

自贸区开启非洲发展机遇之窗

■新华社记者 王小鹏

非洲大陆自由贸易区协议本月30日正式生效,成为非洲的里程碑事件。

本次非洲大陆自贸区谈判始于2015年6月。不到4年时间,55个非盟成员国中,除尼日利亚、厄立特里亚和贝宁三国外,已有52个成员签署协议,反映出多数非洲国家强烈的“非洲意识”,以及民众渴望通过自由贸易增加就业、改善生活的热切期盼。如果非盟55个成员最终全部签署协议,将形成一个覆盖12亿人口、经济总量达2.5万亿美元、全球最大的自贸区,将为非洲经济转型和提升国际竞争力开启崭新的机遇之窗。

独行快,众行远。非洲素来重视集体主义,认同团结观念,自1980年通过

旨在从局部推动非洲经济一体化的《拉各斯行动计划》起,一直在为建设自贸区探索道路。

非洲自贸区建设旨在进一步降低关税、消除贸易壁垒,促进区域内贸易和投资发展,实现商品、服务、资金在非洲大陆的自由流动,从而形成非洲单一市场。毋庸置疑,这将给非洲经济发展带来新希望。

自贸区建设有望推动域内贸易高速增长。长期以来,非洲区域内贸易比重偏低。联合国非洲经济委员会数据显示,目前非洲区域内贸易仅占其贸易总额约16%,远低于世界其它区域水平。自贸区协议生效后,非洲将逐步取消90%的商品关税,到2022年,区域内贸易额将比2010年提高52%。如果非关税壁垒同时减少,域内贸易额则有望

提升一倍。

自贸区建设将加速非洲工业化进程。当前,非洲大宗商品和工业制成品对区域内国家出口比重都不高。而自贸区建设孵化出一个近在咫尺的巨大市场,将进一步激活区域内工业、特别是制造业活力,由此拉动就业,助推经济发展。

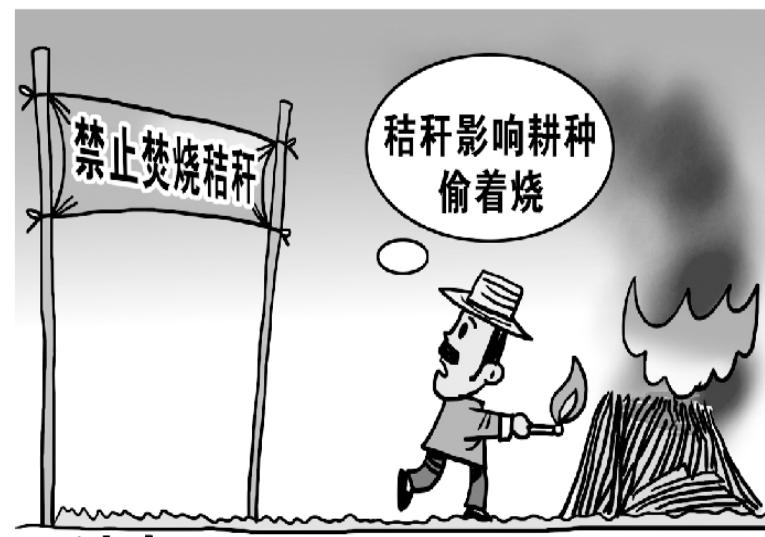
自贸区建设有助于非洲扩大对外出口。单一市场的建立,人员和资金的自由流动,将大大提高资源分配和利用效率,从而降低企业生产投入成本,提升非洲商品的全球竞争力,继而扩大对外出口。

从全球角度看,当前逆全球化、保护主义、单边主义抬头,经贸摩擦增多,非洲自贸区建设是发展自由贸易的大势所趋,有助于促进全球贸易便

利化和自由化,为开放型世界经济注入动力。

自贸区建设将助力非洲各国改善投资和营商环境,促进产业发展,培育新兴市场。包括中国企业在内的外部力量将借助非洲自贸区建设与非方开展更加紧密的合作,进一步助力非洲经济的转型升级。埃及开罗大学经济学教授瓦利德·加布-阿拉预计,非洲大陆自贸区一旦形成,中国对非洲国家出口将增加50%左右。

千里之行,始于足下。非洲大陆国家众多,地区差异较大,各国发展程度各异,前进步伐不一。下一步,自贸区建设的关键在于实干,需要各方勠力同心、聚同化异,紧紧把握非洲发展的机遇之窗,携手创造非洲繁荣发展的未来。 (新华社内罗毕5月30日电)



健谈

■方珍

如今生活条件好了,人们不仅注重饮食养生,还注重通过体育锻炼来增强体质,每天清晨或傍晚,公园、游园、景区都不乏散步、跑步、跳舞的人。笔者认为,锻炼身体是好事,但一定要适度,切不可盲目锻炼。

据了解,有些人参加了“暴走队”,以走路的步数多为荣,一天少则七八千步,多则一两万步。但没走几天,便有人腿疼不能走了,有人卧床起不来了。到医院一检查,有人患了膝关节滑膜炎,有人膝盖半月板受损,有人韧带受伤,这都是锻炼不当惹的祸。

锻炼身体本是为了身体健康,过度锻

炼或锻炼不当就会适得其反。为避免过度锻炼,人们一定要根据自身的情况进行科学锻炼。比如走路,看似简单,但也有讲究。据悉,走路是世界上最简单的运动之一,常走路可愉悦身心、活络经络、减轻体重、减少疾病。但走路要保持正确的姿势,应抬头挺胸,眼睛直视前方,躯干自然挺直,身体重心稍向前,上肢和下肢协调,步调适中,两足落地有节奏感。不能走得太快,每分钟走120~140步左右。还有骨科专家指出,健康人每天至少走4000步,这个活动量是最基本的运动量,如果想要促进健康、预防各种慢性病,标准要提高到7000步。普通成人的步伐,一步一般是70厘米左右,4000步相当于2.8公里,而老年人每天3000~5000步也能达到运动的效果。

连最简单的走路都要注意走姿、速度、步数等,其他的锻炼项目也一样,人们一定要掌握各项锻炼项目的要领,进行科学锻炼、适度锻炼,达到强身健体的目的。



以改革创新实践回答时代之问

■新华社记者 熊争艳 王希

历经40多年上下求索、砥砺奋进,万华公司一鼓作气谋改革、一气呵成求创新、一以贯之闯新路,从计划到走向市场,从昔日生产合成革的传统国企到成长为现代化大型企业,从白手起家到成为全球异氰酸酯行业领军者,以改革创新不懈探索有力回答了时代之问,成为中国国有企业改革伟大实践的生动诠释。

改革开放是伟大的觉醒,也孕育了伟大的创造。与改革开放同频共振,是万华成长的幸运,也是万华成功的秘诀。如同深刻的化学反应释放出强大能量,万华解放思想、实事求是,大胆地试、勇敢地改,积极投身市场经济的汪洋大海,在搏风击浪中勇当“弄潮儿”,展现了中国特色现代国有企业的鲜明气质。

开拓市场、勇闯天下,重在练好内功。万华的核心竞争力,在于拥有自主创新能力。为引进异氰酸酯技术,万华曾吃过亏、上过当,得到了刻骨铭心的教训:关键核心技术买不来、要不来,必须靠自主创新。正是凭借这样的志向和决心,万华人自强不息,攻坚克难,通过实施“创新工程”和“人才工程”等,技术创新能力从无到有、

从弱到强,闯出了一条自主创新之路。

万华40多年来的嬗变,是国有企业发生历史性变化的生动缩影。通过改革创新,国有企业日益成为市场竞争主体,企业活力显著增强,国有经济主导作用有效发挥,规模实力、经营效益和国际竞争力都实现了巨大飞跃,同民营企业相得益彰、共同发展,汇聚成中国经济澎湃的海洋。

万华改革创新、发展壮大的实践表明,在党的坚强领导下,只要坚定不移深化改革开放,国有企业就一定能够做强做优做大。党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央高度重视国有企业改革,出台《中共中央国务院关于深化国有企业改革的指导意见》等一系列政策措施,成为新时代国企改革遵循的重要指导原则,国企改革呈现出千帆竞发、百舸争流的良好态势。

“路漫漫其修远兮,吾将上下而求索”。我们坚信,站在新的历史起点上,国有企业一定能不忘初心、牢记使命,在进一步深化改革开放、落实新发展理念、推动经济高质量发展上走在前列,不断创造新的更大奇迹,为中国经济巨轮劈波斩浪提供强劲动力。(新华社烟台5月29日电)

画中有话

转变

河南省新蔡县是产粮大县,全县种植小麦面积超过130万亩,今年夏粮再次迎来丰收,但也产生了75万吨秸秆。过去,为了不影响耕种,农民常常“一烧了之”,不仅影响空气质量,还可能引发火灾。

“治理秸秆焚烧,关键要把秸秆的利用价值发掘出来。”河南未来再生能源股份有限公司负责人谷卫东说,公司从农户田里回收秸秆,利用秸秆与畜禽粪便进行厌氧发酵,生产有机肥,不仅发酵速度快、产气率高,而且有机肥料营养均衡,秸秆实现了变废为宝。

新华社发 朱慧卿 作