

稳外贸，重庆有底气更有路径

【巴渝论坛】

■新重庆-重庆日报评论员 王瑞琳

10月，重庆枢纽港产业园里，不少企业开启了“赶工”模式。重庆桔瑞森装修装饰材料有限公司的生产线全天候运转，自今年3月公司首单超级创花板出口澳大利亚以来，其海外市场持续拓展，目前每月出口量近2万张。重庆科马工贸有限公司同样“火力全开”，其主营的汽油、柴油发动机等产品，80%以上出口到意大利等120多个国家。

在这热火朝天的生产景象中，重庆外贸的蓬勃活力变得可知可感。企业的欣欣向荣，与城市同频共振。近日，重庆晒出了一份最新的外贸成绩单：据重庆海关消息，今年前三季度，重庆外贸进出口总值

5819.8亿元人民币，同比增长12.3%，增速高出全国整体8.3个百分点。其中，出口4008.3亿元，增长10.6%；进口1811.5亿元，增长16.2%。

评价成绩单，要看“量”更看“势”。相较于广东、江苏等沿海发达省份，重庆外贸“5819.8亿元”的体量虽不算很大，但其“12.3%”的两位数增速却振奋人心。在贸易保护主义抬头的复杂形势下，外贸不得不面临更大的不确定性。重庆能顶压前行、稳中有进，跑出一条上扬的外贸曲线，恰恰折射其抗风险能力之“韧”、增长动能之“足”。

外贸，是拉动经济增长的“三驾马车”之一。稳外贸，重庆有底气。

底气，源自“压舱石”够实——“33618”现代制造业集群体系不断壮大，电动汽车、摩托车等产品又新又好、备受欢迎；底气，源自“朋友圈”够大——除了东盟这一最大

伙伴，前三季度重庆对中亚、非洲等新兴市场进出口分别增长76%、38%。底气，还源自提速增长的市场主体，四通八达的物流优势……多重保险相互支撑，这些条件独具竞争力，既回答当前依靠什么稳外贸，也启发如何通往更加开放的未来。

从产品出海通往产业出海，稳住外贸增长的主动权。

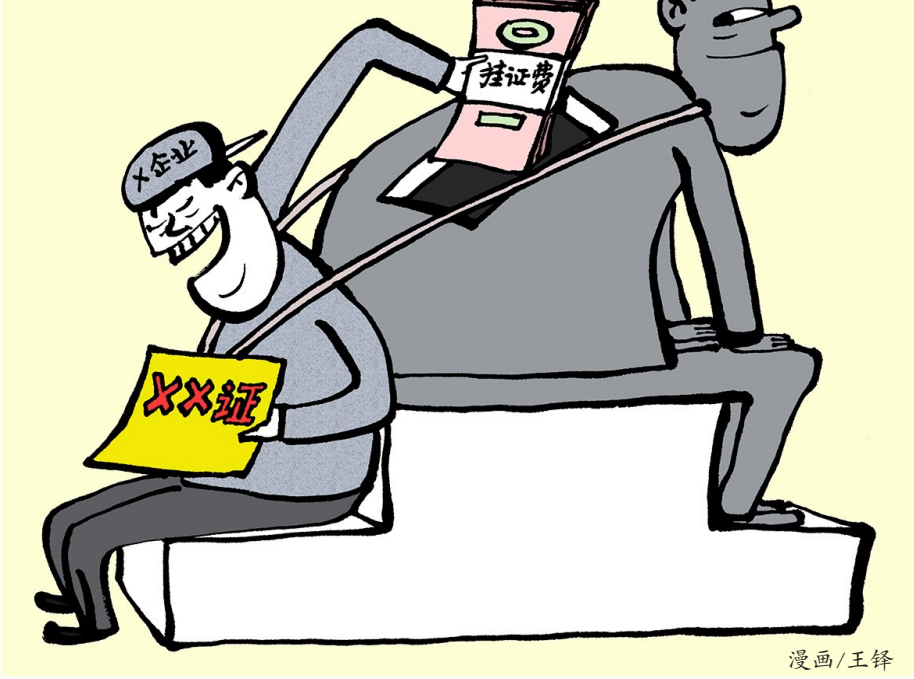
单一产品外贸，相对易受波动影响。以“渝车出海”为代表的系列行动，则探索了另一条更坚实的路。以重庆首个海外新能源整车基地——长安汽车罗勇工厂为例，一方面，长安汽车以之为基地，带动零部件供应商等全产业链集体出海；另一方面，针对当地市场特点强化技术支持，大幅提升海外属地化研发能力。如此，外贸增长跳出“单兵作战”，以产业协同增强稳定性与竞争力，企业才能更好规避因市场变化陷入被动。

从市场开拓通往规则适配，稳住外贸经营的可持续性。

要想把生意做长久，离不开双方共同完善合作规则，既保障权益，又降低成本。3月，两家重庆企业正式获准向新加坡出口5种动物源性食品。特别的是，今后重庆市域内的生产企业如果符合条件，无需重复向新加坡提出申请，由海关总署向新加坡推荐注册即可实现出口。这，正是依托制度创新进一步融入海外市场的生动实践。如今重庆结识了更多“新朋友”，通过推动规则标准衔接巩固合作，也是值得努力的方向。

四季度，正值全年经济工作冲刺的收官季，也是外贸市场的窗口期。前不久，商务部表示将进一步加强政策储备，适时推出新的稳外贸政策。在政策利好的推动下，重庆外贸定可保持进步节奏、延续良好态势，为全市发展大局作出更大贡献。

“借”来的资质



在医疗、建筑、金融等关键行业领域，资质是企业参与市场竞争的“入场券”，更是保障民生安全、行业秩序的“生命线”。许多企业因为资质不够，便通过“人员挂靠”拼凑资质，导致建造师、执业药师等关键职业领域存在诸多“人证分离”的现象。

点评：资质不够，岂能“借”人来凑？如此操作，既扰乱行政管理秩序，又破坏市场公平竞争，有违诚信经营的原则，已涉嫌违反相关法律法规。企业与其耗费成本“借”人，不如踏踏实实建设专业团队，走一条可持续发展的长远之路。

渝见岐黄 健康幸“涪”

涪陵中医药集市开市 打通服务群众“最后一公里”

六大展区涵盖多元需求 特色诊疗服务市民

10月24日，“渝见岐黄 健康幸“涪”——2025重庆市中医药文化集市巡回服务活动涪陵站暨“百市千县”中医药文化惠民活动在涪陵区泽胜中央广场拉开帷幕。

作为推动中医药服务下沉基层、融入百姓生活的重要载体，本次活动由重庆市卫生健康委员会、重庆市中医药管理局、重庆市涪陵区人民政府联合指导，重庆市涪陵区卫生健康委员会主办，涪陵中医院、国药太极涪陵制药厂、重庆上药慧远药业有限公司承办，在为期两天的活动中为市民送上了一场集优质诊疗、特色体验、趣味互动于一体的中医药惠民服务，让千年岐黄智慧从医院走进街巷，切实打通中医药服务群众的“最后一公里”。



现场体验的人群

本次中医药集市设中医养生体验区、岐黄妙手义诊区、良方妙技体验区等六大主题展区共28个展位，覆盖诊疗、技术体验、养生科普等多元需求，开市后被市民围得满满当当。作为涪陵区中医龙头单位，涪陵中医院主动扛起惠民责任，派出中医馆、康复科、脾胃科、心病科、肺病科、儿科、治未病科、妇产科等16个临床科室的42名骨干医务人员，在义诊区、技术体验区、养生体验区同步开展服务，凭借专业诊疗与特色技术，收获了市民的一致好评。

良方妙技体验区里，康复治疗师耿立繁的龙式治脊疗法展台前，长队从开市起就没断过。“你这肩颈肌肉粘连严重，是长期低头办公导致的‘筋出槽’，我先帮您松懈筋膜，再做脊柱精准复位。”耿立繁一边用手法为市民童女士调理，一边解释龙式治脊“筋骨并重”的原理。据介绍，24日当天，他共为20多位肩颈痛患者服务，涵盖上班族、学生和退休老人，多数人都是因长期使用电子设备引发不适。“之前脖子只能转半圈，调理完能完全抬头了，耿老师还教我按风池穴、放松，特别实用！”童女士说。岐黄妙手义诊区的神志病科主治中医师刘永康，则专注于解决市民的失眠难题。他的诊桌前，焦虑自评量表、抑郁自评量表和睡眠质量指数表整齐摆放。刘永康耐心指导市民王先生，随后根据辨证结果，开具了相关药方。“我失眠半年，吃西药怕依赖，刘医生中西医结合调理，感觉特别贴



中医药文化集市活动现场

心！”王先生拿着处方说。中医养生体验区里，涪陵中医院带来的“栖心盏”“疏络饮”等养生茶饮，以及安神桑葚凝糕、补血芝麻圆圆满等药膳糕点，也吸引不少市民品尝。

涪陵中医院在集市中的亮眼表现，源于其深厚的积淀。作为重庆中医药学院附属医院、国家中医药管理局“治未病”服务能力建设单位，医院脑病科是国家级重点专科，针灸科、肛肠科是国家级特色专科，骨伤科、肺病科是重庆市级中医重点专科，糖尿病科是重庆市级特色专科；另有区级临床重点专科、重点学科4个。医院已挂牌“国医大师石学敏学术思想传承工作室”“国医大师石学敏中医针灸涪陵科创中心”。此次集市正是其将优质资源下沉、服务百姓的生动体现。

7家药企集中亮相 创新产品受市民热捧

在本次中医药集市的中药产业展示区，有7家中医药企业集中亮相，其中，承

办方重庆上药慧远药业有限公司、太极集团重庆涪陵制药厂有限公司凭借特色产品，成为展区内的“人气焦点”，其带来的经方制剂、创新养生品吸引众多市民驻足咨询、体验。

重庆上药慧远药业有限公司的展台前，中药饮片事业部业务二部经理胡毅忙着向市民介绍产品：“这款枳术瘦身丸是今年9月刚上市的，原方出自张仲景《金匮要略》枳术汤，用超微打粉、低温浓缩萃取等现代工艺制成浓缩丸，专门响应国家‘体重管理年’号召，能健脾消积、提高代谢，特别适合上班族。”除枳术瘦身丸外，展台还带来九转河车丹、人参八宝茶等6款产品，九转河车丹源自《本草纲目》，主打调理虚损；人参八宝茶以人参配伍枸杞、桂圆，补元气效果显著。“我试喝了人参八宝茶，口感温润，正好最近总觉得累，买了两盒回家当日常养生茶。”市民李女士拿着刚入手的产品说。跟她一样，展台前试吃试饮的市民络绎不绝，不少人当场下单。

另一侧的国药太极涪陵制药厂展

台，一个精致的模型格外引人注目。“这是我们涪陵制药厂王牌产品藿香正气口服液的制作流程工业模型。”太极集团重庆涪陵制药厂有限公司高级经理、藿香正气液传统制作工艺传承人霍加勇介绍，在模型左边，展示的是太极藿香正气液传统制作技艺，源于宋代的《太平惠民和剂局方》古方，模型右边是目前的数字化生产车间，通过传承和创新，实现了从古代经典方子到现代产品的华丽转身。

看着模型，从古代简陋却充满智慧的制作场景，到现代先进、规范的生产流程，一位市民感慨地说：“今天在现场看到古代和现代的制作方式，太有意义了，非常直观，让我们对藿香正气口服液有了更深的认识。”

此外，国药太极涪陵制药厂还展示了藿香正气口服液、通天口服液、急支糖浆等“明星产品”，自主研发的保健食品和洗护系列成为了焦点。

作为涪陵中医药产业的代表性企业，上药慧远和国药太极涪陵制药厂不仅带来优质产品，更通过现场讲解、互动

体验，让市民直观感受到本土中医药企业的研发实力与创新活力，以实际行动践行了“中医药惠民”初心。

事业引领、产业支撑、文化赋能 筑牢中医药惠民根基

本次涪陵中医药文化集市的成功举办，是涪陵区长期将中医药发展纳入战略布局、深耕民生需求的必然结果。从顶层设计到基层落地，从服务体系到文化培育，涪陵区以“事业引领、产业支撑、文化赋能”的发展路径，为这场惠民活动夯实了根基。

政策机制的“强保障”，是活动有序推进的前提。涪陵区将中医药工作列入政府工作重要内容，出台《涪陵区中医药振兴发展重大工程实施方案（2023—2027年）》并纳入国民经济规划；成立工作专班，设中医药管理办公室，建立跨部门联席会议机制破解发展卡点，政府网站还开设中医药建议与投诉平台，确保政策贴近民心。

服务体系的“硬支撑”，为活动提供了专业底气。涪陵区已建成“五级”中医医疗服务体系：区中医院作为三级甲等医院，通过医联体、医共体建设，累计下派医护100余人次、培训基层医师200余人，27家乡镇卫生院中医馆全覆盖且能开展10项以上适宜技术；2024年投用的智慧共享中药房已服务超12万人次，其全链条质量管理理念延伸至活动现场，让市民对药品品质更放心。

中医药文化惠民的“常态化”，点燃了群众参与热情。涪陵区构建了“线上+线下”文化推广体系：线下推进中医药“六进”活动，开展各类中医文化活动，累计服务超4万人次；线上借新媒体推广科普知识。同时聚焦“一老一小”，2024年为15万余名老年人、1万余名儿童提供中医药服务，服务管理率分别达74.17%、84.86%，进一步扩大了活动受众范围。

展望未来，涪陵区将持续把中医药文化融入百姓日常，为“健康涪陵”注入中医活力。

傅星辰 图片由张中宇 摄

『野』一点的童年更有真味

■曹灿辉

这两天，两所幼儿园在网上引发热议。一所在河南漯河，娃娃们不背古诗不做手工，整天围着灶台和农田转——筛麦子像模像样，揉面团有板有眼，甚至组队学做道口烧鸡。另一所在河南商丘，独木桥快跑、跳箱连续跨越、单杠旋转……这些看似较有难度的动作，却是孩子们的日常，一系列“硬核”体能课出圈引得不少网友喊话“全国推广”。

“野”一点的童年，也许更有真味。跳马、种地、下厨，两所幼儿园“全能课”走红的深层意义，在于重构了童年的价值坐标。长期以来，“不能输在起跑线上”的焦虑催生了学前教育“小学化”倾向，识字、算数成了幼儿园主打课。“厨艺幼儿园”和“运动幼儿园”则用实践证明，团队合作学做烧鸡时的默契、通过独木桥时的专注，或许比“抢跑”更加珍贵。孩子们在筛麦揉面、攀爬跑跳中收获的自信开朗，正是其一生发展所需的精神基石。这种回归本真的教育，回应了社会对优质幼教的深切期盼。

事实上，幼儿园“全能课”走红并非偶然，而是专业探索与教育初心的共振。多年前，教育部就发布了《3-6岁儿童学习与发展指南》，将健康领域列为第一领域。正是在此指南的指引下，“运动幼儿园”园方主动告别“提前学”模式，从篮球课开始探索系统体能课程。更难能可贵的是，园方从本土游戏中汲取灵感，按小中大班特点设计阶梯式目标，让每个孩子都能获得与成长阶段相适应的体能训练。

越是回归本真的教育模式，越考验教育者的智慧。“全能课”是多元发展，更需安全兜底。“学厨”意味着要近距离接触明火；运动则有一定的损伤风险。因此，幼儿园尤需提高安全意识，特别是要严把教师专业关，提高老师的风险预判与应急处理能力。在此期间，园方也需加强与家长的沟通，让家长理解“适度冒险”对孩子成长的意义，努力争取家长支持，形成“园方敢教、家长敢放”的良性循环。

跳马种地下厨，赢过纸上谈兵。就在前些天，教育部印发了《进一步加强中小学生心理健康工作十条措施》，其中就提到要加强课程与实践教育，提升学生心理韧性和应对能力。两所幼儿园的探索，也为改善儿童青少年心理健康提供了借鉴。当孩子们的眼睛因挑战成功而发亮，那种由内而外生长出的自信与坚韧，才是支撑他们未来顶天立地的底气。

或许，这就是教育的真谛。不急于求成，不功利浮躁，只愿守护每个孩子的天性，让他们在最美好的童年时光里，长成自己的模样。