

“十四五”北京外贸实现逆势增长

每年进出口规模均在3万亿元以上

本报记者 鹿杨

日前,北京海关披露“十四五”期间北京外贸总体情况。面对全球性挑战交织叠加的复杂局面,“十四五”时期北京外贸实现逆势增长,2021年至2024年,年均增速达11.5%,高于同期全国外贸年均增速3.5个百分点。此外,在“十四五”开局之年,北京进出口首次突破3万亿元,达3.04万亿元,此后每年进出口规模均保持在3万亿元以上,外贸总量迈上新台阶。

今年出口规模有望创新高

“十四五”时期,北京外贸增速强劲。数据显示,2024年北京进出口值为3.61万亿元,较2020年增长55.6%,2021年至2024年年均增速达11.5%。其中,进口由2020年的1.86万亿元增至2024年的3万亿元,年均增速12.6%;出口连续跨越5000亿元、6000亿元关口,由2020年的4664.1亿元增至2024年的6054.2亿元,年均增速达6.7%。

今年前三季度,北京进出口2.41万亿元,预计全年将继续保持在3万亿元以上。其中,出口4622亿元,年内有望创历史新高。

北京外贸迈向更高质量、更加开放、更具活力、更可持续的发展之路,离不开开放平台建设取得的积极成效。“十四五”期间,经开区、中关村自主创新示范区年进出口规模均创历史新高。2024年经开区进出口2039.3亿元,较2020年增长38.9%;中关村自主创新示范区累计进出口突破万亿元。外贸新业态加速发展,2024年北京保税物流、跨境电商分别进出口3546.7亿元、49.1亿元,较2020年分别增长106.1%、53.2%。

与此同时,支撑北京“两区”建设的“两场四区”对外开放平台新发展格局基本形成。首都机场、大兴机场“双枢纽”优势叠加空港、大兴、中关村、亦庄四个综合保税区协同发展,首都机场口岸、大兴机场口岸年度进出口规模分别突破7000亿元和500亿元,均创历史新高。

先进制造彰显创新动能

“十四五”期间,北京年出口规模稳步提升,很大程度上得益于先进制造业持续提升新动能。

数据显示,北京“新三样”产品(即电

动载人汽车、锂电池和太阳能电池三类产品)、汽车、汽车零配件、集成电路、风力发电机组、液晶平板显示模组等商品出口规模均创历史新高,2024年合计在出口中的比重由2020年的7.5%提升6.6个百分点至14.1%,成为拉动出口的新增长点。

其中,汽车制造业出口连续3年创历史新高。2024年汽车、汽车零配件出口规模均已突破200亿元,较2020年年均分别增长45.1%、25.8%,合计在北京出口中占比提升至7.3%。

新一代信息技术产业发展迈上新台阶,2024年集成电路、液晶平板显示模组分别出口248亿元、63.4亿元,较2020年分别增长80.5%、21.8%。

绿色低碳产业加速发展,“新三样”产品出口大幅增长,2024年出口70.3亿元,较2020年增长322.5%;风力发电机组出口占全国35.2%,位居第一,2024年出口29.9亿元,较2020年增长598%。

区域协同形成聚合效应

京津冀协同发展的聚合效应也助推区域进出口规模攀升。

2024年京津冀区域进出口5.03万亿元,突破5万亿元大关,较2020年增长43.3%,占全国进出口总值的比重提升0.6个百分点至11.5%,其中,北京对同期京津冀进出口整体增长的贡献率为83.9%。

京津冀智能网联新能源汽车产业集群发展加速推进。2024年,京津冀区域出口电动汽车383亿元,较2020年增长58.7倍,在全国同类商品中的占比提升8.4个百分点至11.3%,三地电动汽车出口均有大幅增长。

此外,京津航空航天产业链融合发展动能十足,出口航空航天装备267.9亿元,较2020年增长222.7%,在全国同类商品中的占比提升18.7个百分点至41.9%。其中天津、北京分别出口148.3亿元、111.3亿元,天津的飞机组装、北京的航空器维修产业在全国均处于领先地位。

伴随贸易安全与便利化水平提升,北京的外贸“朋友圈”持续扩大。2024年,北京对共建“一带一路”国家进出口达2.12万亿元,较2020年增长61.6%。“十四五”期间,北京加强与新兴市场的外贸合作,与拉美、中东、非洲、中亚进出口年均增长超10%。

本报社会观察

白天忙着做饭带娃 晚上不甘心跳广场舞看电视消磨时光

老年人也开始“卷”夜校了

本报记者 朱松梅 通讯员 张慧娇



下班后上夜校,已经不是年轻人的专享。上个月,本市第一家“银龄夜校”在朝阳区开学。这家面向社会化退休人员的免费夜校,报名信息刚刚发布就“秒光”。银龄夜校怎么上课?老年人为何趋之若鹜?记者近日走进朝阳区银龄夜校总校一探究竟——

珍惜机会

“课程开了五周,没有一个人叫苦”

天已擦黑,朝阳区职工大学艺术楼却渐渐热闹起来,30名参加合唱课的学员陆续走进教室。

学员们的住所遍布京城各处,有的到校只需步行10分钟,有人则要搭乘一小时公交车。17点15分,课程正式开始,没有一个人迟到。

“现在上课。同学们晚上好!”任课老师孙树琦话音刚落,班长韩玉广就朗声喊道:“起立!”头发斑白的学员们齐刷刷起身,应声问候:“老师好!”此情此景真有点像是小学生在上课。

随后是90分钟的课程,中间只休息10分钟,这样的强度对年轻人来说也不轻松,对老年人而言就更加紧张了。

“大家确实很辛苦。不过,我们的课程开了五周,没有一个人叫苦。”孙树琦说,相比年轻人,银龄夜校的学员们更珍惜学习的机会,学习态度也更认真,几乎没有人请假、迟到。大家总是提前十几分钟来到教室,在班长的组织下开嗓练声。

同样,对于任课老师孙树琦,老年学员们也是交口称赞,并不约而同地用一个词来评价——严格。的确,面对学员们的错误,孙老师从不和稀泥,该批评就批评,有时还挺严厉。

学员汪洋站在教室中央练声,一身咖啡色毛呢西装,齐肩头发烫成波浪,涂着淡淡的口红,非常优雅知性。“我喜欢唱歌,但没有接受过系统的声乐训练。报名合唱课,就是想让自己的歌声更加动听。”她说,银龄夜校跟自己想象得并不一样,老师不是哄着学员,而是一板一眼地抓教学效果。尽管教学过程很严格,但汪洋很快就喜欢上了这种教学方式,因为在学习中她不仅学习到了知识,还获得了成就感。“如果老师总哄着我们,不严格要求,我们的时间不就浪费了吗?”汪洋说。

今年最直观的变化是保障力度的跃升,累计保额从300万元升级至350万元,健康人群自付费用起付线也从30400元直降至15000元,降幅超50%,15000元至30400元之间的自付费用首次纳入报销范围,可按25%比例赔付,打破“低额自付费用不报”的壁垒,让更多参保人受益。特药保障迎来“量价齐升”:报销比例

更加自信

“白天带娃做家务,傍晚找回真我”

退休的老年人为什么还喜欢去夜校呢?“白天,太忙!”老年学员们几乎众口一词。

不过,学员们忙的理由各不相同:有的是家里的大厨,白天负责准备家里的一日三餐;有的要带孙辈,忙得脚不沾地,等到儿女下班后才能歇一歇;还有的是社区志愿者,白天总忙活着参加各种志愿服务活动……

张杰今年62岁,家里人总说她简直比上班族还忙叨。她喜欢戏曲音乐,几年前就入了京剧的门儿,学着学着,发现必须得掌握几门伴奏乐器,便又报班学习京剧、月琴。自从职工大学开设合唱班,她就特别想来学习,可实在抽不出时间。现在,银龄夜校开班授课,帮她圆了这个梦。

更多的老年学员则是为家里忙碌。梁阿姨的外孙女3岁,一直由她负责带,每天不仅要确保孩子吃好穿暖,还要教她学走路、学说话,陪着玩游戏,一天到晚不得闲。

“我整天跟孩子在一起,渐渐地就连说话的风格也像孩子,时常冒出‘吃饭饭’‘睡觉觉’之类的用词。女儿工作忙,晚上回家时间都早不了,很少能聊聊天。”梁阿姨说,她想跟社会多接触接触,但是机会很少,总觉得有点孤单。现在,每周能去夜校跟同龄人聚一聚,学习新知识,感觉又找回了自己,变得比以前更自信了。

2016年,朝阳职工大学就开设了老年艺术类专业大专学历课程,但为老人开设夜校还是头一回。银龄夜校由朝阳区人力资源和社会保障局牵头发起,职工大学整合办学资源,各街乡参与。

职工大学相关负责人介绍,与青年夜校相比,开办银龄夜校需要考虑的事情更多,最重要的就是老人晚归的安全问题。起初,合唱课定在了晚上6点,后来考虑到天黑得越来越早,学校担心老人们下课回家路上存在安全隐患,就把开课时间提前了45分钟。

提高了5个百分点,一个是健康人群达65%,另一个是特定既往症人群达35%,减轻靶向药、特效药用药负担,药品清单扩充至159种,病种覆盖87种,新增创新疗法、高值慢病用药及北京天竺先行区创新药品,无论是国内特效药还是海外新疗法,市民在家门口就能“用得上、用得起”。为让日常用药更省钱,今年北京普惠健康保首次推出线上线下9折购药权益,覆盖普药、慢病用药、原研药等常用药品,让参保人的日常用药开销再减一笔。对于近三年连续参保且无理赔的“忠实用户”,福利更丰厚,健康人群免赔额由1.5万元降至0.5万元,特定既往症人群免赔额由2万元降至1.5万元,还有专属健康管理服务,新增体重秤、水杯等实用好物。连续参保的“优势”今年进一步凸显。据介绍,首次参保为健康人群的,即便后续罹患特定既往症,仍可按健康人群标准赔付。同时,主动快赔服务持续发力,符合条件的参保人无需额外提供医疗票据(特殊情况除外),就能收到理赔提醒并快速获赔。据统计,快赔上线至今,赔付案件中快赔占比89%,赔款最快1至2个工作日到账,让参保家庭在急需资金时能及时获得支持。

在昨天的上线发布会上,北京健康保发布一组数据,回顾过去四年,已累计处理理赔案件达41.9万件。截至今年9月底,单笔最高赔付金额达76.11万元,为面

舞蹈课在每周三的傍晚。记者推开舞蹈教室的房门,20多名女学员的蓬勃朝气扑面而来。她们身着黑色的舞蹈服,把头发扎得很利落,有的在压腿杆上进行腿部拉伸,有的对着镜子调整姿态,有的认真做着肩部环绕运动,全面激活自己的身体。

“白天带娃买菜照顾家里,晚上有空也不想看电视遥控器支配,来上上课、交交朋友多好啊!”58岁的雷倩既是此次舞蹈班的班主任,也是朝阳区职工大学的志愿者和社区骨干老师。她告诉记者,步入老年后,自己不仅报了舞蹈兴趣班学习,还自学了声乐、主持、绘画等

培养骨干

“学成后回去教给街坊四邻”

近年来,朝阳区一直在建设终身学习供给服务体系。“我们总共为朝阳区各街乡培养了5000多名社区文艺骨干。”朝阳区职工大学相关负责人说,这些骨干学有所成,回到社区,一个人就能拉起一支文艺队伍。

未来,银龄夜校也会效仿类似的做法:一方面,各街乡社区推荐文艺骨干去总校学习,同时赋予他们传帮带的任务;另一方面,计划在更多街乡开设分校,教学资源下沉,让更多老人在家门口就能享受好的课程。

在班型设计上,朝阳区银龄夜校不仅设置了常规基础班,还在朝阳区职工大学开设骨干培训班,针

点亮心情

“和大家一起学习,非常快乐”

除了合唱、舞蹈,银龄夜校还开设声乐、戏曲、书法、插花等课程。有的课程位于职工大学的总校,有的则开设在街乡的分校。其中,左家庄街道老年大学利用晚上的时间,为老年人开设了插花课。

朝阳区银龄夜校共开设9个教学点。为提高银龄夜校的覆盖面和便捷性,除了位于职工大学的总校外,教学点还增开至左家庄、王四营、平房、朝外、望京、安贞、六里屯等街道,方便老年人就近“学知识”。据介绍,银龄夜校计划面向社会化退休人员招生200余人,结果报名信息一公布立刻“秒光”。

培养骨干

“学成后回去教给街坊四邻”

对现阶段老年群体喜爱的主流课程,开展舞蹈、声乐、戏曲、书法、插花等多门类系列课程,带动一批学员有余力的老人加入社区教育活动中,积极参与社会建设,引领社区更多人参与到终身学习活动中。

59岁的霍秀萍是五星级志愿者,专门从安贞坐公交车过来学习舞蹈。平时,她不仅积极参与社区治理,还将自己的各项技能教给社区居民。“去年,我就在朝阳区职工大学获得了钢琴毕业证,今年打算再学舞蹈。”霍秀萍聊得兴致勃勃,“咱们学校的老师都非常专业,我要好好学习,学会了回社区教给街坊四邻。”

理性购买保健食品

中消协中国市场监管学会发提示

本报记者 赵鹏

随着国民健康意识的不断提升,保健食品已成为众多消费者维护健康、提升生活品质的一种选择。然而,保健食品市场在蓬勃发展的同时,仍存在部分保健食品虚假宣传、夸大功效、非法添加等问题,严重侵害了消费者的合法权益,甚至威胁到消费者的生命健康。昨天,为引导广大消费者科学、理性、安全地消费保健食品,中国消费者协会、中国市场监督管理总局学会面向广大消费者发布相关提示。

根据《食品安全国家标准保健食品》,保健食品为声称并具有特定保健功能或者以补充维生素、矿物质为目的的食品。即适用于特定人群食用,具有调节机体功能,不以治疗疾病为目的,并且对人体不产生任何急性、亚急性或者慢性危害的食品。根据《中华人民共和国药品管理法》,药品指用于预防、治疗、诊断人的疾病,有目的地调节人的生理机能并规定有适应症或者功能主治、用法和用量的物质,包括中药、化学药和生物制品等。由此可见,保健食品不是药物,不能代替药物治疗。

合法的保健食品外包装上必须有市场监管总局(或原国家食药监总局)批准的“蓝帽子”标志及批准文号。保健食品产品注册备案信息可在市场监督管理总局网站查询,输入批准文号,核对产品名称、生产企业、保

健功能等信息是否与实物一致。这是辨别产品合法身份最直接、最权威的途径。

市场监管总局、国家卫健委、国家中医药局联合发布《允许保健食品声称的保健功能目录 非营养素补充剂(2023年版)》规定,保健食品的保健功能只限定为有助于增强免疫力、辅助改善记忆、缓解视觉疲劳、清咽润喉、有助于改善睡眠等24项。超出以上相关范围的功能宣称均违反该规定。任何宣传保健食品能“根治”高血压、糖尿病、“攻克”癌症、“替代”胰岛素等说辞,均属违法虚假宣传。患病还需及时就医,遵医嘱用药,切勿用保健食品替代药物而延误治疗,导致病情加重。

消费者应优先选择信誉良好的大型商场、超市、连锁店或资质齐全的线上官方旗舰店。对无固定经营场所、电话推销、个人兜售等方式要保持警惕。购买时务必向商家索要发票或购物凭证,并妥善保管。凭证上应注明购买商品的具体名称、规格和价格。当合法权益受到侵害时,首先与经营者沟通协商,提出合理诉求;若协商未果,可通过全国消协智慧315平台向消协组织投诉,或拨打12315热线向市场监管部门投诉举报。如遇涉嫌诈骗、销售有毒有害食品等严重违法犯罪行为,请立即向公安机关报案。

通州园一潮县镇全域绿色技术应用试验场启动

“向新而行”绿色产业场景对接会举办

本报讯(记者 赵鹏)记者近日从区科委获悉,“向新而行”场景赋能新质生产力系列首场活动“绿色产业场景推介及供需对接会”在城市副中心举办。该活动作为2025中关村论坛系列活动之一,旨在为支持关键核心技术、底层技术、新技术新产品验证应用与迭代创新,推动科技应用场景开放,搭建供需对接平台。

此次活动由市科委、中关村管委会、城市副中心管委会、通州区政府联合主办,吸引了50余家京内外绿色技术企业、科研机构及投资机构代表共同参加。

会上,中关村通州园管委会、城市副中心管委会相关负责人分别就副中心绿色产业发展成效与国家绿色发展示范区建设成效做系统介绍。当前,副中心正加快构建“6+4”绿色产业体系,通过开放五大领域示范场景推动技术验证与应用,同时围绕“六个绿”实践路径,持续推进绿色技术与场景融合,高水平建设国家绿色发展示范区,助力生态宜居未来之城建设。

活动现场,“中关村通州园一潮县镇全域绿色技术应用试验场”正式启动。该试验场将潮县镇作为真实系统的“绿色实验室”,重点在能源与建筑低碳、工业与市政设施等领域,挖掘八大典型应用场景,支持绿色技术在场景中首

试应用,为国家绿色发展示范区建设提供可复制、可推广的实践样本。

此次活动还聚焦于绿色技术与场景的精准对接。中国电建集团北京勘测设计研究院、核工业北京化工冶金研究院、三峡能源智慧运营中心(数字化管理中心)、北京北投生态环境有限公司等央企单位相继发布了“绿氢化工高安全储氢、柔性压缩与氢气主动安防”“地浸铀矿山废弃钻井液泥高效稳定固化处理”“面向新能源运维的垂类大模型应用”“基于智慧能源综合利用技术在城市能源供应与建筑节能”等场景需求;中建海龙科技有限公司、北京市京海换热设备制造有限公司、北京不能时代生物科技有限公司、北京江河新能源科技有限公司、北京京环能源技术有限公司等企业进行技术能力路演。现场,各方通过多种形式共发布了5项场景需求,推介24项绿色技术能力,分享7项典型示范项目建设经验。活动现场互动热烈,7家企业均表达了落地副中心意向。

今后,区科委将持续积极争取市级活动落地,促进更多场景供需精准对接,不断完善通州区科技创新生态,助力科技企业通过场景驱动实现加速成长,吸引更多优质企业集聚副中心,为北京国际科技创新中心建设注入新动能。

从田间到舌尖,以“看得见的生长”构建消费新场景

通州北苑路88号市集直送新鲜

本报讯(记者 田兆玉)运河畔的丰收气息正香。“北苑路88号”市集近日热闹开市,通州专场活动以“农韵悠长·鲜动京城”为主题惊艳亮相。九家本土农业企业携特色农产品搭建起“田园直播间”,从沙地蜜薯到金丝皇菊,从非遗酱菜到有机时蔬,通州好物以“看得见的生长”串联起从田间到舌尖的鲜味之旅,让市民在烟火市集间邂逅运河畔的丰收喜悦。

当天,9家企业带来了各自的明星产品和上新产品,从传承百年非遗技艺的咯吱盒、营养丰富的有机紫薯面粉,到香甜酥脆的帆船酥;从可生食的清爽白苦瓜、爆汁酸甜的特色茄汁、薄皮多汁的小西瓜,再到珍稀金耳、绣球菌等菌菇珍品,以及脆嫩菜心、清甜菜苔、奶香白菜等鲜采时蔬,还有“巨有钱(钳)”的萌宠蟹,40多种特色农产品排队登场。市民们穿梭于各展位间,不时发出赞叹:“这咯吱盒咬下去嘎嘣脆,还是小时候的味道!”

作为北京市农业农村局重

健康人群医保内责任免赔额降至每年15000元

2026年度北京普惠健康保焕新上线

本报讯(记者 曲经纬)备受市民关注的2026年度北京普惠健康保昨天正式开放参保通道。作为本市唯一政府指导的普惠型商业补充医疗保险,这款每年195元的“暖心小医保”今年再放大招,在保费不变的前提下,保额、报销、药品覆盖方面都有升级。

今年最直观的变化是保障力度的跃升,累计保额从300万元升级至350万元,健康人群自付费用起付线也从30400元直降至15000元,降幅超50%,15000元至30400元之间的自付费用首次纳入报销范围,可按25%比例赔付,打破“低额自付费用不报”的壁垒,让更多参保人受益。特药保障迎来“量价齐升”:报销比例

提高了5个百分点,一个是健康人群达65%,另一个是特定既往症人群达35%,减轻靶向药、特效药用药负担,药品清单扩充至159种,病种覆盖87种,新增创新疗法、高值慢病用药及北京天竺先行区创新药品,无论是国内特效药还是海外新疗法,市民在家门口就能“用得上、用得起”。

为让日常用药更省钱,今年北京普惠健康保首次推出线上线下9折购药权益,覆盖普药、慢病用药、原研药等常用药品,让参保人的日常用药开销再减一笔。对于近三年连续参保且无理赔的“忠实用户”,福利更丰厚,健康人群免赔额由1.5万元降至0.5万元,特定既往症人群免赔额由2万元降至1.5万元,还有专属健康管

理服务,新增体重秤、水杯等实用好物。

连续参保的“优势”今年进一步凸显。据介绍,首次参保为健康人群的,即便后续罹患特定既往症,仍可按健康人群标准赔付。同时,主动快赔服务持续发力,符合条件的参保人无需额外提供医疗票据(特殊情况除外),就能收到理赔提醒并快速获赔。据统计,快赔上线至今,赔付案件中快赔占比89%,赔款最快1至2个工作日到账,让参保家庭在急需资金时能及时获得支持。

在昨天的上线发布会上,北京健康保发布一组数据,回顾过去四年,已累计处理理赔案件达41.9万件。截至今年9月底,单笔最高赔付金额达76.11万元,为面

临高额医疗支出的家庭雪中送炭;单人最多获得23次赔付,持续为需要长期治疗的参保人提供支持;理赔覆盖人群不分年龄,最大赔付年龄为104岁的高龄老人,最小赔付年龄则是不足1个月的新生儿,覆盖全年龄段。

据悉,2026年度北京普惠健康保参保门槛依旧宽松,不限年龄、户籍、职业和健康状况,北京市基本医保参保人、持有北京居住证异地医保新市民等均可参保,职工医保个人账户还能为大家缴费。参保通道将持续至2025年12月31日,市民可通过“北京普惠健康保”微信公众号、支付宝、“京通”小程序,或合作银行、保险公司线下网点便捷投保。