

# 活力奔涌 动能足

## ——从“五一”假期触摸中国经济发展脉动

新华社记者

立夏之际，中国大地生机勃勃，处处跃动着发展的活力。

“五一”前夕，4月28日，习近平总书记主持召开中共中央政治局会议，分析研究当前经济形势和经济工作。会议强调增强信心，以更大力度和更实举措抓好经济工作。

山水城乡人潮如织，涌动着高涨的出行热情；市面红火、供需两旺，折射消费市场的巨大潜力；实干奋进步履不停，绘就节日最美的劳动风景……忙碌火热的“五一”假期，彰显超大规模市场的优势，勾勒出一幅蓬勃向上的中国经济图景。

### 人潮奔涌，流动中国 尽显蓬勃活力

五月暖阳，位于新疆昌吉州阜康市境内的天山天池景区草木葳蕤，澄澈湖水倒映着巍峨的博格达峰，宛若一幅旖旎的山水画卷。

“在短视频平台上经常能够刷到天山天池的美景，今天终于身临其境，切身感受到了大自然的鬼斧神工。”来自陕西西安的游客王先生说。

在安徽黄山唐模古村感受灯火璀璨，到河南隋唐洛阳城国家遗址公园“穿梭古今”，在江苏连云港东海青松岭森林公园漫步林间……这个假期，人们走出家门奔赴春光，在一路行进中感受大美中国的精彩。

交通运输部预测数据显示，今年“五一”假期，全社会跨区域人员流动量预计将超过15.2亿人次，日均超3.05亿人次，同比增长4%，有望创历史新高。

假日期间，跨境出行热度攀高，横琴口岸迎来繁忙的“五一”客流。

“假期内地居民赴澳出游热情旺盛，港澳居民北上探亲消费需求同步释放。5月2日，横琴口岸出入境客流达14.8万人次，同比增长15.1%，创下单日客流历史新高。”横琴边检站工作人员告诉记者。

以需求为引领，多元化交通供给释放“文旅融合”乘数效应。“五一”假期，“大美上饶”主题观光列

车、“大河之南号”采茶专列等多趟旅游列车集中开行，辽宁10条主题旅游公路全线迎客，上海虹桥机场面向入境和中转旅客推出免费豫园半日游等产品。

假日里的中国，人享其行、物畅其流。

5月1日，在中国铁路太原局集团有限公司临汾综合段管辖的瓦日线区段，一列列满载煤炭的货运列车驰骋在晋南沃野间。

“聚焦瓦日线电煤保供重点任务，我们加强线路养护与运输组织，保障电煤等重点物资运输高效推进，为民生用能和社会经济发展提供运力支撑。”临汾综合段生产调度指挥中心主任贾新文说。

来自交通运输部的数据显示，4月27日至5月3日，国家铁路运输货物8080.1万吨，环比增长1.63%；监测港口完成货物吞吐量27823.4万吨，环比增长7.64%。

### 市面火热，假日消费 折射发展动能

假期首日，位于北京朝阳公园的喜茶泡泡玛特城市乐园店人气火爆，原木材质打造的前来童趣茶饮空间，吸引大批消费者前来打卡。

“今年‘五一’赶上很多地方放春假，不少外地游客带孩子来乐园玩，我们的鲜果茶系列饮品很受欢迎。”喜茶泡泡玛特城市乐园店值班经理赵兵说。

据商务部商务大数据监测，5月1日至4日，商务部重点监测的78个步行街（商圈）客流量、营业额分别分别增长5.0%、5.3%。抖音生活服务数据显示，假期国内酒店宾馆抖音团购销售额同比增长86%，康养休闲类销售额环比节前增长超五成。

这个假期，一批以“体验”为核心的新业态、新场景在各地蓬勃兴起，不断点亮消费新蓝海。

参加“长安侠客行”互动游戏，感受江湖游侠的快意；与“花神”行“飞花令”，对诗成功即可获得簪花福利……西安的长安十二时辰主题街区推出互动共创、沉浸式演

艺等体验项目，假期日均接待游客8000人次。

飞猪和小红书发布的“五一”出行报告显示，假期主打深度沉浸、情绪价值的体验型消费增长迅猛，溯溪、登山等关键词搜索热度同比增长130%。“体验型消费通过‘吃住行游购娱’全链条联动和‘商旅文体展’多业态融合，已成为激发内需深层活力的重要力量。”清华大学中国发展规划研究院常务副院长董煜说。

假日期间，以旧换新热度不减，“焕新”需求与产业升级良性互动，推动消费市场提质扩容。

5月2日，上海五角场苏宁易购Max店，不少年轻人正在店内体验AI眼镜。通过叠加虚拟画面，骑行或步行时只要发出导航指令，路线就能实时呈现在眼前。

“当前AI眼镜普遍支持指令行程规划等功能，重量也只有40到50克，已经从最初的尝鲜玩具逐渐变成实用的随身助手，假期来下单的年轻人特别多。”上海五角场苏宁易购Max店3C品类销售负责人说。

由商务部等主办的2026“购在中国”国际消费季，计划在“五一”、端午假期等节点举办超百万重点活动；银联云闪付联动江苏各地推出“苏超”赛事专属促消费活动……一系列政策举措持续推出，促进国内大市场潜力释放。

商务部部长助理张力表示，将持续抓好消费新业态新模式新场景试点建设，加快培育首发平台、服务消费集聚区等载体，打造一批商旅文体健融合的消费新场景，进一步激发消费动能。

### 只争朝夕，拼搏实干 跃动奋进之姿

奋进五月，劳动筑梦。“五一”假期，很多领域的劳动者依旧在岗位上默默耕耘，以实干劲头为“十五五”开局之年高质量发展注入动力。

广西北部湾畔，平陆运河青年枢纽下游2号围堰正式破除，江水缓缓注入青年枢纽船闸，运河枢纽工

程进入有水调试阶段。

“向着今年9月如期建成通航的目标，项目全线1万多名建设者在假期持续奋战，高标准推进枢纽工程调试工作。”平陆运河工程建设指挥部指挥程耀飞说。

5月3日清晨，吉林长春66千伏双花乙线T接四家变电站的工程建设现场，数十名作业人员利登登上铁塔，地面人员手持对讲机紧盯滑车，配合调整放线速度。

“现在正是建设施工黄金期，作为长春冬奥会的重要配套项目，变电站建成后将承担起当地滑雪场的高可靠性供电保障。”国网长春市双阳区供电公司经理李晨光说。

走进园区和企业，很多假期坚守岗位岗位的人们，正在为新订单、新任务而忙碌。

假期第4天，在广东汕头市积木制造商高德斯精密科技有限公司，模具工程师们正将客户提供的产品草图转化为规范的工程作业图。

“今年以来，国内外市场需求旺盛，公司通过优化排产流程、强化质量管控，假期期间日均生产积木颗粒超4000颗，为二季度产能释放与全年目标达成奠定基础。”公司党支部书记陈艺生说。

假期里，神州大地处处跃动着奔忙的景象——

在黑龙江，大马力机车在一望无际的黑土地上来回穿梭，摄像头远程监控苗圃生长，科技护航春耕春管；

在浙江，人工智能产业生态加速构建，大模型训练与行业应用齐头并进，为数字经济高质量发展注入新动能；

在天津港，各大作业区巨轮频靠，新能源汽车、高端装备、精细化工业品等货物通过航线发往全球……

开拓在开局之年，奋斗在奋进之路。

人流物流交织奔涌，市场热度持续攀升，拼搏实干脚步不停……透过“五一”假期这扇窗口，一个活力十足、砥砺奋进的中国，正加速释放发展新动能、展现发展新气象。（新华社北京5月5日电）

# “风景美、秩序好、服务暖” ——永定区“五一”假期旅游接待工作盘点

谢丽琼 欧媛

“五一”假期结束，永定区凭借得天独厚的自然风光与精心筹备的文旅活动，吸引了国内外游客纷至沓来。“风景美、秩序好、服务暖”，游客们对永定区旅游接待工作给予高度评价。

### 山水风光+民俗盛宴 沉浸式体验氛围感拉满

“五一”假日期间，天门山云海奔涌、峰林含黛，云雾缭绕间尽显大自然鬼斧神工。来自英国的游客卢克全程举相机定格风光，忍不住感慨：“这是大自然馈赠的奇迹实景，比网络图片震撼太多，我已经和家人约好，明年再来做一次深度游。”

好山好水之外，精彩纷呈的文旅活动更添假日韵味。天门山景区推出土家非遗民俗展演、趣味机器人巡游互动等活动，传统民俗融合新潮玩法，氛围感十足；七十二奇楼内灯火辉煌，全新升级的非遗展演、江湖特技、趣味杂技等十余档特色演艺轮番上阵，13个全新NPC互动点位遍布园区，游客随心游园打卡、合影互动，沉浸式感受文旅魅力。

“换上土家服饰和NPC拍照，跟着音乐围着篝火跳舞，土家文化的热情太有感染力了！”广东游客覃女士意犹未尽，迫不及待把这份快乐分享给朋友。此外，七星山云海缥缈、澧水河畔落日晚霞美不胜收。长沙游客周女士忍不住称赞：“每帧都是壁纸，这趟治愈之旅必须强烈推荐！”

### 科学统筹+硬核护航 安心 旅途告别拥挤焦虑

面对假期客流高峰，永定区提前谋划、科学调度，严格落实限流分流机制，实时发布售票信息，方便游客合理规划行程。

“原本担心五一排队人山人海，没想到提前预约后，检票入园很快，景区动线指引清晰，人多却不拥挤，全程舒心又从容。”广东佛山游客陈女士带着一家五口轻松游览，沿途执勤人员和引导标识随处可见，游玩安全感满满。

为高效疏导客流，天门山景区以“开通双程索道三线游览、实名制分时预约、无纸化智慧入园、提前售票时间”

# 我市旅行社构建三维闭环服务体系

本报讯(全媒体记者 周密 刘洺)“五一”假期，我市旅游市场持续火热。旅行社通过精细化闭环服务模式，实现假期零投诉，用高品质服务护航游客出行。

“五一”假期，以湖南途湘天下国际旅行社为代表的部分旅行社，构建了行前防范、行中坚守、行后复盘的三维闭环服务体系。假期前一个月，旅行社便启动供应商筛选工作，对合作酒店、餐厅、车队进行实地二次考察，剔除旺季存在服务缩水隐患的合作方，从源头守住旅游品质。针对部分景区假期取消VIP通道的情况，旅行社主动提前告知，并承担相关退改签费用，用诚意打消游客后顾之忧。

旅途中，湖南途湘携程国际旅行社有限公司严格践行“服务不过夜，问题

等多种方式，让游客进山更方便快捷。同时，茅岩河景区创新服务模式，推出实惠购票、陪游服务等暖心服务新举措，为游客打造高品质假日出游体验。

针对节假日自驾游游客停车难题，永定区全面开放城区所有机关、企事业单位停车场，在景区及交通沿线重点地段设置临时停车区域。公安部门每日投入200人次警力驻守天门山景区各个执勤点，统筹开展景区秩序维护、安全巡逻排查、道路交通疏导、便民咨询救助等工作。城管部门启用无人机空中巡查，下沉执法力量，整治占道经营、乱停乱放，精细化做好市容保洁与市政维护，守护整洁有序的游玩环境。

### 温情相伴+细节服务 暖心举措留住旅途美好

旅途之美，不止山水，更在暖心相伴。在张家界西站和各大景区景点，身穿红马甲的志愿者们成为一道道亮丽的风景线。

“刚下高铁的时候正迷茫路线和购票事宜，志愿者就主动上来帮忙解决。”云南游客李艳回忆起刚到时的场景，语气里满是感激，“他们不仅帮我们找准路线、协助购票，还贴心地提醒登山注意事项，细致周到让人倍感贴心。”

“五一”假日期间，永定区委社工部、团区委联合组织90余名青年志愿者在张家界西站、高速东(西)、天门山索道下站等10个重点区域，开展咨询引导、语言翻译、便民帮扶、秩序维护等系列志愿服务。永定区文化馆精心组织开展“仙境张家界·歌声伴旅途”文旅志愿服务活动，分别在天门山索道下站、天门翻水广场等7个点位开展互动表演和礼品派送，全力为游客打造有温度的旅游体验。

同时，永定区市场监督管理局全面筑牢安全与消费两道防线，对天门山景区、七星山景区的索道及客运设施等特种设备开展安全检查，加大景区周边餐饮、商超、特产店铺等经营主体巡查力度，严查不明码标价、哄抬物价、虚假宣传等违法违规行为，并畅通投诉举报渠道，严格落实涉旅投诉“接诉即办”机制，全力营造安全诚信的旅游消费环境。

## 五道水镇推进 澧水北源生态综合治理

本报讯(邱德帅 林世儒)日前，桑植县五道水镇开展“护源头、清河道、美家乡”专项行动。

据了解，该镇坚持生态立镇发展战略，持续推进澧水北源生态综合治理，全镇新建污水处理1座、配套污水管网4.8公里，新建垃圾分类亭1座，配备垃圾桶280个、转运车2台，召开环保主题屋场会56次，出动宣传车110余次，森林防火、河道治理、人居环境整治等工作常态化推进。

下一步，该镇将持续推进澧水北源生态综合治理项目，推进月亮门、盛景山庄至天平山等道路建设，完善安全防护、标识系统、服务驿站等配套设施，打造以农夫山泉取水点为核心的“寻源之旅”生态旅游圈，推动“生态+文旅”深度融合，以务实举措共绘水清、岸绿、景美的生态振兴新画卷。



近日，慈利县象市镇三桥村阳光玫瑰葡萄种植园里，工人正在专业技术员的指导下为葡萄修花修果。 黄岳云 摄

## 在莽莽林海徒步43万公里 ——生态护林员徐生科的故事

上官智慧

清晨，湖南八大公山国家级自然保护区斗篷山管理站。

迷彩服、红袖章、小喇叭——59岁的护林员徐生科收拾好背包，手握镰刀，踏着晨雾走进了他守护了半辈子的山林。

34年前，徐生科从父亲手中接过护林接力棒，巡山超43万公里，穿烂近百双鞋，经历12次生死考验，月薪从60元到如今的2000多元，他从未离开。2023年，他被评为敬业奉献类“湖南好人”。

### 父子两代守青山

山路湿滑，枯叶没过脚踝。徐生科走在最前面，手里的镰刀不停拨开横斜的枝桠。

走了约莫半小时，徐生科在一处山脊停下，指着远方层层叠叠的绿色：“你看，那边是珙桐，那边是红豆杉，都是宝贝。”

老徐说，八大公山由斗篷山、杉木界、天平山三大林区组成，总面积2万公顷。这里的森林覆盖率高达94.1%，光记录的物种就有7727种，被专家称为“天然博物馆”。

1982年，八大公山被列为省级

保护区。父亲徐家兴原为药材公司职工，调到这里当了一名巡护员。那时徐生科还在上学，每逢周末就走4个小时的山路去看望父亲。父亲带他巡山，讲山里的故事。珙桐、红豆杉、金雕、苏门羚……这些名字一点点刻进了少年的心里。

1991年，徐生科正式成为一名巡护员。

从那天起到父亲2002年退休，父子俩一直共同巡护。父亲将二十年的巡护经验传授给儿子。徐生科心里清楚：“我护的不是树，是后人的根。”

徐家兴扎根八大公山55年，用19年时光教会儿子山林巡护，也教会了儿子清贫和坚守。

徐生科学着父亲的样子，腰上别一把长刀，在斗篷山上一走就是三十多年。不论刮风下雨、烈日当头，还是大雪封山，他从来没有间断过。

### 12次死里逃生

越往深处走，光线越暗，空气里弥漫着腐叶和泥土的气息。

在这片莽莽群山中，毒蛇出没、铁夹遍布，盗猎者潜伏。高寒山区的孤独常人难耐，但徐生科从未退

缩。30多年间，徐生科经历了12次生死考验。

7次巡山，他被不法分子私放的铁夹夹住腿部，造成双腿受伤。2013年的一次，铁夹夹住右腿，徐生科一个人花了两个小时才取出来。右腿痛了一整个星期，靠自己采的草药治好。

3次清理护林道，徐生科差点被青蛇竹叶青咬伤。还有两次，险些被剧毒蝮蛇和五步蛇咬伤。

斗篷山管理站最近几年才通公路。没通公路前，徐生科都要背粮上山，长达二十多年。他靠着父亲传下来的“饱吃冰糖饿吸烟”的生存秘诀，一年又一年熬了过来。

这些生死时刻，徐生科很少对人提起。

如今处于防火关键期，徐生科的巡护次数从每月15次增至22次，每次至少5小时。带着铁锹和灭火扫，他沿着落叶覆盖的山道仔细查看。

这些年来，徐生科徒步巡护里程超43万公里，穿烂近百双鞋，足迹遍布管护区域的每一道山梁，硬生生成为保护区公认的“活地图”。

除了防火巡查，古树生长监测、鸟类踪迹记录、红外相机放置维护以及科研陪考等工作，徐生科都做得扎实到位，从未出过差错。

### 清贫中的坚守

临近中午，阳光透过树冠洒下斑驳光影。徐生科找了块平整的石头坐下，从背包里掏出一块干粮，就着军用水壶里的凉白开啃了起来。

护林员的工资微薄。徐生科的巡护工资只发生过四次变化：从每月60元到240元，到800元，再到如今的2000多元。

一家人的开支，主要靠妻子打工维持。

1996年，妻子罗梦桃外出浙江宁波打工。临别时她对徐生科说：“你就守山吧，工资多少无所谓，我打工也要养活你。”

这一去就是二十年。2016年，罗梦桃带着打工攒下的36.4万元回到家中。当年那句承诺，她用二十年兑现了。

二十年间，徐生科独自面对大山深处的孤独与风险。

▶▶(下转4版)

## 立夏时节，养心护阳正当时

新华社记者 田晓航 帅才



立夏时节，暑热渐起，雨水增多，湿热之气常常交织。春夏更替，将“养心护阳”提上了人们的养生日程。

在中医看来，夏季阳气渐盛于外，阴气伏藏于内，人与天地相应，体内的阳气也趋于体表，气血运行旺盛。然而，立夏时节也有其特殊的健康挑战。

中国中医科学院西苑医院心血管一科主任医师董国菊介绍，中医认为，夏气与心气相通，立夏以后，人体阳气上浮、心火易旺，加之天气炎热、汗出增多，容易出现心烦失眠、口干舌燥等症；脾胃功能也相对减弱，贪凉饮冷则更易损伤脾胃，导致消化不良、腹泻腹胀。

“春季贵在‘舒’，助阳气生发条达；立夏贵在‘静’，顺阳气上浮而戒躁戒怒。”董国菊说，起居上，春季只需“夜卧早起”，立夏则还需午间小憩以养护心气，使其免受暑热所伤，同时兼顾益气养阴，但需注意“夜卧”最晚不超过23时，午时午睡15分钟至30分钟即可。

暑热既伤心气，又扰心神。中国中医科学院西苑医院主治医师李秋忆说，立夏后气温升高，容易使人烦躁、动怒，静坐冥想、听舒缓音乐等方式能够让人心情平静。

静以养心，动则生阳，立夏宜适度运动，但应避免大汗淋漓耗伤阳气。李秋忆建议，选择清晨或傍晚凉爽时段进行散步、八段锦等舒缓运动，以微汗为度。

入夏后，在暑湿之气侵袭下，守护脾胃阳气成了饮食调养的“头等大事”。“此时饮食切忌贪凉饮冷，应以清淡温软、易消化的食物为主。”湖南中医药大学第一附属医院脾胃病科主任徐寅说，日常可用党参、白术、茯苓、炙甘草搭配大米煮粥，温和补益脾胃。

对于不同体质人群，徐寅给出茶饮“小贴士”：肺气虚者可取黄芪、党参以沸水闷泡后饮用；脾虚湿盛者可用炒薏米、茯苓、去心莲子煮水后加入广藿香闷泡饮用；火气偏盛者可用荷叶、莲心、菊花、金银花代茶饮用以清泻火热；肺肾阴虚者可取百合、麦冬、枸杞、生地、五味子代茶饮，帮助滋养脾胃。

立夏时节，民间流传的一些饮食习俗，同样蕴含着丰富的中医养生智慧。“无可奈何春去也，且将樱笋趁春归。”江南地区有品尝樱桃、青梅、枇杷等“立夏三鲜”的讲究。上海中医药大学附属曙光医院传统医学科主任窦丹波说，这一讲究正是利用这些食物生津止渴、促进消化的功效来补充体液、清热解暑。

茶则是这一时期“流行”的养心佳品。窦丹波说，我国南方一些地区流传着“不饮立夏茶，一夏苦难熬”的说法，这是因为茶能清心降火、生津止渴，饮茶不仅能补充水分，还能平抑心火。

立夏还意味着“冬病夏治”预备期的到来。中医专家提示，日常坚持按揉内关、神门、神阙等穴位，可分别帮助止呕调心、宁神定志、安神补肾。

夏始风柔，万物并秀。顺应时节规律养心安神，以平和的身心状态走进这个夏天，你，准备好了吗？

(新华社北京5月4日电)