

国务院办公厅关于2026年部分节假日安排的通知

新华社北京11月4日电 国务院办公厅关于2026年部分节假日安排的通知,全文如下:

各省、自治区、直辖市人民政府,国务院各部委、各直属机构:

经国务院批准,现将2026年元旦、春节、清明节、劳动节、端午节、中秋节和国庆节放假调休日期的具体安排通知如下。

一、元旦:1月1日(周四)至3日(周六)放假调休,共3天。1月4日(周日)上班。

二、春节:2月15日(农历腊月二十八、周日)至23日(农历正月初七、周一)放假调休,共9天。2月14日(周六)、2月28日(周六)上班。

三、清明节:4月4日(周六)至6日(周一)放假,共3天。

四、劳动节:5月1日(周五)至5日

(周二)放假调休,共5天。5月9日(周六)上班。

五、端午节:6月19日(周五)至21日(周日)放假,共3天。

六、中秋节:9月25日(周五)至27日(周日)放假,共3天。

七、国庆节:10月1日(周四)至7日(周三)放假调休,共7天。9月20日(周日)、10月10日(周六)上班。

鼓励单位和个人结合落实带薪年休假等制度,实际形成较长假期,推动错峰出行。节假日期间,各地区、各部门要妥善安排好值班和安全、保卫、疫情防控等工作,遇有重大突发事件,要按规定及时报告并妥善处置,确保人民群众祥和平安度过节日假期。

国务院办公厅
2025年11月4日

应对呼吸道传染病,专家支招构筑个人健康防线

新华社天津11月4日电(记者张建新 栗雅婷)当前,一些地区进入冬季呼吸道传染病的高发期。专家提示,预防呼吸道传染病万变不离其宗,关键在于从增强自身免疫力、切断传播途径、保护重点人群等方面构筑个人健康防线。

天津市疾病预防控制中心传控所呼吸道传染病控制科主任董晓春表示,预防呼吸道传染病,首先应筑牢“内部防线”,全面提升自身抵抗力。公众应根据天气变化及时增减衣物,避免因寒冷刺激导致免疫力暂时下降,让病原体有机可乘;应适当摄入优质蛋白质和多种维生素,多饮水,保持呼吸道黏膜湿润,从而增强对病原体的防御能力;应规律作息,保证睡眠,适度锻炼,增强体质。

呼吸道传染病主要通过飞沫和接触传播,专家表示,公众平时应注意建立“物理屏障”,有效切断传播途径。董晓春建议,在前往人群密集的公共场所、乘坐公共交通工具,以及前往医院就诊时,规范佩戴口罩是最直接、有效

的防护措施。

此外,专家建议,在接触公共物品、回家后、准备食物及用餐前、触摸口眼鼻之前,都要用流动水和肥皂(或洗手液)认真清洗双手。

室内常通风也是预防呼吸道传染病的有效方式。“即使天冷,每天也要定时开窗通风2~3次,每次15~20分钟。这样可以有效稀释和排除室内可能存在的病毒,是改善室内空气质量最简单有效的方法。”董晓春说。

专家特别提醒,老年人、儿童、孕妇以及患有心脑血管疾病、糖尿病、慢性呼吸道疾病等基础性疾病的人群,是感染呼吸道传染病后易发展为重症的高风险人群,需要给予更多保护。

“接种流感疫苗是预防流感及其严重并发症的有效手段,建议老年人、儿童等重点人群每年按时接种。一旦出现发热、咳嗽等症状,应及时就医并居家休息,避免带病上班、上学。这不但是对自己负责,而且也是对他人负责。”董晓春说。

成人健康体检“新国标”出炉

新华社北京11月4日电(记者 李恒)国家卫生健康委办公厅11月4日公布《成人健康体检项目推荐指引(2025年版)》,旨在进一步规范健康体检行为,维护受检者健康权益。

根据指引,健康体检是指通过医学手段和方法对受检者进行身体检查,了解受检者健康状况、早期发现疾病线索和健康隐患的诊疗行为。不包括职业健康检查,从业人员健康体检,入学、入伍、结婚登记等国家规定的专项体检,基本公共卫生服务项目提供的健康体检,孕前优生健康检查以及专项疾病的筛查和普查等。指引适用于18岁及以上的成年人群健康体检。

指引主要包括健康体检自测问卷、基本体检项目、慢性病风险筛查项目。其中,健康体检自测问卷包括个人基本信息、既往史及家族史、生活方式信息和心理健康状况等,用于了解受检者基本健康状况,对疾病风险进行初步评估;基本体检项目包括体格检查、实验室检查、辅助检查等,是建立健康档案的基础,为开展后续健康管理提供关键支撑;慢性病风险筛查项目是在基本体检项目的基础上,结合健康体检自测问卷,对存在心脑血管疾病、常见恶性肿瘤、慢性呼吸系统疾病、糖尿病等疾病风险的人群,根据慢性病筛查与早诊早治方案等,增加的个性化深度检查项目。

血管、淋巴系统医疗服务价格立项指南发布

新华社北京11月4日电(记者 彭韵佳)血管、淋巴系统是维持人体正常生理功能的重要生命循环系统。国家医保局11月4日发布《血管、淋巴系统医疗服务价格项目立项指南(试行)》,将原有血管、淋巴系统价格项目规范整合为116项,另有加收费9项、扩展项1项。

国家组织编制立项指南,统一规范医疗服务价格项目,目的是让价格项目更好计价、更好执行、更好评价,更能适应临床诊疗和价格管理需要。

此次立项根据血管差异,分类设置价格项目,将动脉分为大动脉、头臂动脉、肢体动脉、内脏动脉,并分别设立相应支架置入费的价格项目,提升价格项目兼容性。立项以临床实际为导向区分价格档次,通过区分常规和复杂情况,设立加收项等方式体现手术技术难度差

异。

立项还支持新产品新技术的临床应用,如血管手术风险集中于血栓或斑块碎屑脱落,这些脱落的物质可能随血流堵塞远端血管,进而引发心肌梗死、脑梗死等一系列严重并发症。为防范此类手术风险,血管保护装置应运而生。立项指南将血管保护装置置入和取出单独立项,医疗机构术中提供血管保护服务时,可依规收费,同时价格项目不与滤网、过滤器等具体保护装置种类绑定,引导企业通过技术创新,研发更多适应临床需要的血管保护装置产品。

接下来,国家医保局将加快指导各省份对接落实血管、淋巴系统医疗服务价格项目立项指南,按照患者可负担、医保基金可承受、医疗机构健康发展可持续的原则,结合实际合理确定价格水平。



熊猫搬新“家”我国再添一座大熊猫基地

中国大熊猫保护研究中心绵阳基地(无人机照片,2025年10月摄)。

11月4日,中国大熊猫保护研究中心卧龙神树坪和都江堰基地的13只熊猫搬入新启用的绵阳基地“新家”,这标志着历时3年建成的中国大熊猫保护研究中心绵阳基地投入试运行,中心在都江堰、卧龙、雅安之外,又添绵阳一座基地。

熊猫中心绵阳基地位于四川绵阳科技城新区鼓楼山生态公园,用地约120公顷,基地建设有50余套环境优美、满足大熊猫饲养要求的大熊猫圈舍。

新华社发

烂梗“侵”校园,如何管?

新华社北京11月4日电(记者姜晨蓉 张京品 郑明鸿)“你好唐人”“你个双肩包”“yyds”……“新华视点”记者调查发现,近年来,一些中小学生在交流中习惯使用网梗;然而,一些烂梗含有低俗、歧视和暴力等内容,如“唐人”意指“他人有唐氏综合征”,“你个双肩包”谐音是“你个神经病”。

使用什么样的语言,反映了人的精神气质。烂梗的病毒式传播,极易对青少年健康成长带来不良影响。互联网时代,如何丰富语言表达,让孩子们好好说话?

开口段子、闭口烂梗并非个例

前不久,重庆一名初中老师在社交平台上发布抵制网络烂梗进校园的视频,引发广泛关注。这位教师在视频中称,班上有学生用“唐人”“你好唐人”等网络烂梗嘲笑同学,这种行为实在不妥,很不尊重人,希望班上同学不要再出现类似行为。

这并非个例。多名受访教师反映,不少中小学生在日常交流中使用网络烂梗,有的在写作文时也会不经意间使用。“大约5%的学生会在作文里使用网络烂梗,日常交流时用得更多。”西部某中学语文老师左获说。

滥用网络烂梗会妨碍中小学生规范使用语言,导致他们的语言表达能力下降。

西安市某小学语文教师薛晨说,孩子们想表达赞美就说“绝绝子”,想描述糟糕就说“芭比Q了”,想表达嘲讽就说“谢特”;长此以往,孩子们会不会丧失对优美语言的理解能力,乃至患上“文化失语症”?

记者调查发现,当前层出不穷的网络烂梗造成公众对信息的理解障碍。“越来越听不懂孩子说话了,生怕孩子被带歪了。”北京一位家长说,经常为孩子说一些无厘头的网络烂梗感到苦恼。

有的网梗,用一串字母来表达意思,让人摸不着头脑,如“yyds”(“永远的神”)“awsl”(“啊我死了”)“xswl”(“笑死我了”)等等。

有的网梗胡乱演绎,如“人之初,性本善,不写作业是好汉”“老师来了怎么办,拿起菜刀跟他干”等,潜藏不良诱导,可能会对未成年人的三观、审美趣味带来不良影响。“有一次刚上一一年级的孩子说,‘唧唧复唧唧,木兰买手机’,能不能给我买个手机,让人哭笑不得。”河南学生家长张女士说。

有的网络烂梗,如“唐人”“伞兵”之类,带有人身攻击的意味;一些学生用这类烂梗对同学实施语言霸凌,容易引发冲突。“孩子内心其实都很敏感,听到嘲讽自己的烂梗往往会有情绪。”西部一所小学校长说。

烂梗“风靡”的背后

受访教师和专家认为,网络烂梗风靡校园的背后存在多重因素。

——一些人热衷于“造梗”,各种网梗层出不穷。

记者调查发现,手机正成为大多数孩子日常生活的一部分,不少网络直播、游戏平台、解说视频和插播广告中,夹杂大量网络烂梗。这些烂梗隐蔽性强,悄然渗透进青少年的日常生活。

西北大学公共管理学院副教授王铮说,网民人数持续增长,使网络空间空前活跃,每个人都可以成为创作者,各种网络流行语和热梗成为网络文化的重要组成部分。一些人热衷于编造发明各种梗赚取流量,“造梗”从一种随机的幽默艺

术,演变为一种系统性的“文化生产”,其中混杂了许多贬低他人、不良导向的烂梗。

——烂梗借助网络快速传播。

一些烂梗原本来自畸形的“饭圈”文化,圈内人用烂梗作为暗语,但很快扩散到圈外,引发模仿和二次创作,并在网上快速传播。

“传的人多了,也就有了梗。”中国人民大学新闻学院副教授许颖认为,当前一些短视频平台、社交平台的算法推荐机制偏爱高互动、易传播、有冲击力的内容,一个简单、戏谑、带有情绪的烂梗,能最快地抓住受众眼球;如果受众喜欢烂梗,平台还会反复推送类似内容。

——特定段子梗成社交“必需品”。

一些中小學生反映,网络烂梗是他们社交时的“必需品”。“如果听不懂同学们说话,会被同学嘲笑说,‘你连这个都不懂啊!’”河南一名初三年级学生王啸说,使用特定的段子梗,被认为是一种潮流和社交资本,可以避免在交流中被边缘化。

“我们会无意间听到学生说一些网络烂梗,比如‘你个老六’等。”贵州一所小学校长说,有的学生是觉得新鲜、好玩,错误地认为说网梗是有个性的表现;有的学生是在从众心理的驱使下好奇、模仿,担心不说可能会被同学认为“落伍”。

丰富语言表达,让孩子们好好说话

西安市长安南路小学校长刘光涛等受访人士认为,每个时代都有属于这个时代的梗,对网络流行语不必一概否定;一些网络流行语和热梗,如“city not city”,不仅有鲜明的时代特色,某种程度上也丰富了语言表达。

语言是文化的载体。受访专家认为,中文是世界上最优美博大、兼具诗意与深度的语言之一。从诗经楚辞到汉赋、唐诗、宋词、元曲、明清小说乃至现当代文学,历代先贤给我们留下了丰富而厚重的语言文化遗产。语言规范关乎文化传承,要警惕充斥低级趣味的烂梗冲击汉语语言的规范性和庄重性。

2024年10月,中央网信办部署开展“清朗·规范网络语言文字使用”专项行动,重点整治歪曲音、形、义,编造网络黑话烂梗,滥用隐晦表达等突出问题。2024年10月,教育部办公厅发布关于进一步加强中小学规范汉字书写教育的通知,引导师生在正式写作和公共场合中避免不当使用“谐音字”。今年6月,抖音发布关于治理网络“黑话烂梗”的公告。

陕西省教育系统关心下一代工作委员会副主任张海明说,要根据国家通用语言文字规范、社会公序良俗等标准,确定需要整治的网络烂梗,实现精准发力。相关部门和网络平台等主体要优化算法机制,减少烂梗的传播空间,打造健康规范的网络环境。还要严肃查处利用网络烂梗煽动对立情绪、失范行为。

受访教育工作者建议,要尽量在线上、线下为孩子们创造规范、优美的语言环境。要引导学生大量阅读经典书籍。要发挥学校主阵地作用,创新形式,鼓励学生参与有趣味的语言文字游戏,加强青少年语言素养培养,更好保护和传承中文美学。

“堵不如疏。现在学生接触的网络文化非常多,我们无法让学生与网络隔离,只能尽可能贴近他们的世界,引导他们思考,让他们学会辨别,逐渐提高自身审美品位,养成良好的语言习惯。”贵州某小学校长说。