

浙江推动高新技术及产业化发展

浙江省经信厅近日印发《2025年浙江省推动高新技术及产业化发展工作要点》,推进科技创新和产业创新深度融合,加快提升产业科技创新能力。

《工作要点》提出,2025年,全省高新技术产业增加值占规上工业比重超过67.5%,高新技术产业投资增速快于面上、占固定资产比重16%左右,规上工业企业研发费用支出占营业收入比重超过3.15%,规上工业企业新产品产值率保持在40%以上。

全面推进科技创新和产业创新深度融合

加强统筹推进

贯彻落实加快建设创新浙江2025年工作计划。组织实施《关于全面推进科技创新和产业创新深度融合的实施意见》,明确面向2027年、2030年、2035年的重点任务,梳理工作体系架构图和任务表,明确责任分工和责任人。

加强协调联络

组建浙江省科技创新和产业创新深度融合专班,细化综合组、改革组和现代化产业体系组的职责分工,统筹推进工作谋划、任务分解、计划下达、推进落实、指导服务等。

加强重点突破

制定构建完善“企业出题、政府助题、平台答题、车间验题、市场评价”闭环机制的工作方案。会同省级有关部门推进落实“建立健全中试平台高水平发展机制”等重点改革任务,开展改革试点,探索实践路径,总结提炼模式经验。

全力强化企业创新主体地位

着力“扩面提质”科技型企业

拓宽高新技术企业、科技型中小企业培育覆盖面,指导市县联合镇街、行业协会等开展“组团式”服务,提升规上工业企业中的高新技术企业数占比。组织开展高新技术企业、科技型中小企业执法检查,启用“最多报一次”平台。

全省新认定高新技术企业5000家、科技型中小企业1.2万家、技术先进型服

务企业20家。

着力增强科技型企业创新能力

进一步引导规上工业企业加大研发投入,增强研发创新和价值创造能力。组织修订省重点企业研究院、省企业研究院建设与管理办

全省新认定国家企业技术中心5家、省级企业技术中心130家、省重点企业研究院60家、省企业研究院220家。

着力强化科技创新政策赋能

支持企业建立研发准备金制度,鼓励有条件的地方更大力度制定实施企业研发投入后补助政策。落实先进制造业企业增值税加计抵减、企业研发费用加计扣除、高新技术企业所得税优惠等惠企税收政策力度,确保企业应知尽知、应享尽享。

着力实施独角兽企业培育行动

研究加快培育独角兽企业的政策。强化独角兽企业集聚区建设,支持举办2025第九届万物生长大会,支持有条件的地方举办高水平独角兽企业发布会、生态大会、论坛峰会和路演活动。

全域打造产业创新平台网络

加快打造高能级科创平台

围绕全省新兴和未来产业发展需求,聚焦合成生物、氢能装备、高档机床关键基础件、高性能碳纤维装备、智能传感器等领域加快培育省级制造业创新中心,通过联

建设与管理,确保通过国家创新能力项目验收。

加快发展壮大协同创新组织

围绕“415X”先进制造业集群培育,面向人形机器人、海洋装备等领域组建一批重点产业技术联盟,提升建设产业链上下游企业共同体,融通产业链创新资源,提高重点产业链竞争力

加快完善产业创新平台网络

着力打造以企业研发机构、制造业创新中心、高新区等为关键支撑的“点、线、面”三位一体、高效协同、同向发力的产业创新平台网络,推动要素汇聚、能力提升、资源共享和协同合作。

组织举办省级制造业创新中心对标提升活动、高能级科创平台技术成果对接“十链百场万企”专场活动。支持地方依托高能级科创平台开展“高校+平台+企业+产业链”专项对接活动,努力推动全省月月有科技创新活动。

全速推动企业科技成果转化和产业化

建立制造业中试平台高水平发展机制

聚焦精细化工、新材料、生物医药和新一代信息技术等重点产业集群领域,省市县联动布局建设一批公共属性突出、辐射范围大、转化能力强、发展机制好的省级制造业中试平台。

健全新技术新产品推广应用机制

推进创新产品开发、立项和评价,2025年立项省级工业新产品(新技术)5000项以上。组织开展创新产品遴选,选树省级优秀工业新产品100项以上,遴

选发布浙江省先进技术成果100项以上。

支持各地围绕优势、特色产业,培育一批技术水平高、创新性强的标志性新产品,新建和开放一批应用场景,加强优秀新产品推广应用。

完善产业创新标准化工作体系

聚焦“415X”先进制造业,提升传统产业标准化建设,抢占新兴和未来产业标准化高地。推进数字产业化与产业数字化标准化,推动数字技术与多领域融合。推进双碳标准评价体系建设。

全效提升高新技术产业发展能级

谋划布局工信领域科技计划

配合省委科技办、省科技厅联动实施省重大科技专项,强化企业在科技活动中主导作用,企业牵头或参与的重大科技专项项目占比不低于80%,其中企业主导(排名前三)的占比不低于70%。全力以赴争取国家科技重大项目,联合地方谋划争取“部省联动”重点专项。

健全高新技术产业监测机制

建立促进高新技术产业发展部省协同工作机制,建设地方高新技术产业发展监测模块和专题数字地图。深化全省高新技术产业运行监测。

持续培育壮大高新技术产业

统筹抓好高新技术产业投资。组织做好“两重”“两新”政策争取落实,支持各地因地制宜谋划好谋实补短板、锻长板的重大项目,力争更多项目进入国家盘子。

据浙江发布

6种运动方式好处多

生活中,运动不仅使人身体健康,还能将负面情绪、焦虑压力通通带走。因此,很多人说“运动是治愈一切的良药”。

6种“最佳运动”方式,好处多多

改善睡眠“最佳运动”——抗阻运动



2024年最新发布的《中国居民睡眠健康白皮书》显示,我国居民的平均睡眠时长普遍偏短,为6.75小时,有28%的人夜间睡眠时长不超过6小时。睡眠质量也不尽如人意,超六成人的睡眠质量欠佳,甚至有1/5的人属于“较差”水平。

近年来,有不少科学研究表明,抗阻运动(如深蹲、俯卧撑等力量训练),可能是改善睡眠的“天然良药”。

2024年6月,国际学术期刊《公共科学图书馆·综合》上发表的一项研究在比较了运动、饮食和睡眠卫生等不同措施对睡眠质量的影响后发现:对于65岁以下的人来说,力量训练是提升睡眠质量最有效的非药物方法,比跑步、走路等有氧运动更有效。

抗抑郁“最佳运动”——跳舞

运动作为一种改善身心健康的有効手段,已经在多个临床实践指南中得到认可。2024年1月,发表在《英国医学杂志》上的一项关于运动和抑郁症关系的

研究发现:运动对于抑郁可以起到很好的治疗效果,其中对抗抑郁最好的运动是跳舞。

此外,步行慢跑、瑜伽、力量训练、混合有氧运动、太极拳也是不错的选择。



延缓衰老“最佳运动”——挥拍

此前,知名医学期刊《柳叶刀》发表的一项涉及8万人、持续了15年关于不同种类运动和全因死亡率关系的研究发现:最佳的延寿运动是挥拍类运动(羽毛球、乒乓球、网球等),可以降低全因死亡率47%。



挥拍类运动往往需要调动多个肌肉群,眼睛看着球进行手眼协调。在击球一刹那,还会发出一个相对的爆发力。它强调了协调性、柔韧性,同时

要有一定耐力,这样可以帮助人体提高肌肉骨骼的力量,提高心肺功能,可以让人的注意力更集中,使大脑处于活跃状态,达到延缓大脑衰老、保护心血管的作用。

降血压“最佳运动”——等长运动

2023年国际权威期刊《英国运动医学》杂志上发表的一项研究发现:所有类型的运动都有助于降低血压,其中等长运动下降幅度最大,比如:靠墙静蹲、平板支撑、站桩、扎马步、提踵(踮脚尖)等。

增加骨密度“最佳运动”——力量训练

很多人体检时会被告知“骨密度偏低”“骨质疏松”。日前,一项发表在《骨骼》医学期刊上的研究发现:增加骨密度最好的运动,不是跑步和走路,而是力量训练。

研究表明,力量训练在增加和保持骨密度方面都好于平板支撑、靠墙半蹲这类等长运动,以及走路、跑步等简单身体活动。

缓解腰痛“最佳运动”——走路锻炼

2024年6月,国际著名医学期刊《柳叶刀》发表的一项研究表明,步行不仅是一种低成本、低风险的运动,还能显著减少下背痛的复发,特别是对于背痛初发者。

走路不仅简单易行,而且效果显著,是性价比非常高的养生方法。走路对身体健康的益处是多方面的,可以帮助增强心肺功能,促进血液循环,降低血压和血糖水平,减少心血管疾病的风险等。

做好这三点,运动效果事半功倍

最佳运动时间——18时以后

2024年4月《糖尿病护理》期刊发表的一项研究指出,肥胖或糖尿病人在18时以后运动最有效、获益最大。

2024年6月《肥胖》期刊发表的一项研究也发现,一天中最佳运动时间是18时以后,18时以后运动最有利于降低血糖。

最佳运动时长——30~60分钟

很多人认为运动多多益善,时间越长运动收益越大。不过《柳叶刀·精神病学》刊发的一项超过120万人的研究发现,这个想法是错误的。

从时间长度来说,每次运动时间30~60分钟最佳,其中在45分钟左右达到峰值,如果运动时间超过90分钟,还会产生负效应。

最佳运动强度——中等强度



运动强度太低会没效果,运动强度太高容易受伤。不管是现有研究还是运动专家,都推荐运动至少要达到中等强度。

中等强度运动最大心率范围控制在60%~85%,运动过程中心率一般在100~140次/分。

据浙江发布