的老师，她教的不仅仅是生活技能，更多的是做人的道理。孟母“断机杼”引导孟子持之以恒；欧母“以荻画地”培养欧阳修勤学之品质；陶母“封坛退鲜”教会陶侃清白做人、廉洁为官；岳母刺字“精忠报国”成就岳飞坚守信仰……岁月悠长，母爱如草木芳香萦回，在潜移默化中浸润孩子，影响社会。

母亲对于家庭是重要的情感纽带，更在家庭家教家风建设中发挥着重要作用。她们赋予孩子成长动力；为小家无私奉献，充盈爱的温暖；为邻里增添融融和气，共沐和谐新风；为社会撑起“半边天”，贡献进步的力量。

时至今日，母爱有了新的精神内涵。养育不同民族十个孤儿的“传奇母亲”阿尼帕·阿力马洪；提灯照亮上千名大山女孩求学路的“校长妈妈”张桂梅；面对从十楼坠落的幼童，奋不顾身伸出双臂的“英雄妈妈”吴菊萍……她们诠释着“母亲”的大爱，如苍穹般包容辽阔、像大地那样坦荡沉静。

致敬，母亲的无私。感恩，母亲的奉献。

新华社北京5月12日电

各地各部门

广泛开展防灾减灾科普宣教活动

新华社北京5月12日电(记者 周圆 王隼)今年5月12日是第16个全国防灾减灾日，主题为“人人讲安全、个个会应急——着力提升基层防灾避险能力”。连日来，各地区、各有关部门突出主题、广泛发动，组织开展了丰富多样的防灾减灾宣传教育活动。

各地各部门贴近实战，组织开展一系列场景多样的演练。国家防汛抗旱总指挥部办公室、应急管理部、浙江省人民政府在浙江金华等地，联合举办“应急使命·2024”超强台风防范和特大洪涝灾害联合救援演习。上海模拟强对流天气同时发生地震灾害，开展“沪应-2024”综合应急演练。河南围绕群众紧急转移避险、集中安置和生活救助举办自然灾害救灾救助应急演练等，一系列演练有力检验了队伍，磨合了机制，促进了灾害应急处置能力提升。

宣教内容方面，各地各部门线上线下相结合，全方位、立体式开展一系列防灾减灾科普宣教活动。工业和信息化部协调通信运营商，面向全国手机用户发送全国防灾减灾日主题公益短信。自然资源部公布2023年度全国地质灾害成功避险十大典型案例。北京围绕海河“23·7”流域性特大洪水应对复盘，在学校和公园开展体验展示活动等。

此外，各地各部门注重创新，多措并举开展主题活动，如第八届全国防震减灾科普讲解大赛总决赛在宁波举行，来自各地的科技、安全类场馆解说员、学校老师、大学生等众多选手参与；安徽举办全国防灾减灾日主题短视频大赛；中国公共关系协会、中国灾害防御协会、中国应急管理学会联合举办“防灾减灾：从基层做起”论坛等，系列活动有效调动了各方参与积极性。



防灾减灾科普宣教活动 新华社发 朱慧卿作

极端天气频发 如何更好应对气象灾害风险?

■新华社记者 黄森

今年5月12日是第十六个全国防灾减灾日。当前，极端天气气候事件频发，给人民生活造成严重影响。我们应如何更好应对气象灾害风险?

今年以来，全球多地自然灾害频发，气象灾害尤其严重。我国极端干旱、低温和暴雨灾害接连发生——西南地区遭受冬春连旱，2月份低温雨雪冰冻事件持续时间长、雨雪范围广、降水相态复杂、冻雨范围大，4月以来多次暴雨过程侵袭南方……

“极端天气气候事件的确有常态化的趋势。”国家气候中心主任巢清尘说，全球

气候变暖增加了极端气象灾害发生的频率，气象灾害呈现出长期性、突发性、巨灾性和复杂性的新特征。

我国所处的位置和环境决定了气象灾害具有频发性、分布广、灾种多、灾损大等特征，特别是季风气候和大陆大洋的地理本底决定了我国是气象灾害严重的国家。

当下，应对气候变化和防灾减灾是全球面临的共同课题，新的灾害风险形势对防灾减灾救灾提出了更高要求。

在巢清尘看来，关键是要建立以灾前预警为基础的灾害风险管理业务体系。首先要摸清自然灾害风险底数，识别自然灾害风险区域，准确评价全国和各

区域灾害综合风险水平。气象防灾减灾救灾要面向高暴露度的城市(城镇)和高脆弱性的农村，实现从灾害性天气预警向气象灾害风险评估转变。

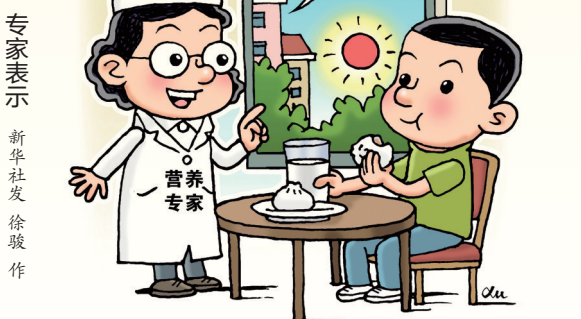
“2016年国家气候中心成立了气象灾害风险管理室，致力于提升气象灾害防范能力。经过多年建设和发展，气象灾害风险管理业务逐渐向客观化、定量化、精细化方向发展。”巢清尘介绍，目前我国已经建成气象灾害风险管理业务技术体系，研发了包括台风、暴雨、干旱、高温、低温等重大灾害的实时监测识别和精细化风险评估技术，形成了面向灾害全过程(灾前、灾中和灾后)实时滚动的灾害风险评估业务。

面对极端灾害不断刷新极值、灾害影响区域边界扩大、多灾种叠加、极端天气气候事件预报预测难度不断加大等挑战，巢清尘建议从提高气象防灾减灾能力、加强致灾机理研究、提升气象服务精细化水平三方面发力，筑牢气象防灾减灾第一道防线。

“要加强气象灾害监测预警，提升气象灾害风险评估精度。”巢清尘说，应加强对极端事件的跟踪分析，进一步开展归因与致灾机理研究；强化生产发展气象服务、民生气象服务；加强科普宣传，提升全民气象科学素养。

近20%居民不能每天吃早餐 专家建议这样吃

吃好早餐是改善居民膳食结构不合理状况的重要环节，提高健康水平应从每天的早餐做起



专家表示 新华社发 徐骏作

新华社北京5月12日电(记者 温竞华)今年5月12日至18日是2024年全国营养周。中国营养学会一项调查显示，我国居民吃早餐情况不容乐观：工作日18.4%的人不能每天吃早餐，周末29.7%的人不能每天吃早餐，且食用谷薯类比例达89.4%，食用奶豆、蔬果的比例不到50%，膳食结构不够合理。

这是记者从12日举行的第六届全国营养科普大会上了解到的信息。营养专家提示，吃好早餐是改善居民膳食结构不合理状况的重要环节，提高健康水平应从每天的早餐做起。

“大量科学证据表明，不吃早餐或早餐吃得不好，都会增加肥胖风险。”中国疾病预防控制中心营养与健康所研究员刘爱玲介绍，早上人体血糖水平较低，不及时吃早餐会刺激身体一些激素的分泌，利于促进脂肪生成；同时，空腹时间长，人体容易产生饥饿感，从而在午餐等餐次进食高热量食物。

刘爱玲说，研究表明，长期不吃早餐会使2型糖尿病风险增加21%，还会增加心血管、消化系统等疾病风险，对儿童青少年大脑发育以及成人的记忆力和情绪也有不良影响。

“丰盛早餐不仅能够最大程度抑制食欲，更好地控制体重，而且会让人体有更好的代谢和内分泌反应，改善下一次进食时的血糖反应，增加胰岛素敏感性，维持血糖稳定状态，降低糖尿病风险。”刘爱玲说。

那么我们应该如何吃好早餐?(《中国居民膳食指南(2022)》建议，早餐要保证食物多样，做到4类品种以上：至少包括主食1份、奶类鸡蛋等食物1份、蔬菜水果各1份，保证获得的营养物质全面充足。多选择高营养密度的食物，如新鲜的、五颜六色的蔬果，以及奶类和大豆类、鸡蛋、瘦肉、全谷物。

专家提示，早餐不能吃太少，应占全天食物总量的25%至30%，能量供给与午、晚餐相似。早餐时间不宜太晚，尽量在9点前吃完。鼓励家人共同进餐，在温馨愉悦的状态中开启美好一天。

数读新闻

1至4月中国电动汽车在巴西销量达4.8万辆

据新华社东京5月12日电(记者 刘春燕 钟雅)《日本经济新闻》网站11日报道说，中国电动汽车在拉美市场影响力不断扩大。今年前4个月，中国电动汽车在巴西市场新车销量达到去年同期的8倍。

根据巴西汽车经销商联合会的数据，中国汽车制造商的电动汽车和插电式混合动力汽车在巴西越来越受欢迎，今年以来在巴西的销量增长迅速，1月至4月的销量达4.8万辆，是去年同期的8倍。

尼泊尔登山向导创29次登顶珠峰新纪录

据新华社加德满都5月12日电(记者 易爱军)尼泊尔知名登山向导凯米·瑞塔·夏尔巴12日早上从南坡第29次登上世界最高峰珠穆朗玛峰，打破自己此前保持的世界纪录。

尼泊尔旅游局驻珠峰大本营办事处官员基姆·拉尔·高塔姆对新华社记者说，现年54岁的凯米于当地时间12日上午7时25分站上世界之巅，通过第29次登顶“创造了历史”。

563万名护士!“白衣天使”更有力托起百姓健康

■新华社记者 董瑞丰 李恒

常言道：三分治疗，七分护理。护士是距离患者最近、接触患者时间最长的专业人员，守护着百姓健康。

“5·12”国际护士节来临之际，国家卫生健康委公布最新数据：截至2023年底，全国注册护士总量达到563万人，每千人口注册护士数达到4人，具有大专以上学历的护士超过80%，我国护士队伍建设取得明显成效。

这支队伍更壮大了。近10年来，我国注册护士人数保持年均8%左右的增长，每年约有三四十万新人加入，共同在推进健康中国建设、应对重大突发事件中发挥独特作用。

整体素质更强了。护理学历格为一级学科，护士学历一路“走高”。职高、中专成了“过去时”，大专和本科已是寻常，硕士甚至博士也不罕见，高学历护士和专科护士逐渐成为趋势。

专业技能更精了。各地结合实际，积极开展老年、儿科、重症监护、传染病、

精神病等紧缺护理专业护士培训工作。“白衣天使”不只是“发发药、打打针”，还要有娴熟的临床技能，具备沟通交流、健康指导、心理护理、人文关怀等“多面手”能力。

北京协和医院有一个例子：护士们为肠镜检查患者准备了详实的术前饮食和用药指导图片，并在术前三天短信提醒每天注意事项。这些努力，不仅提高了检查效率，也让患者感受到更多便利和温暖。

瞄准群众关切事，护理工作向着更加贴近患者、贴近临床的方向迈进——

“互联网+护理服务”让护士上门，将专业的护理服务从机构延伸至社区和居家。目前共计3000余个医疗机构提供7类60余项群众常用急需的基础护理、康复护理、心理护理等服务项目。

不断深化“以病人为中心”的理念，为患者提供更有温度的护理服务；发挥大型医院优质护理资源下沉和带动作用，提升基层护理的服务能力……

随着社会经济发展和健康理念转

变，护理工作也面临新的形势。

人口老龄化程度加深，老年护理以及老年有关慢性疾病护理的需求日益旺盛。人们期盼更高质量、多样态的护理服务，呼唤“白衣天使”全方位对接群众不断增长的健康服务需求。

针对百姓的急难愁盼，护理服务正进一步加大供给。国家卫生健康委医政司副司长邢若齐说，相关部门将采取有力措施，充分发挥政策支持激励引导作用，进一步改善和优化护理服务，提升患者满意度和获得感。

“白衣天使”护佑生命，离不开全社会的关心、尊重和理解。

落实好各种惠护政策，不断完善薪酬待遇制度，不断改善工作环境、值班休息和后勤保障条件，让护理岗位的吸引力进一步增强，也让更多护士在解决后顾之忧的同时，努力练就硬本领和好作风。

如此，新时代的“白衣天使”将更有力地托起亿万人民健康。

新华社北京5月12日电

我国成功发射 试验二十三号卫星

5月12日7时43分，我国在酒泉卫星发射中心使用长征四号丙运载火箭，成功将试验二十三号卫星发射升空，卫星顺利进入预定轨道，发射任务获得圆满成功。

新华社发 汪江波 摄



曲阜市陵城镇 开展紧急避震应急演练

本报曲阜讯(通讯员 刘新红 武鹏)为全力做好突发灾害应急处置工作，进一步提高干部群众防范意识和突发事件的应急处置能力，确保在灾害来临时，应急处置工作快速、高效、有序进行，近日，曲阜市陵城镇在古路套村开展紧急避震应急演练，各村(社区)、物业小区灾害信息员参加活动。

随着警报声响起，防震演练正式开始。在安全员的组织下，演练人员迅速反应，用双手保护头部，并立即沿着预定安全路线快速、有序地疏散到室外安全空旷广场。从警报声响起至全员快速撤离，整个疏散演练过程既紧张又有条不紊。当安全撤离到指定地点后，工作人员第一时间仔细清点人数，医护人员检查是否有人受伤，模拟心肺复苏，确保全部人员成功撤离。

该村安全员李海洋说：“我觉得这次地震疏散演练非常有意义，我们村有很多年纪较大的村民，他们对自救知识了解不多，我们将定期开展防震减灾知识宣传活动，组织辖区群众开展应急演练，让村民们掌握应急避震的正确方法，提高群众的地震应急避险和疏散能力。”通过此次演练，群众熟悉了紧急疏散的程序、方法、路线，以及避震逃生注意事项，进一步提高了防震应急意识和自我保护、自救互救、团队协作能力。



5月9日，泗水县泉林镇青龙庄千亩桑葚采摘园迎来了一拨又一拨游客。近年来，泗水县深度挖掘乡村旅游资源，统筹梅花、杏花、桃花、梨花、槐花等“五朵金花”，举办泗水赏花汇旅游节，打造“春来山乡美·赏发到泗水”乡村旅游品牌，每年吸引游客20余万人。目前，该县在开发好“赏花”资源的同时，又在“摘果”上做文章，现已规划建设了卞家庄千亩樱桃、青龙庄千亩桑葚、焦坡村千亩葡萄等一批采摘园。

■通讯员 包友森 王静珂 摄