未来十年，再建1000座公园

“千园之城”上海启动新一轮公园建设，今年新增公园100座

本报记者 陈玺撼

上海已是“千园之城”，未来十年，将力争再建1000座公园，使公园总数达到2000座。

上海市绿化市容局昨天召开新春第一场会议，公布2026年绿化市容行业民生项目清单，上海将启动新一轮公园建设，新增公园100座，新建绿地500公顷、绿道100公里、立体绿化10万平方米。

挖潜扩绿

上海土地资源稀缺、人口密集，无法依靠城区的无限扩张来创造更多公共空间和服务。在上海，要让一片已规划、成规模的公共绿地真正落地，平均建设成本以亿元为单位。

空间和成本的双重压力下，未来1000座公园建在哪儿？怎么建？

“挖潜”是关键手段。上海市绿化市容局负责人表示，今年市绿化市容局将会同市规划资源局编制《上海市耕地保护和国土绿化专项规划》，明确林地保护空间纳入国土空间规划“一张图”实施监管，充分挖掘减量化、沿海沿江沿河沿路等地块的潜力，有效“扩绿”。今年，绿化市容部门将编制《上海市休闲森林公园和湿地公园空间布局规划》，推进建设40座休闲森林公园。

许多潜在的存量资源转变观念，也能为下一个“千园之城”建设贡献力量。外环绿带变身环城生态公园带，以及单位附属绿地的开放共享，都是上海“挖潜”的代表作。

上海的环城生态公园带主要由“一大环”和“五小环”组成。“一大环”主要由“环上”（环上公园）、“环内”（楔形绿地）、“环外”（生态间隔带）构成。“五小环”指的是“五个新城”绿环。

截至去年底，上海“十四五”期间规划新增的36座环上公园全部建成，加上此前已建成开放的14座环上公园，组成了环上公园群。

今年，环城生态公园带建设的重点将转向“环内”。上海将完成三岔港楔形绿地专项规划批复并力争启动建设，推进三林、北蔡、大场楔形绿地建设，推进新槎浦等6处外环绿道断点的贯通，实施环城生境营造10公顷示范点。

春日申城，沪上各大公园春意盎然。世纪公园近期迎来“美人梅”最佳观赏期，吸引不少市民踏春赏梅。 本报记者 孟雨涵 摄

今年初，长宁金融园单位附属绿地开放共享改造项目完工，向市民公众开放。截至“十四五”末，上海实现了187处单位附属绿地的开放共享。今年，上海将再新增单位附属绿地开放共享20处。

不只是数量在增加，公园绿地的质量也在稳步提升。

今年，上海将打造儿童友好公园20座，拓展公园绿地户外体育场地设施，增加休闲游憩草地，推进上海辰山国家植物园建设，推动上海动物园、上海野生动物园两家动物园的提质增效。

到今年底，上海将新建改建口袋公园40座，更多市民将在“家门口”享有优美生态空间。同时，告一段落的“环上”工程将把精力集中在提升环上公园的品质上，因地制宜植入文商旅体展特色项目和活动，打造活力消费场景。

价值认同

用垃圾分类换来更整洁的环境，用更友好便捷的分类投放方式和环境引导激励垃圾分类，上海已经构建垃圾分类价值认同和实践的闭环。

五六年前，上海多数生活垃圾分类投放点经历过一轮改造以适应分类新要求，但多年高强度使用后，普遍出现了老旧、破损、脏污等问题，影响居民分类积极性。

这些年，上海持续因地制宜优化生活垃圾分类投放环境。今年，上海将继续推进这项工作，实施20个区域废物箱场景化布局，增设300个智能回收箱，完善低价值可回收物和大件垃圾回收利用体系，推广装修垃圾收运新模式，新增300个以上住宅小区使用专用回收箱。

垃圾分类去向的日益“透明”，让老百姓意识到“努力没白费”，也是上海持之以恒做好分类的动力源。今年，上海将全面推进固废近零填埋，完成10个飞灰资源化项目，研究湿垃圾残渣资源化方向，焚烧残渣资源化利用率力争达到90%，生活垃圾回收利用率达到45.3%，资源化利用率达到87%。

此外，一个更有“烟火气”和国际范的城市面貌值得期待。

上海市绿化市容局负责人表示，今年上海将提升建设50个“美丽街区”，新增1000套公共空间休憩座椅；因地制宜推动三类设摊区域建设，优化外摆位规范设置，探索培育20个特色市集。

过去两年深受好评的上海国际光影节今年将继续举办，并持续造福整座城市，结合第三届上海国际光影节，上海全年将推动重要商圈、景观道路等区域约260栋建筑的景观照明提升改造。

早15天入春，融融春意下周来袭

气象专家：上海今年大概率是“暖春”

本报讯（记者 戚颖璞）上海刚迈入气象意义上的春天，雨水大风便齐上阵。上海市气候中心首席专家信飞介绍，今年出现“暖春”概率较大。

“综合考虑海气相互作用、本地气候态背景以及国内外多家机构的客观预测方法结果，预计2026年上海春季平均气温较常年偏高，出现‘暖春’概率较大。”信飞说。

今年的春天来得格外早。2月26日，上海入春，比常年3月13日的平均入春时间足足早了15天，早于过去三年，与2022年持平。

上海市气候中心工程师朱雪妍介绍，刚刚过去的冬季（2025/2026年），中心城区（徐家汇站）平均气温达8.4℃，比常年偏高1.6℃，妥妥是一个暖冬。

上海的冬天“缩水”了？数据显示，上海去年12月24日入冬，是有气象记录以来第二晚的入冬纪录（仅次于2021年）。整个冬季仅持续64天，比常年明显偏短。冬季长度受诸多因素影响，年际变化显著，并没有出现越来越短这一趋势。

上海中心气象台预报，初春气温欲扬先抑。本周四小雨，周五雨止，从周末开始阳光归来。气温方面，本周最高在11℃至14℃徘徊，下周最高气温重回15℃以上，融融春意即将登场。

“作业熔断”需各方合力

龚洁芸

新学期，沪上一小学推出“晚间21时作业熔断”，规定到点未完成作业可停止、家长签字即可免责。通知的初衷是为孩子减压、保障睡眠，但举措一出，却引发一片热议。

这并非新闻。早在2021年，教育部就出台了《关于进一步加强中小学生睡眠管理工作的通知》，其中明确要求：小学生就寝时间应不晚于21时20分，睡眠时长应达10小时；初中生不晚于22时，睡眠时长9小时；高中生不晚于23时，睡眠时长8小时。如今，国家“睡眠令”出台已五年有余，“作业熔断”仍上热搜，为何如此受关注？

热议、质疑并非否定减负，恰恰是对“假减负、虚落实”的警惕。这些年，我们见过太多类似场景：表面严控作业时长，实际难度加码；明面上减少书面作业，暗地里增加实践任务；校内负担看似减轻，校外补习班却愈演愈烈。

“21时熔断”之所以被质疑，根源在于：它只管住了“写不写”，却管不住“要不要学”；只规定了“停不停”，却缓解不了家长内心的焦虑。很多家庭根本不敢真的让孩子停笔，怕掉队、怕落后、怕别人都在偷偷努力。一纸签字，减不掉现实的竞争压力，也缓解不了长期形成的教育内卷。

“拉闸”的主体在家长，但关键布置作业在学校、在老师。真正的减负，从来不是靠一个时间点、一条规定就能完成，而是要动真格、触根本。它需要学校真正优化作业设计，拒绝重复低效的刷题；需要课堂提质增效，让孩子在校内就能学懂学会；需要评价体系更加多元，不把分数当作唯一评判标准；更需要家校同向发力，不把责任转嫁，不把焦虑传递。

除此之外，更需要家长“放得下”。记者在采访中多次遇到焦虑的家长：“对面楼同学家要到23时熄灯，我们21时就上床，感觉睡不踏实。”“学校作业做完了，那我们‘妈妈牌作业’啥时候安排？不就等睡觉前这一小时？”“我们放学了还有课外辅导班，学校作业开始做已经20时了。”……如果学校做减法，家长坚持做加法，那减轻学生负担的愿望，也可能只是一头热而已。实践证明，“作业熔断机制”的落实，取决于学校和家长协同努力，缺少任何一方的理解和配合都难以落实。

一项教育政策好不好，不看口号多响亮，不看形式多新颖，而看孩子是否真轻松、家长是否真安心、老师是否真减负。

“21时熔断”可以是起点，但绝不能是终点。人们期待的，不是引来热议的一纸通知，而是看得见、摸得着、落得实的真正减负。当孩子不用熬夜、不用焦虑、不用在压力中长大，那才是教育该有的样子。

心脏病发病有“窗口期”

本报记者 顾泳

近日一项国际研究追踪35年发现，心脏病患者在发病前12年就会出现活动量持续下降，尤其在发病前2年急剧减少的现象。心脏病发病也有窗口期？记者就此采访复旦大学附属中山医院心内科周达新主任医师，专家表示，心脏病发病都是缓慢的，十几年的窗口期确实存在。及时发现早期病变、及时干预，尤为重要。

一些症状确实是心脏病的急救信号。专家说，以早搏为例，一开始早搏次数不多，直至严重失常才发病；老年心脏病常见的主动脉瓣狭窄、二尖瓣返流等同样如此，疾病均是“从微到重”。心脏犹如汽车的发动机，具有非常强大的代偿功能，一旦出现失代偿，功能就会急转直下。基于此，市民应该及时关注早期症状，不要发展到心脏失代偿的严重程度再就诊。

心脏病的早期症状包括心慌、心悸、气喘，尤其是体力活动后气喘、胸闷、心绞痛等。但部分症状也不典型，以心绞痛为例，典型症状是走路有压迫感，但有的不典型心绞痛表现为上腹部疼痛，甚至表现为牙痛。

随着人工智能时代的到来，如今人们比以往更能及早识别心脏病的早期病变，建议市民关注心脏病的“窗口期”，尽早检查，在疾病尚未发生（心脏功能尚未失代偿时）进行干预。

OS是晚期肺癌评价“金标准”

肺科医院专家：创新治疗方案可延长生存时间

本报记者 黄杨子

肺癌位居我国恶性肿瘤发病率和死亡率首位，堪称“癌症头号杀手”。基于以往种种数据，公众对肺癌的恐惧远超其他恶性肿瘤，可谓谈肺癌色变；一旦确诊晚期，更是陷入绝望的心境。晚期肺癌患者能活多久？是否还有积极治疗的必要？

日前荣获2025年度“上海市最美医务工作者”称号的上海市肺科医院肿瘤综合诊治融合病房行政主任苏春霞在接受采访时表示，随着创新治疗方案持续涌现，肺癌如今已进入精准联合治疗时代，与此同时，治疗目标已从单一的“延长生命”，迈向“延长生命并提高生活质量”，通过科学规范的治疗，晚期肺癌患者也能实现高质量长期生存。

从“一刀切”到“精准应对”

据最新大范围研究数据，仅2022年一年，肺癌新发病例就达106.06万例。非小细胞肺癌（NSCLC）作为主要类型，占所有肺癌的80%至85%，其中约75%的NSCLC患者在发现时已处于中晚期，5年生存率较低。

不过，随着医疗科技的不断进步，精准诊断和靶向药物崭露头角，NSCLC等恶性肿瘤亦进入了精准联合治疗时代。

“过去，肺癌的内科治疗只有化疗，此后迭代出现各类靶向药物，2018年，我国正式开启免疫治疗元年。其实治疗过程有时并不仅是单向的帮助，也是双向的奔赴。”苏春霞介绍，各种靶向药、免疫治疗药物、ADC药物的出现更新了肺癌的治疗模式——根据国家癌症中心数据，目前晚期肺癌患者的5年生存率从化疗时代的不足5%持续提升。

对于部分基因突变类型的晚期患者，可通过精准联合化疗有望实现长期带瘤生存，“癌症慢病化”的临床目标正逐步实现。苏春霞说，以EGFR突变晚期NSCLC患者为例，EGFR是NSCLC最常见的驱动基因，“在我国，NSCLC患者中的EGFR突变率约为50%，EGFR敏感突变的靶向药物已成为一线标准治疗选择，且随着EGFR—TKI应用的增多，治疗方案不断发展，目前已经出现了靶向联合化疗的治疗方案。”规范的靶向单药或联合治疗，显示出延长患者总生存期的潜力。此外，靶向联合化疗相对于传统的放化疗副作用较小，很多高龄患者经全面评估后，也可听从医嘱在安全性可控的情况下接受治疗，实现长期与癌共处的可能。

OS的临床意义重于PFS

随着越来越多肺癌的临床研究设计、创新治疗方案落地，出现了例如OS（总生存期）、PFS（无进展生存）、ORR（客观缓解率）等诸多医学概念。然而对于肺癌患者、家属以及大众来说，最关心的依旧是“晚期肺癌能活多久？怎么活得好？”

苏春霞解释，为了给抗肿瘤药物研发人员在晚期肺癌的临床试验设计和终点选择上提供参考，国内外相关政府监管机构对于NSCLC临床试验终点的相关政策制定不断细化，其中OS受国内外指导推荐，是反映患者生存获益的“金标准”。

早在2019年由国家药品监督管理局发布的《晚期非小细胞肺癌临床试验终点技术指导原则》中指出，当前晚期NSCLC的治疗目标为延长生命并提高生活质量。OS的定义明确、客观稳健，判定精准可靠，不易偏倚，且需要较大样本量、更长的随访时间，是反映患者生存获益的直接终点，常作为首选重点，其临床意义重于PFS等替代终点。此外，近期发布的《FDA（美国食品药品监督管理局）指南草案》也强调，在可行情况下，癌症药物临床试验应优先采用OS作为主要终点。OS被FDA视为肿瘤学领域的“黄金标准”结果，它既是衡量疗效的指标，也能反映药物的安全性。

为此苏春霞呼吁，“晚期肺癌不等于‘末日判决’，我们既要重视它，也不必过度恐慌，借助精准联合化疗等创新治疗方案和多学科协作，患者的生存时间正在不断延长。”

“高本贯通”试点专业持续扩容

今年新增11个专业点，紧扣产业导向

本报记者 李蕾

记者日前从上海市教委获悉，根据《上海“专科高等职业教育—应用型本科教育”人才贯通培养试点实施方案》，经学校申报、专家评议及市教委核定，同意2026年增设上海理工大学与上海出版印刷高等专科学校联合申报的计算机科学与技术等11个专科高等职业教育—应用本科教育贯通培养模式专业。

“高本贯通”中的“高”即指专科高职层面的学历教育，而“本”为本科教育，顺利录取到“高本贯通”试点专业的考生，前三年按高职院校全日制学生学籍管理规定，在第三年需要通过“专升本”考试，成绩符合要求的学生，继续升入相应的本科院校进行后两年本科专业学习。

虽然“高本贯通”最终也将经历“专升本”考试，但二者有着本质区别。上海市教委职教处有关负责人介绍，一是二者的招生对象不同，招收“专升本”的报考对象包括三类：普通应届专科毕业生、参加基层服务项目期满的专科毕业生，以及退役士兵考生。而“高本贯通”则是以参加当年统一高考的考生为招生对象，与“专升本”完全不同。

从专业选择和对应来看，“专升本”的考生需要根据当年本科院校公布的简章要求来选择院校及专业，而“高本贯通”的专科和本科专业是一一对应的。

2026年，上海增设“高本贯通”专业点的数量比往年增加了30%至40%。记者发现，“高本贯通”试点专业招生每年都处于“扩容”状态。

上海市教委职教处有关负责人表示，从2017年，上海市启动了“高本贯通”培养试点，目前已搭建起“中—高—本”纵向衔接的职业教育人才培养体系。目前，申城中职贯通专业点占比达60%，50%的中职学生进入贯通培养通道，每年新增高级工及以上技能人才，约20%来自职业院校。高等教育和职业教育资源提质扩容同步，上海加强“中—高—本”纵向贯通，截至2025年，累计批准210个中高贯通专业点、81个中本贯通专业点和87个五年一贯制专业点。

“高本贯通”的专业是以产业导向为需求而设置的。从今年增设的专业来看，一半为工程类方向，包括计算机科学与技术、大数据科学与大数据技术、物联网工程技术、风景园林；其他有护理专业、社会工作专业、税收学。这些都是和上海产业发展需求、社会发展需求紧密相关的职业。

今年新增的专业中，有两所本科院校都开设了“计算机科学与技术”高本贯通专业，一个是“上海理工大学与上海出版印刷高等专科学校”，另一个是“上海商学院和上海东海职业技术学院”联合申报的。此外，上海杉达学院新增“风景园林”高本贯通专业，培养懂生态、善设计、能实践的新型风景园林人才，这一专业去年秋季高考上海录取最低分数线为440分。

坚定制度自信 实现良好开局

（上接第1版）

极不寻常的五年，创造令人惊叹的中国奇迹。“十四五”时期，我国经济总量连续跨越新关口，实现从突破110万亿元到超140万亿元的“四连跳”，对世界经济增长贡献率保持在30%左右。经济实力、科技实力、国防实力、综合国力跃上新台阶，绿水青山成为亮丽底色，人民群众获得感幸福感安全感不断增强，第二个百年奋斗目标新征程实现良好开局，这些极大增强了我们砥砺奋进、拼搏进取的志气、骨气、底气，坚定了以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业的决心和信心。

惊涛骇浪从容渡，越是艰险越向前。党和国家事业取得新的重大成就，中国式现代化迈出新的坚实步伐，充分彰显了“两个确立”的决定性意义。习近平总书记深刻指出：“只要保持战略定力，一步一个脚印坚定朝前走，一个阶段一个阶段扎实推进，党和国家事业就一定会不断积小胜为大胜，我们的目标就一定能实现。”

制度优势是一个国家的最大优势。“十四五”时期，在党的领导下，人民代表大会制度不断展现出强大生命力和显著优越性，为实现新时代新征程党和人民的奋斗目标提供坚实制度保障。过去一年，在党中央坚强领导下，全国人大及其常委会紧紧围绕、主动服务党和国家工作大局，依法履职尽责，进一步完善法律体系，增强监督工作针对性实效性，以贯彻实施新修改的代表法为抓手深化拓展代表工作，发挥人大对外交往作用，扎实推进“四个机关”建设，各方面工作都取得了新的进展和成效，为改革发展稳定提供了有力保障。

今年是“十五五”开局之年，良好的开局是成功的一半。党的二十届四中全会立足于夯实基础、全面发力，对“十五五”时期事关中国式现代化全局的战略任务作出部署，擘画了未来五年的宏伟蓝图。当前，我国发展战略机遇和风险挑战并存、不确定难预料因素增多。越是目标远大、挑战严峻，越要坚定制度自信，发挥中国共产党领导的政治优势和中国特色社会主义的制度优势，以“中国之制”支撑“中国之治”、成就中国奇迹。坚持党的领导、人民当家作主、依法治国有机统一，充分发挥人民代表大会制度的根本政治制度作用，确保党的主张通过法定程序成为国家意志和人民共同行动，保证党的理论、路线、方针政策和决策部署在国家工作中得到全面贯彻，就一定能把国家和民族前途命运牢牢掌握在人民手中。

发展全过程人民民主是中国式现代化的本质要求。群策群力、同向同行，凝聚人心，凝聚共识，凝聚智慧，凝聚力量，正是中国式民主的显著优势。人民代表大会制度是实现我国全过程人民民主的重要制度载体。坚持好、完善好、运行好人民代表大会制度，密切联系人民群众、倾听群众呼声、反映群众意愿，把各方面智慧和力量凝聚起来，动员全国各族人民全面贯彻落实党中央决策部署，扎实做好全年各项工作，定能为“十五五”开好局起好步提供有力支撑。期待广大代表提高政治站位，忠实履行法定职责，讲实话、道实情、出实招，集思广益、凝聚共识、广谋良策，为党和人民履好职、尽好责。

历经千山万水，一路跋山涉水。现在，我们到了全面建设社会主义现代化国家的关键时期，必须跑好历史接力的“关键一棒”。更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围，全面贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，坚定必胜信心，保持昂扬斗志，我们定能实现“十五五”良好开局，在中国式现代化新征程上再创辉煌。

预祝大会圆满成功！

载今日《人民日报》 新华社北京3月4日电