

□稳就业促就业

扎根基层 以青春之姿答好时代问卷

青年该以怎样的姿态，找寻属于自己的时代征途？

在今天的中国，央企青年员工用行动给出了响亮的回答。

在推动经济高质量发展的攻坚路上，一群敢闯敢干的青年，投身新能源、新产业、新装备的广阔天地，把身影留在戈壁深处、科研一线、制造工厂，让青春之花在祖国最需要的地方扎根绽放。

心向家国 以选择锚定青春航向

选择，常常能够决定一个人未来的方向。对于一些青年人而言，正是选择到基层锻炼、他们的人生从此有了清晰的航向。

新疆哈密市巴里坤哈萨克自治县三塘湖镇，一望无际的戈壁滩上，数百台百米高的风机成排矗立，深蓝色光伏板如海水般波光粼粼。

这里是我国首个“沙戈荒”新能源外送基地——新疆天山北麓戈壁大型风电光伏基地，其新能源装机占比超过70%，每年可向重庆输送超216亿千瓦时电量。在2023年动工之初，这里数十公里内荒无人烟。

2023年，数十名来自全国各地的大学毕业生背上行囊，踏沙而来，组成了一支“沙戈荒”大基地攻坚青年突击队。他们平均年龄仅28岁，但都做出了同一个选择，那就是为保障国家能源安全挺进西部、扛起重任。

“知道这里苦，知道这里累，但是自己流下的汗水能够为保障国家

能源安全添砖加瓦，我们甘之如饴。”华电新疆公司所属新疆华电天山发电有限公司青年突击队队员马子健说。

截至2025年底，我国风电光伏累计装机规模突破18亿千瓦。新能源产业变革正深刻重塑全球能源格局与供应链体系，带来从规划设计、设备制造到施工建设、运维管理的全链条就业需求，更多像青年突击队队员一样的青年人在能源保供一线找到了实现人生价值的途径。

心怀“国之大者”，方能行稳致远。对于青年人来说，基层正是实现自我、挥洒热血的圆梦所在。

乘势而上 以机遇拓宽成长舞台

随着产业升级与国家战略布局持续推进，基层一线形态正在深刻改变。昔日一些鲜有人问津的岗位，如今成为新技术与新产业的集聚地，为青年施展才华开辟广阔天地。

在今天回看来时路，航空工业成都飞机工业(集团)有限责任公司氢能无人机组装青年突击队的“90后”队员们坦言，一切都超出了最初的想象。

“我们一开始只是出于国内氢能无人机还是一片蓝海，才尝试着探索，没想到这款长航时静音混合动力氢能无人机真能走到产品化，更没想到能迎来低空经济的浪潮。”毕业于电子科技大学的团队成员唐鹏说。

2022年起，他们从零起步探索氢能动力技术，如今已研发出融合氢能、锂电、太阳能“三能一体”的产品级无人机，创造了长航时静音混合动力氢能无人机连续飞行30个小时的国内纪录。

如今，他们的无人机不仅在国内森林巡护等领域大显身手，更成为低空经济这个赛道上亮眼的“中国名片”。

好风凭借力，送我上青云。氢能无人机组装青年突击队在一次次将氢能飞机送上蓝天时，自己也乘上时代春风。

据中国民用航空局预测，2035年中国低空经济市场规模有望突破3.5万亿元。千米之下，机遇无限，这片就业的蓝海正向着青年人敞开怀抱，等待他们在广阔天地间“展”无限可能。

淬火成钢 以坚守练就过硬本领

基层一线从来都是磨刀石、锻造骨干的最好课堂。沉下心来扎根岗位、耐住寂寞、深耕钻研，青年人正是在日复一日的坚守中锤炼出过硬本领。

在位于四川德阳的重型燃机制造车间，精密铸造生产线昼夜运转，东方汽轮机精铸技术团队的年轻人反复优化参数，让重型燃机的透平叶片能够应对运转时高温、高压、高转速、高腐蚀的挑战。

“透平叶片是燃机核心部件，此前我们一直受制于国外，它的技术

复杂、精铸流程长，160多个影响因素相互交织，我们必须在矛盾中找最优解。”团队成员张琼元说。

得知东方电气集团正在德阳组建实验室攻克“卡脖子”技术难题，毕业于清华大学、西北工业大学、西安交通大学等高校的一群有志青年纷至沓来。此后十余年，他们将青春热血安放于实验室与车间，誓要攻克装备制造业中的这个难题。

经过十余年的不懈钻研，2020年，国内自主研发的首台F级50兆瓦重型燃气轮机(G50)首次实现满负荷运行，2023年此机型成功并网发电，正式投入商业运行。

张琼元依然记得G50实现满负荷运行的那天，团队小伙伴们相拥而立，此后各种奖项捷报频传。

“就好像胸口憋着的一口气终于舒畅了，对科研人员来说，自己的研究有了成果，没有比这更有成就感的事情了。”他说。

青年强则国家强，青年有为则发展有力。

从超级工程筑牢发展底座，到科技突破开辟未来赛道，从保障民生守护万家福祉，到服务大局践行使命担当，中央企业肩负重任、搭建平台，吸引一批又一批青年学子投身基层、逐梦未来，在时代问卷上书写无愧于韶华、无愧于使命的青春答卷。

新华社北京5月30日电 记者 赵怡宁 王希

20年，让阳光照亮童“心”

一个数字，记录下生命接力的温度：20年，36307人次。

2006年，中国红十字基金会天使阳光基金启动，专为守护那些先天性心脏病患儿。截至2026年5月，已累计资助先天性心脏病患儿36307人次，拨付资助款超6.7亿元，为万千困境家庭驱散阴霾，让生命重绽光彩。

守护：从“点点微光”到光照四方

先天性心脏病，我国出生缺陷排名首位的疾病，每年新增约15万患儿。对于贫困家庭而言，高昂的手术费往往是一道难以逾越的坎，许多孩子因此错失最佳治疗时机。

2006年5月，中国红十字基金会发起成立“天使阳光基金”，专项救助0-14周岁的困难家庭先天性心脏病患儿。这项行动，旨在用社会的爱心，修补那些残缺的“心”。

成立之初的五年，因资金匮乏，救助遵循量入为出原则，不得不进行差额评审，意味着有部分患儿在等待中煎熬。后经财政部批复，国家彩票公益金将先天性心脏病纳入支持范围，救助规模得以迅速扩大。如今已建立起5000元至3万元不等的六档科学救助体系，切实减轻了患儿家庭的经济负担。

救助标准更细了，覆盖范围更广了。据悉，“十四五”期间，“中央专项彩票公益金大病儿童救助项目”预算将有所增长，其中2026年获批4亿元，较“十四五”时期年均资助额增长近20%，预计救助白血病、先天性心脏病1.4万人次，救助范围还将扩展到儿童罕见病领域。

追寻：从“心之旅”到点燃新希望

前不久，“天使之旅”先天性心脏病患儿筛查救助行动走进贵州。在为期4天的筛查行动中，三支医疗队分别奔赴毕节、遵义、凯里、兴义等地，为适龄儿童开展免费筛查，为符合手术指征的孩子实施手术救助——这是天使阳光基金连续14年开展“天使之旅”行动的又一场暖心实践。

救助不能被动等待。为了让偏远地区的孩子能早发现、早治疗，

2012年起，名为“天使之旅”的先天性心脏病筛查救助行动正式启动。

上天山、下林海，入滇黔、进高原……14年来，一支支由红十字会、专业医院和医疗专家组成的队伍行遍千山万水。截至目前，累计筛查儿童超过192万人次，从中救助了超1万名患儿。

“在公益性送医上门的过程中，我们更深一步体会到患儿家庭的不易，增强了自身的使命感和工作动力。”多次参与筛查行动的牡丹江心血管病医院公益项目办主任李玉龙办公桌上有一幅填色画，那是救助过的患儿拉巴卓玛送给她的礼物，画的背后是字迹稚嫩的感谢：“李阿姨，感谢您与团队给予我新生，这份温暖永生难忘。”

传承：从受助者到传播者

20年来，天使阳光基金的合作医疗机构从1家发展到50多家，为患儿提供便捷救治渠道。无数医护人员、志愿者们奔赴一线，用专业与坚守诠释人道精神。

牡丹江心血管病医院名誉院长查光彦，是最早参与该基金的医疗专家之一，在他看来，救助的意义远不止于治愈疾病，“更重要的是，让被救助者拥有一颗公益的心、博爱的爱心，能积极参与公益，传播爱心。”

20年，阳光照亮了3万多名天使的“心”，更在他们心中种下了光的种子。西藏女孩旦珍就是其中一员。

2013年她在“天使之旅”中确诊，随后被接到北京手术救助。康复后的旦珍考上了大学，立志成为一名医生，用所学回馈社会、帮助他人。她认为，“和救治心脏同样重要的，是人文精神的传递。”

2025年7月1日，旦珍作为“红十字志愿者”投身“西藏天使之旅”筛查一线开展志愿服务，以实际行动为西藏自治区成立60周年献礼。

努力让被光照亮的人，最终成为光。天使阳光基金的救助，不仅治愈身体的病痛，更滋养向善的心灵，让爱心在传递中生生不息。

新华社北京5月30日电 记者 董博伟

2026年全国科技工作者日主场活动举行



5月30日，在2026年全国科技工作者日主场活动暨第四届全国创新争先奖表彰大会上，最美科技工作者荣誉获得者北京航空航天大学教授桂海潮分享经历。

5月30日，2026年全国科技工作者日主场活动暨第四届全国创新争先奖表彰大会在北京举行。大会宣读了第四届全国创新争先奖表彰决定并为获奖者颁奖，291位科技工作者和9个团队获得奖项。

活动现场还举行了“老科学家学术成长资料采集工程”新一批资料入藏仪式，集中展示了“青年科技人才培养工程”的实践成果。获奖科技工作者代表通过现场分享或视频连线等方式讲述科研故事，展现科技工作者风采。

新华社记者 金立旺 摄

多部门发文 加强流动儿童和留守儿童摸排建档

新华社北京5月30日电(记者 朱高祥)记者5月30日从民政部获悉，为进一步提升流动儿童和留守儿童关爱服务精准性，民政部等27部门日前联合印发通知，部署开展加强两类儿童“精准摸排、精确建档、精细服务”专项工作。

通知要求聚焦存量数据，补充完善信息清单，通过加强部门间信息共享和基层逐人逐项核实的方式，做到全国两类儿童底数清、情况明。信息数据补充完善工作须在2026年9月底前完成。

通知强调，各地民政部门在现有两类儿童信息数据基础上，要把生活

就医就学等困难的流动儿童和监护缺失的留守儿童列为重点关爱服务对象，建立“一人一档”并实施动态更新管理。要求村(社区)儿童主任每月入户走访，乡镇(街道)每季度更新，县级民政部门每季度复核。

在精细服务方面，通知要求各地紧扣流动儿童基本生活、教育保障、医疗卫生服务、城市融入等重点需求，持续推进流动儿童公共服务均等化；要求各地聚焦留守儿童监护缺失、人身安全、心理健康、亲情关爱等重点需求，构建多部门协同的关爱服务链条，实现留守儿童关爱服务全覆盖。

水利部部署开展第二批母亲河复苏行动

新华社北京5月30日电(记者 魏弘毅)记者30日从水利部获悉，水利部近日印发《母亲河复苏行动方案(2026—2030年)》，部署开展第二批母亲河复苏行动，持续复苏河湖生态环境。

方案提出，到2030年，纳入母亲河复苏行动的河湖水生生态状况持续好转，河湖面貌全面改善。第一批88条(个)母亲河(湖)复苏成效持续巩固，第二批111条(个)母亲河(湖)

在正常来水条件下，实现季节性河流全线贯通，湖泊生态水位有效维持，常年流水河流维持全年全线有水，水动力条件明显提升，重点河湖生态功能明显改善，重要水生生物得到一定恢复，河湖健康生命有效维护。

方案明确，水利部组织对纳入第二批母亲河复苏行动的河湖，逐河湖检视分析突出问题及成因，制定母亲河复苏行动“一河(湖)一策”

方案。合理设定可量化、可监测、可评估的复苏指标，细化分解年度目标任务，明确退还挤占、优化调度、生态补水、水系连通、河道整治、生境修复、超采治理、监测评估等具体措施，实施系统治理，确保母亲河复苏行动治理一条、见效一条。

方案提出继续巩固提升第一批88条(个)母亲河(湖)复苏成效。保障重点河湖生态安全，持续实现辽辽河、永定河、京杭大运河全线水流

贯通，保障白洋淀生态水位以及维持其他华北地区河湖生态环境复苏成效，继续加强黑河、石羊河等生态调度，巩固西北内陆河生态治理成效。

记者了解到，水利部下一步将组织编制“一河(湖)一策”方案，明确年度复苏目标任务，加强工作调度与督促指导，压实工作责任，推动母亲河复苏各项措施落地见效，确保如期完成目标任务。

化解孩子健康烦恼，中医来帮忙

中医药博大精深，传承不绝，关键原因就在于辨证施治、因人而异。

对于正在发育成长中的儿童青少年，中医可通过汤剂、推拿、药膳食疗等疗法调和阴阳、健脾益智、疏肝安神，提供全周期健康管理方案。

近年来，在不断发展中的中医药临床实践中，我国儿童青少年面临的超重肥胖、近视高发、心理压力大等健康问题正在得到有效干预。

不做“小胖墩”——国医大师丁樱说，中医认为“肥人多痰湿”，肥胖的背后是脾胃功能失调。吃得太过、太甜或太咸，零食不离手，会导致营养过剩，在体内形成痰湿，进一步影响脾胃功能，导致发胖。

“健脾化湿是中医治疗的原则，最根本的方法是管住嘴、迈开腿。”丁樱说，家长应为孩子合理配餐，同时注意把控量，可用健脾化湿食物替代喂养，如用赤小豆、冬瓜、山药等煮粥、煲汤，也应鼓励适龄儿童多

吃粗纤维食物。

管住嘴，还要迈开腿。动起来气血通，痰湿就容易消除。专家推荐跳绳、慢跑、打球等有氧运动。

挺直小身板——

脊柱侧弯是青少年体态和健康

的隐形“杀手”，预防和早期干预，中医药优势显著。

“脊柱侧弯不仅是骨骼的问题，更是筋骨失衡的结果。”上海市嘉定区江桥镇社区卫生服务中心副主任医师韩海琼建议孩子使用双肩书包，保持“一拳一尺一寸”坐姿，每年做一次“前屈试验”及时发现早期脊柱侧弯。

专家介绍，中医药预防和早期干预脊柱侧弯的核心在于“强筋以正骨”，其中，中医导引功法是有效康复手段，居家还可练习“小燕飞”“站立侧弯矫正”两个动作，但切勿模仿正骨师的扳动手法。

拒绝“小眼镜”——“眼睛的健康依赖全身气血的

濡养，尤其与肝、脾、肾有关。”在韩海琼看来，现代孩子近视高发，本质上是“久视伤血”，中医强调“未病先防、既病防变”，在假性近视或近视早期干预，能有效延缓度数加深。

专家介绍，除了每天户外活动2小时、做眼保健操等简单安全的护眼方法以外，中医还提倡食疗明目，例如，枸杞菊花茶能够滋补肝肾、清肝明目；用黑芝麻、核桃、桑葚等打粉冲服可以填精养血。耳穴压豆也能改善眼部微循环，抑制调节痉挛，起到预防和早期干预作用。

赶走坏情绪——

面临升学压力，青少年容易出现焦虑、失眠和情绪波动。

“压力像一堵墙，挡住了身体气机的顺畅运行。”北京中医药大学东直门医院儿科主任王俊宏说，中医认为肝主疏泄、肝喜条达而恶抑郁，穴位按压、音乐疗法等方法可以疏肝解郁，让身心放松。

例如，用拇指用力点按太冲穴3

分钟，感到酸胀即止，或者用拇指按压内关穴2分钟；在作业间隙或睡前听角调式的古琴曲或古典音乐，每次听5至15分钟；还可做八段锦的“双手托天理三焦”动作，以动疏肝。

保持好胃口——

挑食、腹泻、便秘……儿童常见消化问题的背后，其实也是脾胃功能失调。

韩海琼介绍，中医认为儿童消化系统娇嫩，因此治疗首选小儿推拿，既安全有效，又容易居家操作，

其常用方包括捏脊、摩腹、按揉板门穴和补脾经。

用山楂、炒麦芽各5克煮水喝可对付积食，蒸熟的红薯或火龙果是天然的“通便药”，用大米炒焦煮粥喝能帮助收敛和止泻……饮食中也藏着不少“良方”。

专家建议，孩子脾胃功能弱时，饮食应做减法，断掉零食、水果和肉蛋奶，代之以小米油、烂面条或大米粥。

畅享好呼吸——

福彩3D

第2026140期 投注总额:6291266元

中奖号码 2 8 5

奖等	浙江中奖注数	每注金额(固定)
单选	1813注	1040元/注
组选3	0注	346元/注
组选6	5706注	173元/注

中奖总金额:2881520元。 奖金金额:389938元。 更多信息查询: https://www.cwl.gov.cn

本信息若有误以公证数据为准 2026年5月30日

福彩15选5

第2026140期 投注总额:589598元

常规号(无须条件)05 06 11 14 15

奖级	中奖条件	中奖注数	奖金
特等奖	中5连4	0	0元/注
一等奖	5个号全中	48	4558元/注
二等奖	中任意4个号	2527	10元/注

奖金金额:905374元。 更多信息查询: https://www.cwl.gov.cn

本信息若有误以公证数据为准 2026年5月30日

福彩“6+1”

第2026059期 投注总额:541840元

基本号(■)5 1 3 7 8 4 生肖码(●)狗

奖等	中奖条件	中奖注数	奖金
一等奖	6个号全中(含生肖码)	0注	0元/注
二等奖	6位基本号全中(不含生肖码)	0注	0元/注
三等奖	5位基本号全中(不含生肖码)	0注	10000元/注
四等奖	4位(含基本号和生肖码)全中	26注	500元/注
五等奖	4位(含基本号和生肖码)全中	483注	50元/注
六等奖	3位(含基本号)全中	11414注	5元/注

更多信息查询: https://www.cwl.gov.cn

本信息若有误以公证数据为准 2026年5月30日