

在中缅建交70周年系列庆祝活动暨中缅文化旅游年启动仪式上的致辞

(2020年1月17日,内比都)

中华人民共和国主席 习近平

尊敬的温敏总统，
尊敬的昂山素季国务资政，
女士们，先生们，朋友们：

敬格拉巴！
新年伊始，贵国刚刚庆祝了独立节，中国的春节即将到来，我在这吉祥如意的时刻访问贵国，特别是今晚同大家欢聚一堂，感到分外亲切。首先，我代表中国政府和中国人民，向缅甸社会各界和缅甸人民，致以诚挚的问候和节日的祝福。

刚才，温敏总统和昂山素季国务资政发表了热情洋溢的讲话。接下来，我们将共同启动中缅建交70周年庆祝活动和中缅文化旅游年。这是中缅友好交往光辉历程的重要历史印记，也是两国人民的华彩盛事，我很高兴同大家一起见证这个历史时刻。

中缅山水相连，两国人民友好交往跨越千年，绵延不断。不论是秦汉时期南方丝绸之路上的互通有无，骠国王子出使盛唐交流歌舞艺术，还是上个世纪双方携手

反抗殖民主义、帝国主义，都体现了双方心意相通、患难与共的深厚底蕴和宝贵传统。

中缅文化都讲一个“缘”字。两国地缘相近、人缘相亲、文缘相通，胞波情谊历经千年始终如一，是双边关系发展的动力和源泉。双方要通过办好建交庆祝活动，增进文明互鉴，密切人文交流，多为两国老百姓办实事、办好事，为中缅友好事业培养更多参与者、受益者、支持者，筑牢两国友好社会基础。

文化和民风是一个国家的名片。我11年前曾访问过贵国，举世闻名的仰光大金塔、淳朴友好的当地民众、绚丽多彩的文化风俗，都给我留下深刻而美好的印象。再次到访内比都，这里依旧宁静祥和，生机盎然。相信随着中缅文化旅游年的启动，会有越来越多的中国民众来到缅甸，领略这里传承千年的美丽画卷。

女士们、先生们、朋友们！
历史的车轮滚滚向前。新时代推进中缅关系，要继续往来、守正创新。我同温敏

总统一致同意以这次访问为起点，共同构建中缅命运共同体。这一重要政治共识，深刻诠释了中缅两国唇齿相依、休戚与共的特殊关系，生动体现了两国人民患难与共、守望相助的兄弟情谊，全面擘画了双边关系未来发展的崭新蓝图。

2020年对中缅两国和双边关系而言，都是具有重要意义的一年。中国将决胜全面建成小康社会、决战脱贫攻坚。缅甸将举行新一届大选，国家发展建设进入新的时期。中缅关系已进入新时代，双方要以构建中缅命运共同体为遵循，以两国人民根本利益为重，夯实政治互信，扩大务实合作，密切人文交流，使两国人民永做好邻居、好朋友、好胞波、好伙伴。

刚才，我参观了庆祝中缅建交70周年图片展，其中有一张周恩来总理1954年6月28日至29日访问缅甸的照片，那时候，中国和印度、缅甸分别发表联合声明，共同倡导和平共处五项原则。这是国际关系史上的重大创举。

当今世界正在经历百年未有之大变局，国际社会日益成为你中有我、我中有你的命运共同体，但国际关系中不公正不平等现象仍很突出，维护世界和平、促进共同发展，依然任重道远。新形势下，和平共处五项原则不仅没有过时，反而历久弥新。中方愿同缅甸一道，做弘扬和践行和平共处五项原则的表率，树立国家间交往的典范，推动国际社会携手构建人类命运共同体。

女士们、先生们、朋友们！
上个世纪60年代，中国的陈毅元帅曾赋诗道：“胞波感情重，江水溯源长。”我相信，在双方共同努力下，中缅友好交往和合作发展的历史潮流，一定会像同宗同源的中国澜沧江和缅甸伊洛瓦底江一样，跨过崇山峻岭，越过激流险滩，始终奔腾向前。
最后，我衷心祝愿，
中缅友好万古长青！
(注：敬格拉巴，缅文读音，意为“你好”)
(新华社内比都1月17日电)

习近平出席中缅建交七十周年系列庆祝活动暨中缅文化旅游年启动仪式

(上接第1版)

习近平在致辞中指出，很高兴同大家一起见证启动中缅建交70周年庆祝活动和中缅文化旅游年。这是中缅友好交往光辉历程的重要历史印记，也是两国人民的华彩盛事。中缅两国人民友好交往跨越千年，绵延不断。双方有着心意相通、患难与共的深厚底蕴和宝贵传统。中缅文化都讲一个“缘”字。两国地缘相近、人缘相亲、文缘相通，胞波情谊历经千年始终如一，是双边关系发展的动力和源泉。双方要通过办好建交庆祝活动和文化旅游年活动，增进文明互鉴，密切人文交流，为中缅友好事业培养更多参与者、受益者、支持者，筑牢两国友好社会基础。

习近平强调，新时代推进中缅关系，要继续往来、守正创新。我同温敏总统一致同意共同构建中缅命运共同体。这一重要政治共识深刻诠释了中缅两国唇齿相依、休戚与共的特殊关系，生动体现了两国人民患难与共、守望相助的兄弟情谊，全面擘画了双边关系未来发展的崭新蓝图。双方要以构建中缅命运共同体为遵循，以两国人民根本利益为重，夯实政治互信，扩大务实合作，使两国人民永做好邻居、好朋友、好胞波、好伙伴。

习近平强调，中国和缅甸共同倡导的和平共处五项原则是国际关系史上的重大创举。当今世界正在经历百年未有之大变局，国际社会日益成为你中有我、我中有你的命运共同体，但国际关系中不公正不平等现象仍很突出，维护世界和平、促进共同发展，依然任重道远。新形势下，和平共处五项原则不仅没有过时，反而历久弥新。中方愿同缅甸一道，做弘扬和践行和平共处五项原则的表率，树立国家间交往的典范，推动国际社会携手构建人类命运共同体。

习近平强调，“胞波感情重，江水溯源长。”我相信，在双方共同努力下，中缅友好交往和合作发展的历史潮流，一定会像同宗同源的中国澜沧江和缅甸伊洛瓦底江一样，跨过崇山峻岭，越过激流险滩，始终奔腾向前。(致辞全文另发)

致辞后，习近平和温敏共同按下按钮，正式启动中缅文化旅游年。

两国领导人一同欣赏了中缅两国艺术家呈现的精彩演出。身着民族服装的缅甸艺术家手持传统工艺制成的勃生伞，先后拼出“缅甸”、“中国”两个英文单词。勃生伞宛若一朵朵美丽的鲜花瞬间绽放出数字“70”，象征着对中缅建交70周年的美好祝福，全场观众报以热烈掌声。

仪式开始前，习近平在缅甸领导人陪同下，观看了庆祝中缅建交70周年图片展。图片展记录了中缅建交70年来双方交往中的一幕幕感人画面。习近平不时驻足，认真听取讲解并仔细观看。

当晚，习近平同缅甸联邦议会会议长兼民院议长蒂昆密和民族院议长曼温凯丹进行了友好交谈，并和缅甸主要政党领导人集体合影留念。

丁薛祥、杨洁篪、王毅、何立峰等参加上述活动。

(上接第1版)

中央政法工作会议17日在北京召开。中共中央政治局委员、中央政法委书记郭声琨在会上传达习近平重要指示并讲话。会议强调，政法机关要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻习近平总书记重要指示精神，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，坚持党对政法工作的绝对领导，坚持以人民为中心的发展思想，坚持稳中求进工作总基调，紧紧围绕全面建成小康社会目标任务，牢牢把握坚持和完善中国特色社会主义政法工作体系总要求，发扬斗争精神，把维护国家政治安全放在第一位，以统筹推进全局性、战略性、基础性工作为立足点，以防控化解各类风险源为着力点，以扫黑除恶专项斗争、社会治理现代化试点、政法领域全面深化改革、政法队伍教育整顿为切入点，着力提高政法工作现代化水平，努力建设更高水平的平安中国、法治中国，为实现“两个一百年”奋斗目标创造安全的政治环境、稳定的社会环境、公正的法治环境、优质的服务环境。

国务委员、公安部部长赵克志，最高人民法院院长周强，最高人民检察院检察长张军出席会议。

抬头，等一场雪……

(上接第1版)

经过16个小时的彻夜观测，至6日上午10时，四名队员取得了19组观测数据，队员们发现，当雪花呈明显六角枝状时，降雪粒子比较大，意味着雪深较深，降雪量较大。记录雪花的形状，有助于在赛后反演雪深，为赛事组委会提供更为精准的决策气象服务。

同样等待这场雪的另一个小分队，驻守的古杨树赛区，这里将承担越野滑雪、跳台滑雪、北欧两项、冬季两项等共31个项目的比赛。车顶上的雷达不停旋转，气象服务团队成员郭宏和三名同事坐在零下5摄氏度的移动雷达车内观测。

郭宏告诉记者，一有明显的天气过程，雷达车就会派上用场，因其便携性可弥补复杂地形条件下对赛区天气监测能力的不足，同时加强对张家口多个方位赛区天气过程的监测和预判。这两支小分队，只是冬奥气象预报团队冬季驻训的缩影。

岗位关键承压大

为何要进行这样的集训？已经在气象预报岗位上工作了28年的时少英最有发言权。

当记者问及曾经参加过2008年北京夏季奥运会气象服务的她，哪届奥运会的气象服务筹备工作更让人紧张时，作为冬奥延庆赛区现场气象服务团队队长的时少英稍显思忖了一下，笑着说：“还是冬奥会压力更大。”

“压力”并不是随口说说。北京作为世界上第一个既举办夏奥会又举办冬奥会的城市，吸引了全世界的目光，气象服务是其中必不可少的环节。

这一点，北京冬奥组委体育部副部长杨阳深有体会。他告诉记者，夏季奥运会比赛日程定在几点就是几点，而天气预报是冬季奥运会比赛日程编排的决定性因素。

“由于冬季奥运会70%的项目是雪上项目，雪上项目和在场馆里举行的比赛项目有非常显著的差异。到底几点开赛，几点运动员可以上到山顶，都依赖于头天晚上和第二天一早气象部门提供的气象数据信息。”

人人会滑雪

只有真正深入赛道，才能做好精准气象服务保障，对此，冬奥气象服务张家口赛区预报团队的36名成员心中有数。

于是，队员们开始琢磨新技能——滑雪。预报团队成员孔凡超告诉记者，经过两轮培训，这支平均年龄35岁的预报团队人人都掌握了滑雪技能，为做好雪上现场保障做了充足的准备。年过五旬的范俊红身着大红色工作服从赛道上疾驰而下，来不及看清正脸，“嗖”地一下从记者眼前闪过。

95后李彤彤告诉记者，刚参加滑雪培训时摔得心有余悸，她最佩服的就是人称“范姐”的范俊红，经过短短9天的刻苦训练就掌握了双板滑雪的基本技巧，在雪场上早已行动自如。

孔凡超告诉记者，参与实地体验之后，增添了队员们对雪上项目气象服务保障的信心。

习近平同缅甸总统温敏会谈

一握手问候。

丁薛祥、杨洁篪、王毅、何立峰等出席欢迎仪式。

新华社内比都1月17日电(记者车宏亮 骆璐)当地时间1月17日下午，国家主席习近平乘专机抵达内比都国际机场，开始对缅甸联邦共和国进行国事访问。

习近平乘坐的专机进入缅甸领空时，2架缅甸战机升空护航。

习近平抵达时，缅甸第一副总统敏瑞率多名内阁部长在舷梯旁热情迎接。缅甸少年儿童向习近平献花。身着各民族传统服装的缅甸青年夹道欢迎。礼兵分列红地毯两侧致敬。当地艺术家和大学生们表演具有浓郁民族特色的传统歌舞。缅甸青少年挥动中缅两国国旗，用缅文欢呼“中缅友谊万岁”“习主席身体健康”，向习近平表达最诚挚的欢迎。

习近平微笑着向他们挥手致意。

习近平车队离机场前往市区。机场大门上方悬挂着写有“热烈欢迎中国国家主席习近平访问缅甸”“缅甸联邦共和国向中华人民共和国主席习近平阁下致以崇高敬意”的红色横幅。沿途两侧中缅两国国旗迎风飘扬，

邻居，继续本着睦邻友好精神，为两国人民安居乐业和经济社会发展创造更好环境。要坚持做同甘共苦的好朋友，新形势下继续携手弘扬和平共处五项原则精神，坚定支持彼此重大关切，共同促进世界和平稳定与繁荣发展。要坚持做合作共赢的好伙伴，推动中缅经济走廊进入实质建设，为两国各领域交往合作发挥示范引领作用，给两国人民带来更多福祉。要坚持做民心相印的好胞波，得民心，顺民意，惠民生，把中缅友好事业世代传承下去。相信在新的一年里，中缅两国将继续守望相助、携手共进，开辟国家发展新局面，书写中缅友谊新篇章。

丁薛祥、杨洁篪、王毅、何立峰等出席。

新华社内比都1月17日电(记者蒋国鹏)当地时间1月17日下午，国家主席习近平在内比都总统府出席缅甸总统温敏举行的隆重欢迎仪式。

1月的内比都，阳光明媚，草木葱茏。总统府前草坪上，礼兵英姿飒爽，整装列队。

温敏在总统府前热情迎接习近平。两国元首共同登上检阅台，仪仗队举枪致敬，军乐团奏中缅两国国歌。习近平在温敏陪同下检阅仪仗队。两国元首分别同对方陪同人员一

三餐不定，大雪中送件，“冷风一吹，寒到骨头里”……胃炎、腰椎病、关节炎成了快递小哥的高发病

爱心驿站守护快递小哥健康

阅读提示

快递员是一个风里来雨里去的职业，每天要面临大量的体力活，搬运货物，整理快递，分拣包裹。快递员的工资形式一般是“基本工资+计件工资”，要想多赚钱就只有多送件。

发展的同时，也带来从业人员健康保障跟不上等系列问题。

不规律饮食、暴饮暴食、工作节奏快压力大，快递员容易患上胃炎、胃溃疡等疾病。此外，长期弯腰搬运货物，骑着电动车风里来雨里去，腰椎病、关节炎也成了快递小哥的高发病。

三餐不定导致慢性胃病

“这两天甘肃兰州等地都有降雪，今天快递车来晚了，我们晚饭还没来得及吃，每天不能有过多的隔夜件，得抓紧时间先派送快递，

车上100多个邮件派送完至少需要1个半小时，晚上10点才能回家吃饭。”快递员王强师傅双手戴着无指手套，一边蹲在地上分拣快递，只见他快速拿起一个个包裹扫视邮件，给顾客打完电话快速筛选出快件，不一会儿，眼前就堆出了两个“小山包”。

“这个小区顾客一打电话就下来取邮件的会少一些，大多数会要求把邮件放到门卫保安室和门口超市中。”王师傅边说边俯身搬起地上分拣好的冰凉包裹，一转身快走几步，按顾客要求将包裹分送到小区物业保安室和小区门口超市中。

快递员早出晚归，往往因赶时间而挤占了吃饭时间，胃长时间处于饥饿状态，一日三餐不稳定从而导致胃炎、胃溃疡等慢性疾病。

“最忙的时候，每天送货近300单，从早上8点一直忙到晚上10点。一直在外面跑，饥肠辘辘也只能忍着，等久了，又不饿了，干脆到夜宵再多吃点。”王师傅说。

“快递小哥”一天8~10小时穿梭在城市大街小巷，风雨无阻，以最快时间为顾客送快递，腰背疼痛、关节劳损、腰椎间盘突出也不少。虽说企业和工会组织快递员一年免费体检一次，但快递员的健康意识还不够。

“想着年轻嘛，也不会有什么大问题。”年轻的快递员总以身体好来搪塞。

据青海省康复医院相关负责人表示，一整天都在寒风中往来送件的快递员，经常要迎着寒风在路上骑行，而低温和寒风也很容易让脑血管因受寒而收缩，长期以往会留下脑梗塞的隐患。

“冷风一吹，寒到骨头里”

“一般早上6点多就要开始工作，大部分要在晚上8点半以后才下班，每天普遍工作时间在10个小时以上。”西宁市邮政速递员张德明说，不管天气是冷是热，风雨无阻，寒暑照样开工。

快递员是一个风里来雨里去的职业，每天要面临大量的体力活，搬运货物，整理快递，分拣包裹。快递员的工资形式一般是“基

本工资+计件工资”，要想多赚钱就有多送件。一般来说月入过万元只有在发达城市聚集区或是工业园区等地方，还有网购高峰期才能月入过万。

快递员普遍面临“时间紧，任务重”的状态。快递员小张说，寒冬里每天汗流浹背在居民楼送单，出来冷风一吹，都感觉寒到骨头里。遇上网购高峰期，还要通宵工作，“月入过万”的背后是起早摸黑，身体透支。

“做梦都在揽货送快递，更累、更忙。”快递员王强说。

“累得下班就想睡觉”的工作压力，加上高温低温天气里长期户外作业等客观现实，对快递员从业员身心健康带来挑战。

记者在采访中也发现，快递小哥群体的工作年限普遍在5年以下，流动性较大。哪怕是月薪过万元的优秀快递员，也很少将其作为终身职业。快递员小张说，不少快递员成家生娃后，会深感体力不支，就逐渐退出了。

据了解，门槛不高的快递工作，吸引了不少择业渠道窄的体力劳动者。西宁市快递员近八成来自农村或下岗工人。由于工作强度大，工作时间长，行业流动性也很大，干不到两年离职的超过50%，多数人将快递员当做谋求生存的过渡之计。

50多处“爱心驿站”呵护健康

“过去工作累了，只能缩在快递车上歇一会儿，而现在可到这里来喝茶休息，还可为手机充电……”在西宁市城西区群团服务站“快递小哥爱心驿站”休息的快递员张敬强说。

2019年，西宁市在人口比较集中的万达广场、唐道637、新华联广场、城西区群团服务站等设立50多处“快递小哥爱心驿站”，免费为广大快递员提供避暑取暖临时休息场所，并配备手机充电器、免费饮水、应急药品、租借雨伞等暖心服务。

记者在城西区群团服务站看到，不到半小时，陆续有多名快递小哥进入爱心驿站休息、喝水、进餐、给手机充电等，感受到来自社会的暖身又暖心的关怀。

据悉，西宁将进一步加大“快递小哥爱心驿站”建设力度，逐步增加数量，扩大覆盖范围，丰富服务内容，同时通过开展各类活动，为快递小哥创造健康工作的环境。

(上接第1版)

新华社内比都1月17日电(记者吕传忠 孙浩)当地时间1月17日晚，国家主席习近平在内比都出席缅甸总统温敏在总统府举行的隆重欢迎宴会。

习近平在缅甸总统温敏、国务资政昂山素季、第一副总统敏瑞、第二副总统亨利班提育等陪同下步入宴会厅。

军乐团奏中缅两国国歌。

温敏致辞表示，习近平主席将缅甸作为新年首访国家，缅甸人民深感荣幸。缅方感谢中方为缅甸和平与发展提供的支持和帮助。中缅两国始终秉持和平共处五项原则，相互尊重、相互理解，致力于发展更加紧密的合作伙伴关系。相信习主席此访将成为两国关系发展的重要里程碑。祝愿习主席访问圆满成功！

习近平在致辞中首先感谢缅甸政府和人民给予的盛情款待和周到安排。习近平指出，回顾历史，两国胞波情谊之所以能够跨越千年，历久弥坚，贵在双方始终坚持心意相通、真诚相交的胞波情谊，坚持风雨同舟、患难与共的优良传统，坚持相互尊重、互利共赢的合作方针。展望未来，双方要以中缅建交70周年为契机，携手构建中缅命运共同体，开启中缅关系新时代。

习近平强调，我们要坚持做同舟共济的好

关注户外劳动者

本报记者 邢生祥

1月6日，是二十四节气中的小寒，青藏高原大部地区迎来了2020年的首场降雪。西宁市区温度降至零下15摄氏度。

“您好，您的快递到了，请到小区门口签收一下。”1月7日晚8点30分，韵达快递员王师傅骑着载货三轮车，来到西宁市城中区滨河路上的一个快递站点开始打电话派送快递。

近年来，我国快递、配送行业快速兴起，德邦、京东、邮政速递、顺丰等快递企业的员工超过300万人。然而，快递配送行业快速

