筑牢强国建设民族复兴的文化根基

（上接1版）阐明其中蕴含的道理、学理、哲理，推出高质量的研究成果，宣传思想文化战线重任在肩。

一年来，习近平同志《论教育》《论坚持和完善人民代表大会制度》和《习近平关于全面加强党的纪律建设论述摘编》等著作出版发行，理论研究佳作频现……

一系列理论成果从不同视野、不同维度，拓展了对习近平新时代中国特色社会主义思想的体系化、学理化研究阐释，为深化党的创新理论武装提供了重要支撑。

既在学理化阐释上深耕，又在大众化宣讲上着力，把鲜活的思想讲鲜活。

一支立麦、一名理论讲解员。在浙江杭州“‘青’你来说·理论开放麦基层理论研讲”活动现场，青年们围绕“党的创新理论我来讲”主题，开麦畅言，气氛格外热烈。

“开放麦”形式是2024年浙江理论宣讲省级层面的新探索，通过将年轻人喜爱的脱口秀形式运用到理论传播中，推动党的创新理论“飞入寻常百姓家”。

用接地气、有生气、富有吸引力感染力的大众话语，才能架起科学理论通向群众的桥梁。

正如习近平总书记所指出的那样，党的理论创新和实践创新是十分生动的，我们的学习也应该是生动的。

一年来，以百姓视角、百姓语言、百姓情怀推动理论与大众“零距离”“面对面”，宣传思想文化战线推动党的创新理论来到群众身边，走进百姓心田。

中央主要媒体创新打造“微镜头”“第一观察·现场”等融媒体产品，策划《平“语”近人——习近平喜欢的典故》（第三季）等电视节目，通过大小屏幕，理论普及的半径持续拓展。

“学习强国”学习平台不断扩大理论阵地空间，助力“全员参与、全民学习”；“院坝小讲堂”“社区微课堂”深入乡村街道传唱“新思想”，理论学习载体日渐丰富、形式不断创新。

思想光芒照亮前路，理论学习直达心间。

当党员干部更加自觉读原著、学原文、悟原理，当大思政课上“青年讲给青年听”，当理论学习辅导读物上榜畅销书榜单，习近平新时代中国特色社会主义思想便已然成为人民所喜爱、所认同、所拥有的理论。

团结稳定鼓劲　凝聚精神力量

民族复兴离不开价值引领，漫漫征途尤需精神支撑。

“不断构筑中国精神、中国价值、中国力量，发展壮大主流价值、主流舆论、主流文化。”习近平总书记为宣传思想文化战线指明方向。

胸怀大局、把握大势、着眼大事，一年来，宣传思想文化战线唱响主旋律，弘扬正能量，激励全党全国人民士气鼓舞起来、精神振奋起来，朝着党中央确定的宏伟目标团结一心向前进。

这是愈加充盈的爱国深情——

2024年9月29日，人民大会堂金色大厅灯光璀璨。伴随着《向祖国英雄致敬》雄壮激昂的旋律，习近平总书记亲自为国家勋章和国家荣誉称号获得者颁授勋章奖章。

一枚枚勋章奖章，铭记着不可磨灭的功勋。通过媒体和网络，英雄们的事迹传遍大江南北，激发起亿万人民的爱国热情和对伟大事业的壮志豪情。

爱国主义是中华民族的民族心、民族魂，是我们民族精神的核心。

“让爱国主义成为每一个中国人的坚定信念和精神依靠”——习近平总书记的教导，道出中华儿女心之所系、情之所归。

2024年是新中国成立75周年，以重要节点为契机，宣传思想文化战线高擎爱国主义伟大旗帜，唱响礼赞新中国、奋进新征程的昂扬主旋律：

一方方舞台上，庆祝中华人民共和国成立75周年音乐会的动人旋律唤起听众对不平凡历程的真切记忆，庆祝新中国成立75周年优秀曲艺节目展演在传统与现代的碰撞中展现时代风貌；

荧屏银幕里，“与时代同行　与人民同心”电视剧展播汇聚《走向大西南》《山花烂漫时》等优秀作品，电影《志愿军：存亡之战》《解密》重温峥嵘岁月、延传红色血脉；

展厅展馆内，“风展红旗如画——馆藏红色经典文物展”“‘国社之镜·世纪光影’新闻摄影展”等激发观众心底最深层、最持久的爱国情感；

……

宣传思想文化战线深入生活、扎根人民，倾情讲述中华民族的千年巨变、揭示百年中国的人间正道，爱国主义热情在亿万中华儿女心中澎湃。

这是愈加磅礴的改革之力——

“如何吸引外来人才，留住本地人才，让更多优秀年轻人返乡创业？”云南省澄江市右所镇党委书记刘云彬问得恳切。

从全会《决定》中完善城乡融合发展体制机制谈起，中央宣讲团成员就如何在引人、育人、留人、用人各环节持续发力等方面予以解答，现场互动频频、掌声阵阵。

这是学习贯彻党的二十届三中全会精神中央宣讲团成员深入云南村镇宣讲时的一幕。

自2024年7月下旬以来，中宣部会同有关部门组成中央宣讲团，一个多月时间在全国各地共作报告52场，举办各种形式的互动交流活动57场，直接听众近98万人，通过电视直播、网络转播等渠道收听收看人数达2000多万。

党的二十届三中全会擘画了进一步全面深化改革、推进中国式现代化的宏伟蓝图。习近平总书记指出：“广泛凝聚共识、充分调动一切积极因素，对顺利推进改革十分重要。”

加强面向基层和群众的宣传、解读，及时解疑释惑，回应社会关切，有助于筑牢全党全社会共抓改革的思想基础、群众基础。

新闻媒体开设“锚定现代化　改革再深化”等栏目、推出《改革开放新篇章》特别报道，广大记者编辑记录下改革一线的火热实践；

出版界推出《创新高地：深圳创新启示录》《海南自由贸易港热点释读》等精品书籍，展现改革高地的建设成果，提炼弥足珍贵的经验启示……

通过深入宣介全会精神、持续报道改革举措、充分讲好改革故事，全党全国各族人民的改革共识充分凝聚，智慧力量不断汇集。

既要为改革鼓与呼，又要全面落实好全会对文化领域提出的改革任务。

宣传思想文化战线紧紧围绕完善意识形态工作责任制、优化文化服务和文化产品供给机制、健全网络综合治理体系、构建更有效力的国际传播体系等方面，加强研究谋划、制定具体方案，推动文化体制机制改革蹄疾步稳、纵深推进。

这是愈加坚定的发展信心——

2024年9月26日，中央政治局召开会议，分析研究当前经济形势，部署下一步经济工作。习近平总书记主持会议。

会议召开后，宣传思想文化战线特别是新闻媒体全方位深入解读会议精神，深刻阐释会议各项决策部署，增强砥砺前行的信心，激发干事创业的热情。

“只要信心不滑坡，办法总比困难多。”在2024年中央经济工作会议上，习近平总书记强调了“信心”二字。

一年来，宣传思想文化战线不断加强经济宣传和舆论引导，合力唱响“强信心”主旋律。

聚焦思想引导，中央媒体刊发一批理论阐释文章和生动实践案例，深入阐释习近平经济思想的科学体系、形成脉络和世界意义，阐释发展新质生产力、促进城乡融合发展等重大决策部署。

做好政策解读，国新办新闻发布会邀请经济领域权威部门解读一揽子增量政策、各媒体围绕大规模设备更新和消费品以旧换新等政策推出系列报道，讲清楚一系列政策组合拳“解决什么问题”“怎么解决问题”“解决问题的意义”，切实增强社会公众对政策的理解度、认同度。

解析经济形势，系列深度观察稿件结合季度、月度经济数据发布进行辩证理性分析，讲清讲透经济运行稳中有进、指标明显回升的积极态势和我国经济长期向好的基本面，稳定经济发展长期向好预期。

展现发展成就，记者编辑围绕“推进现代化产业体系建设”“推进绿色低碳发展”“扎实推进乡村全面振兴”等主题，积极参与“高质量发展调研行”主题采访活动，充分挖掘报道各地典型案例和经验做法。各媒体还以第七届进博会等展会为观察窗口，透视中国各领域高质量发展成就。

宣传思想文化战线既从宏观层面讲好经济发展之“势”，也从中观层面把握市场变化之“态”，又从微观层面展现万家灯火之“实”，生动反映中国经济的强大韧性和巨大潜能，推动社会预期不断改善、信心不断增强。

这是愈加激昂的时代强音——

通过AI技术让老照片“动”起来，采用声纹克隆、智能翻译、唇形同步等技术一键翻译制作十余种外语视频……

用互联网思维主导资源配置，这是主流媒体在信息化条件下提升新闻舆论引导力、推进系统性变革的必然要求。

舆论是影响社会发展的重要力量。好的舆论可以成为发展的“推进器”、民意的“晴雨表”、社会的“黏合剂”、道德的“风向标”。

习近平总书记指出，人在哪儿，宣传思想工作的重点就在哪儿。

当前，我国网民规模近11亿人，形成了全球最为庞大、生机勃勃的数字社会。谁掌握了互联网，谁就把握住了时代主动权。

举办2024年中国网络文明大会、2024年世界互联网大会乌镇峰会，“清朗”系列专项行动整治“自媒体”无底线博流量、网络直播领域虚假和低俗乱象……向上向善的网络文化日益壮大，风清气正的网络空间不断形成。

牢牢把握舆论主导权，推动互联网这个最大变量变成事业发展的最大增量，亿万网民共同的精神家园中，“大流量”持续澎湃“正能量”。

以社会主义核心价值观为引领，宣传思想文化战线弘扬主流价值、践行为民初心。

公示第九届全国道德模范候选人，发布“时代楷模”“中国好人”“最美人物”“新时代好少年”，改进创新文明城市、文明村镇、文明单位、文明家庭、文明校园创建，榜样的示范作用愈发显著；

电影人关注时代、贴近现实、创新技术和表现方式，推出题材多元、类型丰富的作品，满足观众多样化观影需求，开展2024年全国电影惠民消费季惠及全国观众；

开设“重温经典”电视频道，“一个遥控器看电视”、专项治理酒店电视操作复杂等举措解决“看电视难”，广播电视领域不断提升用户体验感和满意度……

一项项具体举措扎实有力，人民群众文化获得感进一步增强，主旋律更加昂扬。

厚植文化自信　激扬创新活力

2024年9月10日，习近平总书记来到陕西宝鸡青铜器博物院考察。伫立于镇院之宝何尊前，总书记久久凝思，溯古言今：

“中华文明五千年，还要进一步挖掘，深入研究、阐释它的内涵和精神，宣传好其中蕴含的伟大智慧，从而让大家更加尊崇热爱，增强对中华文明的自豪感”。

泱泱中华，历史何其悠久，文明何其博大，这是我们的自信之基、力量之源。

一年来，宣传思想文化战线厚植文化自信，不断激发文化创新创造活力。中华文化“一池春水”生气盎然，神州大地升腾起“郁郁乎文哉”的盛大气象。

留住根脉，守护精神家园——

北京中轴线，“文化之脊”历久弥新。这条始建于13世纪、纵贯北京老城南北的世界最长城市轴线，彰显着中国传统都城规划理论和“中”“和”哲学思想，成为体现中华文明突出特性的重要标识。

2024年7月，联合国教科文组织第46届世界遗产大会通过决议，将“北京中轴线——中国理想都城秩序的杰作”列入《世界遗产名录》。

“要以此次申遗成功为契机，进一步加强文化和自然遗产的整体性、系统性保护，切实提高遗产保护能力和水平，守护好中华民族的文化瑰宝和自然珍宝。”习近平总书记提出新的要求。

文化遗产承载着中华民族的基因和血脉，蕴藏着中国人民的伟大创造、卓越智慧和共同记忆。

保护好、传承好文化遗产，功在当代、利在千秋，是建设社会主义文化强国的应有之义，也是我们的历史责任和文化使命。

一年来，我国文物和文化遗产保护传承的实践别开生面，中华文明生生不息。

“春节”申遗成功、“羌年”等3个遗产项目转入人类非物质文化遗产代表作名录，“非遗”系统性保护广受认可；丰邢叔簋等文物回归，武王墩墓等“考古中国”重大项目取得新进展，古老文明的面貌更加清晰；开展第四次全国文物普查、修订文物保护法，文化遗产保护安全屏障不断筑牢。

守护根脉、传承文明，弦歌不辍、薪火相传。

一系列重大举措彰显宣传思想文化战线对文脉的珍视与对未来的远见，让中华文化展现出永久魅力和时代风采。

活化利用，引领创新发展——

“买到了，真的太好看啦！”国家博物馆内，捧着两枚刚买到的“凤冠冰箱贴”，观众小袁难掩兴奋之情。

这款文创产品以国博馆藏文物“明孝端皇后九龙九凤冠”为设计原型，一经推出便迅速成为现象级“爆款”，引得众多游客竞相收集。

古老文脉绵延不绝，也要与时俱进、开拓创新，更好适应时代发展和人民需求。

在创造性转化、创新性发展中，中华优秀传统文化正以更鲜活的方式走进生活，受到越来越多年轻人追捧。

新闻战线深入开展“文化中国行”主题宣传，策划推出“行走美丽中国”“人间好时节”“新文化‘兴’青年”“非遗有新人”“长江之歌”“传统村落人文影像志”“中华文化圈粉记”“假期看展攻略”“国宝画重点”“丹青中华”等一大批有新意、有美感、强互动的融合报道，240多个话题登上微博热搜榜单，阅读量超117亿，生动展示新时代新征程的文化成就和文化气象，进一步激发了全社会的文化创新创造活力。

新编越剧《新龙门客栈》持续火热，观众直呼“又美又‘飒’”；河南安阳殷墟博物馆运用数字技术，调动游客多维感官实现沉浸式体验；沉浸式家庭音乐剧《甪端》驻演版让故宫文物活起来……

今日之中国，“文博热”火爆、“文创风”劲吹，陈列在广阔大地上的遗产、书写在古籍里的文字活起来，中华优秀传统文化因创新创造彰显出旺盛的生命力、创造力、影响力。

文旅融合，贯通传统现代——

“让旅游业更好服务美好生活、促进经济发展、构筑精神家园、展示中国形象、增进文明互鉴。”

2024年5月17日，全国旅游发展大会召开。习近平总书记对旅游工作作出重要指示，擘画“诗和远方”美好图景。

以文促旅，以旅彰文。一年来，“诗和远方”铺展开动人新画卷。

初夏午后，阿尔泰山苍翠欲滴，新疆哈巴河县齐巴尔镇吉林新村人头攒动，来自五湖四海的游客“打卡”热播剧《我的阿勒泰》拍摄地，一部剧带火了一座城。

在敦煌，万人星空演唱会“点亮”月牙泉夜景，如梦似幻；在西安大唐不夜城，“古画”中的“仕女”翩翩起舞，游客感叹“步入历史”……

把历史文化与现代文明融入旅游经济发展之中，旅游已成为宣传灿烂文明和现代化建设成就的重要窗口。

数据显示，2024年前三季度，国内出游人次42.37亿，同比增长15.3%；2024年1月至11月，2921.8万人次外国人来华，“China Travel”风靡世界。

宣传思想文化战线推动文化“出新”和旅游“出圈”双向奔赴，广大人民群众在游赏大好河山中，品味厚重文明，享受多彩生活。

展现中国形象　推动文明对话

赤金走龙活灵活现、三彩骑驼奏乐俑惟妙惟肖、嵌松石立凤金饰件工艺精湛……

步入法国吉美国立亚洲艺术博物馆地下一层展厅，“中国·唐——一个多元开放的朝代（7至10世纪）”展览上一件件充满东方古韵的展品，令海外观众赞叹“美妙又壮观”。

展览开幕之际，中法两国元首分别题写了序言。习近平总书记在序言中深刻指出，“我们要从历史文化中探寻启迪，深化人文领域交流互鉴和文化遗产保护合作，各美其美，美美与共”。

“各美其美，美美与共”，展现出中国共产党人开放包容的胸襟格局，诠释了平等、互鉴、对话、包容的文明观。

始终秉持这一文明观，宣传思想文化战线不断推动人文交流、文化交融、民心相通，全面提升国际传播效能。

以文相交，中华文化闪耀世界舞台——

“我听说中国电视剧《山海情》近期在科摩罗热播。”2024年9月2日，习近平总书记在北京会见科摩罗总统阿扎利时欣然说道。

跨越山海的共鸣，源于对美好生活的共同向往。有温度的中国故事正与世界“共情共振”。

全球玩家沉浸在《黑神话：悟空》的游戏世界，神话典故、传统民乐等文化元素也吸引着国际社会的目光；中国文学作品入藏大英图书馆，别具一格的东方文化在海外持续“圈粉”……一年来，更多具有中国特色、体现中国精神、蕴藏中国智慧的优秀文化不断走向世界，也让中国形象更加亲和、愈发生动。

增进了解，中国智慧激荡世界——

“读懂中国，需要读懂进一步全面深化改革、推进中国式现代化。”

2024年12月3日，2024年“读懂中国”国际会议在广州举行。在贺信中，习近平总书记点明“读懂中国”的重要密码。

今日之中国，不仅是中国之中国，而且是亚洲之中国、世界之中国。

中华文化蕴含的思想观念、人文精神、道德规范，不仅是中国人思想和精神的内核，对解决人类问题也有重要价值。

一年来，宣传思想文化战线以更加开放的姿态拥抱世界，以更有活力的文明成就贡献世界。

全球文明倡议受到广泛欢迎，外国政要表示“这是推动世界实现和平之道”；多语种版《习近平谈治国理政》深受好评，外宾坦言进一步加深了对中国之路、中国之治、中国之理的理解；“理解中国道路”丛书英文版等发布，外商感慨“用图书诠释中国智慧，让世界充满期待”。

把继承中国传统又弘扬时代精神、扎根本土实际又顺应世界潮流的中国理念传播出去，国际社会对“世界之中国”形成愈发深刻的理念认同、情感认同。

开放包容，美美与共汇聚文明之光——

2024年11月7日，北京雁栖湖国际会展中心迎来八方宾客，首届世界古典学大会在这里拉开帷幕。

来自30多个国家的400多位专家学者在研讨中回溯思想之源、总结历史智慧、发掘文明传统，从古典文明中汲取营养，共寻现代问题的解决之道。

文明因交流而多彩，文明因互鉴而丰富。

一年来，中国以海纳百川的宽广胸怀打破文化交往的壁垒，以兼收并蓄的态度汲取其他文明的养分，促进各国文明求同存异、取长补短。

以媒为介、以诚相交，全球主流媒体负责人齐聚第六届世界媒体峰会，共商如何讲好世界现代化建设故事，推动全球共同发展；

以诗会友、共话未来，来自金砖国家的诗人来到国际青春诗会，以文学为纽带，共同探索灵魂深处，关怀人类命运；

以乐传情、以艺通心，法国爱丽舍宫里弹起中国民歌《茉莉花》、中国国家大剧院里奏响意大利名曲《今夜无人入睡》，东西方音乐家奏响经典之声，不同文明的记忆彼此交融；

……

中华文明与其他文明相互遇见、相互成就，写下和合共生的灿烂篇章。

2025年的大幕徐徐拉开。岁序更替，始终不变的是奋进者的身姿；华章日新，始终清晰的是前行者的脚步。

在习近平文化思想科学指引下，把文化体制机制改革引向深入，宣传思想文化战线坚定文化自信、秉持开放包容、坚持守正创新，满怀豪情踏上新的征程。

新华社北京1月2日电

提高免疫力的8个方法

保证饮食平衡

适当的多吃蔬菜和水果，保证蛋白质、维生素、矿物质和微量元素的摄入，做到低脂、低糖、低盐。

坚持适量运动

加强体育锻炼对增强体质、提高身体免疫力意义重大。锻炼时注意运动项目的选择和运动强度，要因人而异、循序渐进、量力而行。

做好预防感染

培养良好的卫生习惯。顺应自然，注意气候冷暖变化，及时增减衣服。在流行性感冒等传染病流行期间少到公共场所活动，避免交叉感染。

及时补充水分

缺水不但影响正常生理功能，降低人的免疫力，还易诱发呼吸、循环、泌尿等系统的多种疾病。因此，要养成及时饮水的好习惯。

保证充足睡眠

充足的睡眠是人体各器官进行自我修复、消除疲劳、增进活力、增强免疫力的最佳途径。

戒除不良嗜好

生活规律，按时休息，戒烟戒（限）酒，远离有毒有害物质，注意保持汗腺、二便通畅，防止便秘。

按需接种疫苗

接种疫苗是预防传染性疾病科学有效的手段，接种疫苗能够对易感人群进行保护，最大限度阻断疾病传播。

保持良好情绪

良好的情绪会使肌体生理功能处于最佳状态，有利于废物排泄、消除疲劳、增进食欲、保证睡眠，提高免疫功能。

（营口市卫生健康事务中心）

房屋出租

营口邮政现有多处房屋出租：大商东临营口邮政办公楼、邮电大厦五层七层八层、老街外门市，老边、盖州、鲅鱼圈等多处房屋出租。

联系人：张先生

电　话：13342304488

声　明

刘莹不慎将营口市东城天下12号楼2单元5楼2号，面积为68.29平方米，金额为64621元，专用收款收据（收据号0116363）丢失。

声明作废

2025年1月3日