

习近平同安提瓜和巴布达总督 就中安建交40周年互致贺电

李克强同安提瓜和巴布达总理互致贺电

新华社北京1月1日电 1月1日，国家主席习近平同安提瓜和巴布达总督威廉斯互致贺电，庆祝两国建交40周年。习近平指出，安巴是中国在加勒比地区重要合作伙伴。中安建交40年来，两国关系发展顺利，政治互信历久弥坚，务实合作富有成果，人民友谊日益加深。新

冠肺炎疫情发生以来，中安守望相助、同舟共济，谱写了两国友好关系的新篇章。我高度重视中安关系发展，愿同威廉斯总督一道努力，以建交40周年为新起点，深化各领域合作，高质量共建“一带一路”，共同开辟中安关系更加美好的未来。威廉斯表示，安方非常高兴同中方共

同庆祝两国建交40周年，这是中安关系的重要里程碑。近年来，在习近平主席领导下，两国关系更加紧密。安方将继续致力于维护并加强两国业已存在的良好关系。同日，国务院总理李克强同安提瓜和巴布达总理布朗互致贺电。李克强表示，中方愿同安方共同努力，以庆祝两国建交

40周年为契机，推动中安友好合作关系不断深入发展，更好造福两国人民。布朗表示，建交以来两国关系日益成熟，安巴一贯奉行一个中国政策，中方向安巴提供了慷慨帮助，两国关系取得诸多标志性成果。祝愿中方在后疫情时代不断取得新的成功。

坚守岗位迎新年

2023年新年第一天，各行各业的劳动者们坚守岗位，在忙碌中度过元旦。



1月1日，在江苏南京市江宁医院，医护人员在护理新生儿。



1月1日，在中国邮政集团公司河北新乐市分公司分拣车间，工作人员在分拣快递。

元旦假期共欢庆



1月1日，游客在云南昆明滇池海埂大坝喂红嘴鸥。元旦假期，人们外出游玩观光，参与文体娱乐活动，放松心情，开心度假。

国旗飘扬 心潮澎湃

——北京天安门广场元旦升国旗仪式侧记



1月1日晨，北京天安门广场举行隆重的升国旗仪式。

1月1日凌晨，北京天安门广场上，群众眼中暖意融融，翘首以盼五星红旗下冉冉升起，期待着2023年的第一缕阳光。

过去的2022年，有激动人心的时刻，有温暖人心的故事，更有鼓舞人心的话语。这一刻，共同祝福祖国，互道新年快乐。

寒夜抵挡不住热情。吉林体育学院毕业生李亚娇零点刚过就赶到了天安门广场，2022年初春，“无与伦比”的冬奥盛会和“精彩非凡”的冬残奥会给她留下了深刻的印象。李亚娇说：“在校期间主修运动康复课程，未来想从事专业相关工作，为体育强国建设贡献力量。”

“北京冬奥会展现了国家实力和民族精神，‘00后’运动员在奥运赛场上屡创佳绩，激励着年轻一代奋勇拼搏、昂扬向上。”中国石油大学(华东)学生赵宜舒说：“新的一年，祝福祖国繁荣昌盛，国泰民安。”

天色渐亮，国旗护卫队铿锵有力的脚步声响彻天安门广场，踏过金水桥，迈过长安街，在全场群众的注目下，走到天安门广场升旗台前。人们屏息凝神，等待着国旗升起的庄严时刻。

“向国旗——敬礼！”7时36分，《义勇军进行曲》在天安门广场响起，现场观众的眼神坚定自信，目视国旗缓缓升起……当国旗升至旗杆顶部，人群欢呼如潮，喜悦之情溢于言表。

“到天安门广场观看升国旗仪式是我新年的第一个愿望！”今年7岁的乔羽雯戴着红领巾、拿着国旗，在人群中格外亮眼，“新的一年，希望能获得‘三好学生’。”

高三艺考考生孙诗雪在备考之余也来到国旗前

许下新年愿望，她说：“高三的生活很辛苦、很充实，同时也很开心。2023年，希望可以如愿考入理想的大学，实现自己的梦想，无论结果如何，努力拼搏的旅程都是难忘的、值得的。”

在上海的一家互联网公司工作的孔令泉12月31日下午从上海赶到北京，1月1日来到天安门广场观看升国旗仪式。他说，2022年，我们国家和人民都非常不容易，大家万众一心渡过难关；新的一年，尤其是看到2023年的第一面国旗升起，我对祖国更加充满信心，相信我们在新的一年一定能够走得更加平稳。

“我在实习期间看到很多医务工作者不辞辛劳，尽全力救治每一位需要帮助的人，他们是我学习的榜样。”天津生物工程职业技术学院学生蒋桂英说，未来她想选择药学方向继续深造，承担起新时代青年的责任，“不负时代，不负年华。”

今年是全面贯彻落实党的二十大精神开局之年，新征程上需要每一位追梦人团结一心、砥砺前行。“希望今年毕业季一切顺利”“祝愿大家都能平安健康”“想努力让家人过上更幸福的生活”“2023年会越来越好的”……每个人心底的梦想汇聚成奋进前行的中国力量，向着全面建设社会主义现代化国家、以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴的宏伟目标迈进。

“五星红旗迎风飘扬，胜利歌声多么嘹亮……”《歌唱祖国》的旋律在天安门广场久久回响，万羽和平鸽迎着朝阳飞向天空，人们向着国旗，满怀憧憬，相信明天的中国一定会更好！

新华社北京1月1日电

全国铁路按年龄 实行儿童优惠票

新华社北京1月1日电(记者 樊曦)记者从中国国家铁路集团有限公司获悉，《中国国家铁路集团有限公司铁路旅客运输规程》于2023年1月1日起正式实施。按照新规，全国铁路按年龄实行儿童优惠票。

国铁集团客运部负责人介绍，国铁集团依据国家发布的《铁路旅客运输规程》，依法合规制定出台了国铁集团客规，包括总则、旅客运输、行李运输、特殊情况的处理以及附则等5部分内容，明确了铁路运输企业和旅客的权利与义务，以及办理旅客运输业务的要求和程序，并优化完善了相关规定，进一步提升国家铁路客运服务品质，为广大旅客提供更加美好的出行体验。

一是按年龄实行儿童优惠票。年满6周岁且未满14周岁的儿童可购买儿童优惠票，将惠及更多儿童旅客。根据测算，国铁集团客规实施后，每年享受儿童优惠票的旅客较此前预计增加1500万人次。每一名成年旅客可免费携带一名未满6周岁且不单独占用席位的儿童乘车，超过一名时，超过人数应当购买儿童优惠票，儿童年龄按乘车日期计算。旅客携带免费乘车儿童时，应当在购票时向铁路运输企业提出申明，购票申明时使用的免费乘车儿童有效身份证件为其乘车凭证。

二是优化学生优惠票购票规则。学生优惠票不再规定乘车时间限制。学生旅客凭附有标注减价优惠区间和火车票学生优惠卡的学生证，每学年(10月1日至次年9月30日)任意时间可购买家庭居住地至院校(实习地点)所在地之间4次单程的学生优惠票。

三是切实关爱重点旅客出行。明确了持中华人民共和国残疾人证、中华人民共和国伤残人民警察证、国家综合性消防救援队伍残疾人员证的人员凭证可以购买优待票。明确视力残疾旅客可以携带取得导盲犬工作证，用于辅助视力残疾人工作、生活的导盲犬进站乘车。行动不便的老、幼、病、残、孕等特殊重点旅客可免费携带轮椅、折叠婴儿车进站上车，出行更加便捷。

四是让旅客享受更多优惠。旅客分段购买的、出发地至目的地的间可联程接续的多段车票，如因一段行程中的列车晚点或停运，后续联程的车票可一并办理退票，并免收退票费；如因铁路运输企业责任造成旅客在中途站退票，按未乘区间票价退还未乘区段票款；旅客办理补票、变更等客运业务时不再收取手续费。

癸卯兔年“闰二月” 全年共有384天

新华社天津1月1日电(记者 周润健)2022年已经过去，崭新的2023年开始走来。天文科普专家介绍，公历2023年为平年，2月有28天，全年共有365天。即将到来的农历癸卯兔年为闰年，全年共有384天。

中国天文学会会员、天津市天文学会理事赵之珩介绍，公历和农历各有不同的历史渊源和历法规制。公历每4年设一闰年。通常情况下，凡公历年数能被4除尽的年份为闰年，2月有29天；除不尽的年份为平年，2月有28天。2023年不能被4除尽，所以是平年，共有365天。

农历是以月亮圆缺变化的周期为依据，一个朔望月为一个月，约29.53天，全年一般是354天或355天，比公历年(也称回归年、太阳年)的365天或366天少了11天。

为了使农历年的长度和公历年的长度接近，古人采用增加闰月的方法，即在19个农历年中加入7个闰月；有闰月的那一年有13个月，全年一般是384天或385天，叫作闰年。这样一年，19个农历年和19个公历年的长度几乎相等。

至于闰月具体安置在哪一个月，这和二十四节气的“中气”有关。二十四节气由12个节气和12个中气组成，月首叫“节气”，月中叫“中气”，两者相间排列。加闰月的规则是每个月中，凡含有中气的算正常月份，不含中气的就算上一个月的闰月。农历癸卯兔年的“闰二月”没有中气，所以是上一个月的闰月。

记者在天文年历上看到，由于被安排了一个“闰二月”，农历癸卯兔年全年共有384天，从2023年1月22日开始，至2024年2月9日结束。

农历癸卯兔年天数较多，也使得这个农历出现了两个立春的历史现象，即“一年两头春”，也称“双春年”。统计发现，19个农历年中有7个年头是“双春年”，有7个年头是“无春年”，其余的5个年头是正常的“单春年”。

“‘双春年’和‘无春年’都只是正常的历法现象，与吉凶祸福无关。”赵之珩强调。

进口关税配额全面实施 联网核查无纸化通关

新华社北京1月1日电(记者 邹多为)根据海关总署、国家发展改革委、商务部近日联合发布的公告，自2023年1月1日起，进口关税配额全面实施联网核查、无纸化通关。

联网核查全面实施后，发证部门将不再签发纸质配额证，全部改为电子配额证，海关在通关环节自动调用配额证电子数据与报关单数据进行比对核查，实现配额证申领、发放、通关、核销全流程在线无纸化处理，将有效提高通关效率，降低企业经营成本。

据了解，为确保全面联网核查的顺利实施，三部已于2022年9月起进行相关试点，逾百家企业参加试点并享受改革红利。作为海关总署已出台的促进外贸保稳提质系列措施之一，预计该措施实施初期将为上万家企业带来通关便利。

从事化肥进口的华垦国际贸易有限公司相关负责人郭女士表示，公司不用再向发证部门领取纸质配额证，也不需要到通关现场提交纸质配额证，全程线上办理，通关效率明显提高，人工和时间成本也节约不少。

据悉，进口关税配额联网核查全面实施后，三部还将根据广大企业反馈的意见建议，进一步优化联网核查系统，不断提升企业获得感，释放改革红利。

转阴后咳嗽如何缓解？康复期如何恢复体力？

——专家解答防疫热点问题

当前，我国疫情防控面临新形势新任务，工作重心从“防感染”转向“保健康、防重症”。感染新冠病毒后，怎样安全科学用药？转阴后仍然一直咳嗽该如何缓解？康复期如何恢复体力？围绕社会热点关切，国家卫生健康委组织相关领域专家作出解答。

感染后怎样安全科学用药

近期随着阳性病例的增多，一些人在治疗新冠病毒感染过程中，因用药不当导致损伤。安全科学用药事关群众生命安全和身体健康。

北京协和医院药剂科主任张波介绍，解热镇痛类药物，比如常用的布洛芬、对乙酰氨基酚，它们是对症治疗的药物。一般来讲，患者用1至2天就能退热，加上患者身体疼痛控制住后，就可以停药了，不需要长期服用。

一般而言，选择一种解热镇痛药就可以，很多解热镇痛药含有的成分相同或类似，如果选择多种解热镇痛药联用，可能会导致药物过量。同时，患者在使用前一定要认真阅读说明书，包括药物的用法用量及注意事项。

“从用药安全角度来说，药物的给药途径有多种，包括口服给药、注射给药等，口服给药是一种比较安全方便的给药途径。”张波说，对于一些轻型患者，选择口服药物可以很好缓解症状。

转阴后一直咳嗽该如何缓解

张波介绍，通常讲的抗生素一般指抗菌药物，这是只针对细菌引起感染的治疗药物。新冠病毒引发的症状是病毒性感染，抗生素对于治疗病毒性感染是无效的，也就是说抗菌药物不能预防和治疗病毒引起的感染。

在临床中，有些患者合并一些细菌感染，或者是新冠病毒感染后引起继发性细菌感染，在这种情况下，可以合理选择抗生素和抗菌药物，但要经过血常规检查等严格评估，再选择抗菌药物。

康复期如何恢复体力

很多新冠病毒感染者转阴后仍一直咳嗽，对此，中国中医科学院广安门医院呼吸科副主任边永君表示，相当一部分人的病机是多种多样的，不光是偏于寒凉，有的会出现湿热，有的会出现痰湿甚至燥热的表现，要根据每个人的具体情况来进行处理。

边永君解释，人体气道因为感染新冠病毒会受到损伤，即气道黏膜上皮受损之

后，黏膜下的神经暴露出来就很容易对外界刺激出现敏感，比如说说话、受凉或者闻到异味就会导致咳嗽。

“对咳嗽的恢复不要操之过急。从病毒性感染引发的咳嗽的规律来看，总的恢复时间大概需要2至4周，有一个自然的恢复过程。”边永君建议，尽可能在室内营造出温暖潮湿的环境。患者既要避免过于劳累，也要避免过于安逸或者少活动，适当的运动对康复是有好处的。同时，尽量不要吃生冷食物，外出时要注意保暖。

针对一些咳嗽导致的不适，边永君建议，可以采取针灸、刮痧、揪痧、局部穴位按摩等方法。在此基础上，适当配合一些饮食疗法，比如食用梨汤、百合、藕等。

保证充足睡眠，不要做剧烈运动

北京协和医院临床营养科主任于康表示，新冠病毒感染恢复过程需要一些时间，要循序渐进过渡，保证足够的耐心。康复期保证营养对恢复患者体力有着重要作用，具体有以下几点：

一是要摄入适当的能量。能量主要从主食中摄入，先从易消化的粥、面条等细粮开始，再过渡到软一点的米饭、馒头等，等胃肠功能恢复好了，再开始增加粗粮。

二是要保证优质蛋白质摄入。可以选择高蛋白低脂肪的牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼虾等和一些易于消化吸收的食物。

三是补充一些微量营养素，特别是来自于蔬菜水果里的像钾元素、钠元素、维生素C等，最好做到“餐餐有蔬菜，每天有水果”。

“同时也要做到‘吃动平衡’，不要大吃大喝，不要剧烈运动，要循序渐进，从一些平缓、温和的运动开始。”于康说。

新华社北京1月1日电

首台国产F级50兆瓦重型 燃气轮机首次点火成功

新华社广州1月1日电(记者 丁乐)历时13年自主研发，被誉为“争气机”的首台国产F级50兆瓦重型燃气轮机，于2022年12月31日在华东清远华侨工业园天然气分布式能源站，实现首次点火成功。这标志着东方电气集团自主研发的F级50兆瓦重型燃气轮机向商业化运行又迈出一步，中国将开启自主燃气轮机高质量发展的新篇章。

重型燃气轮机是发电和驱动领域的核心设备，体现了国家的工业整体能力。2022年5月国家能源局正式公告，东方电气集团研发的G50重型燃气轮机(50兆瓦)进入2021年度能源领域首台(套)重大技术装备项目名单。该整机有2万多个零部件，工作压力18个大气压，等于海底180米深水压；工作温度超过1300摄氏度，以6000转/分钟的转速高速旋转。

这台F级50兆瓦重型燃气轮机初步预计于2023年1月初正式并网发电，和同功率火力发电机组相比，一年可减少碳排放超过60万吨，联合循环一小时发电量超过7万千瓦时，可以满足7000个家庭1天的用电需求。