

中央气象台11月18日10时继续发布寒潮蓝色预警。面对寒潮对供暖、供电、交通等带来的影响，黑龙江、四川、安徽等地相关部门积极应对，保障群众正常生产生活秩序。

18日，黑龙江省大兴安岭地区的天刚放亮，工人们检修作业的声音便从林海雪原深处传来。“铁塔绝缘子、导线无覆冰，运行正常，请记录！”国网大兴安岭供电公司输电运检工祁伟、曲善新正仔细检查220千伏加多线每一处金具连接点。

据当地气象部门预报，大兴安岭地区22日将出现明显降雪天气，国网大兴安岭供电公司提前部署，对3条220千伏林区用电“生命线”进行拉网式排查。祁伟、曲善新所在小组要赶在降雪之前把最偏远的88公里线路“踩”一遍，确保每一基铁塔都能走到、看到、摸到。

寒潮之下，如何守好百姓“菜篮子”“米袋子”？

陕西省平利县芸萃苑有机蔬菜种植基地是当地重要蔬菜保供基地。基地负责人张荣教说，最近降温明显，加之采收量大，用电需求明显增加，“平利县农业农村局和国网平利县供电公司工作人员深入田间地头，不仅现场指导农民在低温下应注意的种植要点，还对大棚温控设备、卷帘机等用电设施开展‘拉网式’排查，及时更换老化线路、检修故障配件。”

眼下正值黑龙江省的粮食收购与加工旺季。记者在益海嘉里(哈尔滨)粮油食品工业有限公司看到，寒潮并未阻挡粮食收储加工的步伐，厂区内拉运稻谷的货车有序进出，一派繁忙景象。

走进生产车间，水稻智能加工线正满负荷运转，经过去壳、碾磨、抛光等20多道工序，金黄的稻谷蜕变为晶莹的大米。“我们日加工水稻产能达1320吨，从清理、碾米到抛光、打包，各工段精准衔接，全力保障产品品质。”公司大米生产车间主任韩志国说。

据四川省气象台预报，受高空低槽和地面冷空气共同影响，18日、19日四川盆地大部地方日平均气温将下降2℃至5℃。四川省公安厅交通管理总队相关负责同志介绍，随着寒潮影响逐步扩大，川东北巴中、

寒潮持续 多地多措并举保民生

新华社记者

我国卫星导航定位基准站将实行“三统一”

新华社北京11月18日电(记者王立彬)为促进卫星导航定位产业有序发展，维护国家地理信息安全，我国将对卫星导航定位基准站实行统一规划、统一标准、统一监管。

自然资源部11月18日晚间发布《卫星导航定位基准站管理办法》，自2026年1月1日起施行。根据测绘法、数据安全法、保守国家秘密法等法律法规制定的这一办法，强调基准站建设和运行维护实行统一规划、统一标准、统一监管，坚持合理布局、依法备案、资源共享、保障安全。

基准站是国家重要的空间基础设施，事关国家地理信息安全，是北斗卫星导航系统落地应用的关键配套设施，不仅在维持国家

测绘基准、提升北斗高精度定位能力、促进北斗产业发展中发挥着重要作用，还在自动驾驶、灾害监测、城市建设、低空经济等领域广泛应用。

针对目前基准站重复建设、存在数据安全隐患等主要问题，办法规定自然资源部会同有关部门制定全国基准站建设布局规划。基准站建设应当符合国土空间规划，纳入国土空间规划实施监督信息系统。基准站建设单位应向基准站所在地省级自然资源主管部门备案，跨省建设多个基准站要向自然资源部备案。

办法要求强化权威性和公益性，提高数据安全防护和应用水平，特别是加强向境外传输数据的监管，规定了重要数据管控以及出境

安全评估要求，对外提供涉密测绘成果要依法履行审批手续。

办法要求各级自然资源主管部门加强对基准站建设和运行维护单位的政策指导，促进北斗产业规模化发展，推进基准站数据共享，为经营主体营造良好发展环境。同时要守好安全底线，加强对本行政区域内基准站的安全监管，切实保障国家地理信息安全。

近年来，基准站应用需求不断涌现、扩展，全国站点从2015年的4000多座增至现在的33000多座，应用对象从测绘活动为主扩大至交通、农业、大众消费、低空经济等各行各业，随之而来出现了重复建设、数据安全风险隐患。同时数字中国建设、数字经济发展对时空信息、定位导航服务等新型基础设施也提出了新的更高要求。

坚持党的领导人民当家作主依法治国有机统一 合力开创法治中国建设新局面

(上接第一版)中共中央政治局委员、中央政法委书记陈文清在总结讲话中表示，习近平总书记的重要指示进一步明确了全面依法治国的战略性、全局性、方向性问题，深化了对社会主义法治建设的规律性认识，为新征程上推进全面依法治国指明了前进方向。要深入学习贯彻习近平法治

思想，深入学习贯彻会议精神，统筹推进科学立法、严格执法、公正司法、全民守法，加强法律监督，合力开创法治中国建设新局面。

中央纪委国家监委机关、中央组织部、国务院国资委、天津市、江苏省、福建省、重庆市、甘肃省负责同志作交流发言。

石泰峰、李书磊、李鸿忠、刘金

国、王小洪、张升民、吴政隆、张军、应勇出席会议。

中央全面依法治国委员会委员，各省市区和计划单列市、新疆生产建设兵团党委全面依法治省(区、市、兵团)委员会负责同志，中央和国家机关有关部门、有关人民团体，中央军委机关有关部门负责同志等参加会议。

《习近平法治思想学习纲要(2025年版)》出版发行

(上接第一版)《纲要(2025年版)》内容丰富、结构严整，忠实原文原著，文风朴实生动，是广大干部群众深入学习贯彻习近平法治思想的权威辅助读物。

中央宣传部、中央依法治国办发出通知，要求推动把《纲要

(2025年版)》作为党委(党组)理论学习中心组学习、干部培训、党员学习的重要内容，全面系统学、及时跟进学、深入思考学、联系实际学，坚持不懈用习近平新时代中国特色社会主义思想武装头脑、指导实践、推动工作，更加自觉用习近平

护屏障；同时配套新建2个水磨石凳、73个砖砌树池，完善便民设施，让环境升级更具民生温度。

项目监理唐杰告诉记者：“目前已完成70%左右的工程量，主要完成了镂空围墙、硬化地面和排水沟的作业，预计明年上半年完工。”

工程完工后，区域内绿化、场地、路面、排水等硬件设施将实现全方位升级，整体景观面貌将焕然一新。届时，人居环境质量将实现质的飞跃，为墨竹工卡县居民打造整洁有序、舒适美观、生态宜居的生活空间，为城市高质量发展注入强劲活力。

达州及川西高原阿坝、甘孜等地将出现明显降温 and 冰雪天气，给出行带来不稳定因素。交管部门已进入应急状态，对易结冰的高速及国省干线实行提前管制和分流，巡逻车辆与救援装备已集中布设在关键区域，随时投入除雪、救援和疏导工作。

受寒潮影响，位于贵州西部、海拔较高的威宁彝族回族苗族自治县多条公路干线出现大雾、部分道路出现凝冻等情况。威宁县公安局交警大队联合辖区326国道、356国道沿线派出所科部署警力，通过多方联动，利用融雪剂进行融雪除冰，同时通过警车压速带道、间隔放行，保障来往车辆行驶安全。

“降温键”按下，“温暖模式”开启。

近日，黑龙江省林口县气温骤降，但居民王先生家中却温暖如春。“手机点一点就能调节温度，入冬以来屋里暖乎乎的。”他边说边向记者展示手机上的“室温调节”界面。

据了解，林口县以“智慧供热”为核心，筑牢冬季供暖保障线。林口盛烨热电有限责任公司智慧供热项目经理于飞介绍，企业建成的智慧供热管控系统，对66个换热站、4.8万余用户实现全流程数字化管理，每半小时一次的数据采集让供热调控精准高效。

陕西省武功县的最低气温短时间内下降了8℃至10℃。国网武功供电公司城区中心供电所所长杜宣峰说，辖区内70%居民主要依靠电采暖过冬，他们主动靠前服务，对辖区供热公司用电设备开展巡视检查，为居民冬季安全用电“保驾护航”。

针对寒潮天气，贵州省民政部门近期启动“寒冬送温暖”专项救助行动，要求各地构建全域覆盖的救助发现体系，科学合理布局临时救助点、求助引导点，配备食品和御寒衣被等物资，及时为遇困人员提供基本生活保障。

在安徽省池州市贵池区饿了么运营中心工会驿站，环卫工人王国辉推门而入，弯腰接满一杯热水，赶忙坐下来长舒一口气。“天气越来越冷，有这么个地方能随时喝上一口热水暖暖和和，挺好的。”

池州市贵池区委社工部为外卖骑手准备了围巾、护膝等防寒物资，配送站点还结合天气预报对骑手进行安全信息提示。“这样‘全副武装’起来，外面风刮得呼呼的，也不觉得冷了。”外卖骑手俞珊说。

(新华社北京11月18日电)



海军福建舰开展入列后首次海上实兵训练

日前，海军福建舰开展入列后首次海上实兵训练。▲这是歼-15DT舰载机弹射起飞。▼这是福建舰编队在航行。

(新华社发)



国家发展改革委将重点从四方面推动中欧班列高质量发展

新华社北京11月18日电(记者魏玉坤)记者11月18日从国家发展改革委获悉，国家发展改革委将重点从四方面推动中欧班列朝着更高质量、更好效益、更加安全方向发展。

数据显示，截至2025年10月，中欧班列累计开行11.86万列，运送货物1170万标箱，通达欧洲26个国家232个城市，物流服务网络覆盖亚欧全境。

国家发展改革委副主任周海兵在第二届中欧班列国际合作论坛上表示，面向未来，将同沿线国家一道，

不断深化务实合作、促进互联互通。

一是进一步拓展多元高效通道。不断创新监管模式、优化查验流程，提升全程运输效率。深入推进口岸及通道扩能改造，共同提升阿克套港、巴库港等枢纽节点运输能力，积极发展新运输线路。

二是进一步提升创新发展水平。加强大数据、人工智能等高新技术应用，优化数字口岸系统、中欧班列门户网站等功能。开行更多主题人文班列，大力推动“班列+”新模式发展。

三是进一步夯实安全运行基

础。充分发挥中欧班列沿线国家执法安全合作会商等机制的重要作用，加强对话沟通和交流协作，共同做好通道、货物等安全保障工作，完善全链条安全治理体系。

四是进一步增强辐射带动效能。持续深化中欧班列与贸易、产业、物流、金融等融合发展，提高企业资源要素配置效率和竞争力，促进中欧经贸合作高质量发展，实现互利共赢、共同发展。

第二届中欧班列国际合作论坛18日在陕西西安举办。本届论坛以“联通亚欧，共享未来”为主题，来自45个国家和地区450余名代表出席。

冬季进补有哪些“宜”与“忌”？ 中医专家这样说

新华社记者 田晓航

俗话说，“冬令进补，来春打虎”，冬季通过饮食调理身体是我国传统的养生方式。小雪节气将近，气温将越来越低，如何正确进补以增强体质？11月18日，国家中医药管理局举行发布会，邀请中医专家为公众答疑解惑。

“中医提倡‘冬令进补’，其理论源于中医‘天人相应’的整体观。”北京中医药大学东直门医院国际部主任任国泳介绍，冬季万物闭藏，人体阳气内藏，消化系统功能会偏旺盛，此时调养能更好地将营养物质转化为精华之气在体内储存，来年春天精力便会更加旺盛。

冬季进补应该从立冬开始吗？对此，江苏省中医药发展研究中心主任医师黄亚博表示，其实，从立冬开始直至立春前夕都适宜进补，北方寒冷地区可适当提前，南方温暖地区可稍作延后，“关键是要在身体状况最佳的时刻开始进补”。

冬令进补并非人人适宜。杭州市中医院老年病科主任医师何迎春说，气虚者和血虚者适宜进补，产后、大病后或手术后体虚者也可通过中医调理调气血、补虚劳，但呼吸道感染、咳嗽、高热处于急性期的人及湿热体质舌苔黄腻者不宜进补。

对于老年人和部分女性群体而言，进补也有一些“宜”与“忌”。“与年轻人相比，老年人往往多个脏腑功能减退，伴有多种慢性病，导致他们更容易出现‘虚不受补’的现象。”于国泳说，因此，老年人应“平补”“缓补”，循序渐进，切忌“峻补”“猛补”。

专家介绍，老年人冬令进补应以健脾益气为首要任务，可选用茯苓、山药等平和之品增强脾胃功能，以核桃、枸杞等食材来补益肾精，同

时注意气血双补；推荐食用食粥，如温补肾阳的核桃粥、益气补虚的羊肉粥，既有营养又易于消化。

此外，部分女性冬天手脚冰凉、面色苍白，何迎春说，这种情况与中医所说的“血虚寒凝”“阳气不足”有关，可食用当归生姜羊肉汤，同时注意腹部、腰部、下肢保暖，每日用40℃左右的水泡脚15至20分钟以温经通络。

除了食补，服用膏方也是冬季进补的一个传统方法。国家中医药管理局中西医结合与少数民族医药司副司长欧阳波介绍，膏方在我国应用已有千余年历史，具有因人制宜、处方灵活、服用方便、兼具治疗与预防功能等特点。

“膏方本质是依据个人体质和证候的特点量身定制的大型复方制剂。”黄亚博说，膏方适合需要长期调理的慢性病患者和亚健康人群，但必须由经验丰富的中医师进行全面诊察后开具，且遵循动态调整的原则，不可一方连用多年。(新华社北京11月18日电)