

中共中央宣传部等印发《关于组织开展2024年“全民国防教育月”活动的通知》

新华社北京8月28日电 近日,中共中央宣传部等12部门印发《关于组织开展2024年“全民国防教育月”活动的通知》,要求以“依法开展国防教育 提升全民国防素养”为主题,在9月集中组织开展“全民国防教育月”活动。

《通知》强调,要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面贯彻党的二十大精神,深入贯彻党的二十届三中全会精神,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”,贯彻总体国家安全观,培育和践行社会主义核心价值观,以“依法开展国防教育 提升全民国防素养”为主题,在全社会广泛开展内容丰富、形式多样、特色鲜明的群众性国防教育活动,教育引导广大干部群众强化国防观念和忧患意识,增强关心国

防、热爱国防、建设国防、保卫国防的思想自觉和行动自觉,为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业凝聚强大力量。

《通知》共作出7项活动安排。一是开展国防教育普法宣传活动。着眼把学习宣传贯彻习近平强军思想引向深入,通过组织刊发报道评论、刊发宣传阐释文章、制作专题节目、开展基层宣讲等形式,做好国防教育法律宣传。二是开展缅怀纪念活动。充分利用9月3日中国人民抗日战争胜利纪念日、9月18日“九一八”事变发生日、9月30日烈士纪念日和全民国防教育日等重要时间节点,组织举办庄严、仪式感强的公祭仪式和撞钟鸣警仪式。三是开展青少年国防教育活动。制作播出“国防公开课”专题节目,鼓励部队

和大中小学校结对共建,开展“青春如火 国防有我”国防教育主题团日和中央企业“全民国防校园行”活动。在秋季开学、新生入学期间,精心组织大中学校学生军事训练,引导广大青少年增强国防意识、提升国防素养。四是开展“爱我国防”教育实践活动。开展“爱我国防”演讲、主题作品征集、“老兵永远跟党走”宣讲实践、“巾帼心向党 共铸强军梦”主题实践、“国防万映”公益电影展映等活动,推动国防教育在全社会深入普及。五是开展先进典型学习宣传活动。广泛开展“最美新时代革命军人”“最美退役军人”“最美拥军人物”等先进人物学习宣传,开展“情系国防”系列宣传活动。组织宣传一批国防教育典型案例,总结推广先进经验做法,发挥示范引领效应。六是开展军营开放

活动。协调各地军营开放单位按规定向社会开放,组织党政机关干部、青少年学生、民兵、预备役人员等参观军事场馆、感受军营生活、开展军营体验,充分展示人民军队的精神风貌。七是开展网上宣传教育活动。组织中央和地方重点新闻网站、各地国防教育网站、“学习强国”学习平台开设专题网页,主动设置议题和专栏,更好汇聚正能量、振奋精气神。

《通知》要求,要牢牢把握正确政治方向,强化思想引领、丰富教育内涵,注重结合实际,突出时代特点,务求取得实实在在的效果。要积极创新方法手段,把握时度效,梯次推进,形成声势。要发挥宣传部牵头抓总、统筹协调的作用,加强军地协同配合,调动各方面积极性,形成做好工作的强大合力。

五部门完善市内免税店政策

新华社北京8月27日电(记者 申敏)记者27日从财政部了解到,财政部、商务部、文化和旅游部、海关总署、税务总局近日印发通知称,将按照《市内免税店管理暂行办法》规范市内免税店管理工作,促进市内免税店健康有序发展。通知及办法自2024年10月1日起施行。

这一办法明确,市内免税店的销售对象为即将于60日内搭乘航空运输工具或国际邮轮出境的旅客(包括但不限于中国籍旅客)。市内免税店采取市内提前购买,口岸离境提货的方式,旅客在市内免税店购物后,应当在设立于口岸出境隔离区内的免税商品提货点提取所购免税商品,并一次性携带出境。市内免税店主要销售便于携带的消费品,鼓励市内免税店销售国货“潮品”,将具有自主品牌、有助于传播中华优秀传统文化的特色产品纳入经营范围。办法还规定了市内免税店设立审批、经营主体确定方式等管理要求。

根据通知,现有北京、上海、青岛、大连、厦门、三亚等6家市内免税店,自通知施行之日起适用办法;现有北京、上海、哈尔滨等13家外汇商品免税店,自通知施行之日起3个月内转型为市内免税店,经海关验收合格后开始营业。同时,在广州、成都、深圳、天津、武汉、西安、长沙和福州等8个城市,各设立1家市内免税店。

四部门持续遏制“天价”月饼

新华社北京8月27日电 国家发展改革委27日发布消息,为持之以恒遏制“天价”月饼,近期,国家发展改革委、工业和信息化部、商务部、市场监管总局等四部门对相关工作进行了专题研究部署。

据介绍,2022年,四部门联合发布《关于遏制“天价”月饼、促进行业健康发展的公告》,综合施策抓好政策落实,推动月饼回归大众消费品属性、回归传统文化本源,取得明显成效。为做好2024年遏制“天价”月饼工作,四部门密切协作,加强对生产、销售企业的政策宣贯,强化源头治理;发挥行业协会作用,推动行业自律,引导企业依法合规经营;开展市场监测,及时发现苗头性问题线索。

下一步,四部门将继续狠抓公告落实,聚焦重点领域,进一步强化市场巡查,加大监督检查力度,督促相关企业做好问题整改,切实维护良好市场环境和风清气正的节日风尚。

秋季传染病多发,如何做好防护

立秋过后,气温逐渐下降,天气干燥,各种秋季高发疾病尤其是传染性疾病开始活跃。如何有效预防秋季传染病?记者采访了天津医科大学总医院呼吸与危重症医学科主任医师赵海燕。

赵海燕介绍,常见的秋季传染病有呼吸系统传染病如流感、水痘、肺炎等,消化道传染病如病毒性腹泻、手足口病等,以及急性出血性结膜炎(红眼病)等。老年人和青少年儿童抵抗力较弱,需要格外防范,可以从以下几方面着手:

注意个人卫生。养成勤洗手的良好习惯,特别是饭前便后、咳嗽或打喷嚏后以及接触公共物品后,使用肥皂和流动水彻底清洗双手,减少病毒和细菌的传播。定期清洁居住环境,特别是经常接触的物品表面,如门把手、桌面、手机等。保持室内空气流通,经常开窗通风。衣物和被褥要经常换洗,并在阳光下晾晒,以杀灭潜在的病原体。尽量减少触摸眼睛、鼻子和嘴巴的次数,

这些部位是病毒和细菌进入身体的主要途径。

合理饮食与休息。秋季天气干燥,应多喝水,多吃富含维生素C和蛋白质的食物,如新鲜蔬菜水果、全谷类和瘦肉,这些食物有助于增强身体免疫力,抵抗疾病的侵袭。保证充足的睡眠时间,每晚应睡7小时到9小时,充足睡眠有助于身体恢复和增强免疫力,降低感染风险。

加强体育锻炼。选择适合的运动方式,如散步、慢跑、太极拳等。适量的体育锻炼有助于提高身体抵抗力,减少疾病发生。

及时接种疫苗。卫生部门建议,要及时接种流感、肺炎等秋季常见传染病的疫苗。

避免前往人群密集场所。尽量避免前往人多拥挤、通风不良的公共场所,如商场、超市、电影院等。如果必须前往,应佩戴口罩并尽量缩短停留时间。

注意气候变化。秋季气候多变,应及时增减衣物以适应气温变化,避

免受凉感冒,因为感冒是许多传染病的诱因之一。

做好个人健康监测。密切关注身体状况,如有发热、咳嗽、乏力等症状,应及时就医并告知医生自己的旅行史和接触史。

加强健康教育。通过各种渠道了解秋季传染病的预防知识,提高自我防护意识。同时,向家人、朋友和同事传播相关知识,共同做好传染病的预防工作,关注关注卫生部门或疾控中心的公告。

做好以上几方面,可以有效降低秋季传染病的感染风险,保护自己和家人的健康。



据《人民日报》



据《人民日报》

生活妙招

硬件软件协同 绿色智能并重 空调节能有新招

制冷、除湿、制热……对很多人来说,空调是不可缺的家用电器,但也是不少消费者心中的“能耗大户”。对此,各大厂商以节能为卖点,力求让消费者尽享舒适的同时,也让电费单轻松“瘦身”。空调市场上新了哪些节能产品,空调实现高效节能的关键是什么?记者采访生产企业、行业专家、电商平台一探究竟。

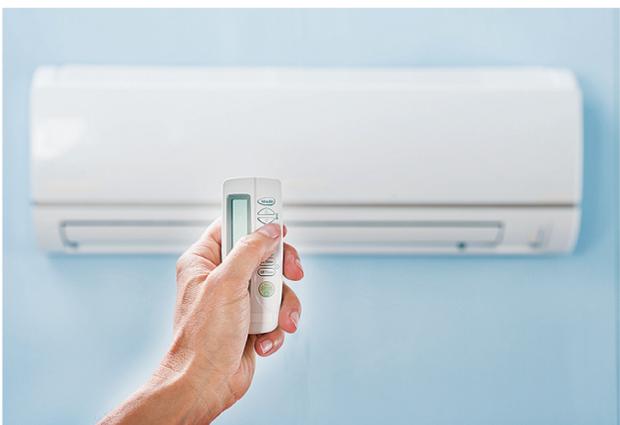
记者注意到,在电商平台上,空调商家将节能空调产品放在显眼位置,并把采用一级能效设计、具备变频冷暖功能、搭载智能控温技术等作为卖点加以宣传。“绿色环保、性价比高的一级能效空调受到消费者喜爱。”抖音电商相关负责人表示。

判断空调是否耗电,能耗是关键。“能耗直接关系空调的运行成本和节能表现,与空调运行耗电量息息相关。”西安交通大学制冷及低温工程系教授黄东解释,市面上空调产品标注的“能效比”是输出功率与输入功率之比,比值越高,意味着空调提供同等制冷效果消耗的电量越少,节能效果越好。

空调的高能效比如何实现?背后是软硬件的协同配合。

先看硬件。空调制省电的关键就是压缩机,空气经其冷却,进而降低室温。“最新研发的双缸压缩机能让空调在室温较低时,自动进入低频节能状态运行,达到节能效果。”小米空调业务负责人介绍,新技术能让压缩机在65摄氏度的极端高温环境下维持低频运转,避免空调外机中的压缩机因太阳暴晒、散热不畅等因素触发过热保护停机,提升制冷稳定性。

如果说压缩机是空调制冷的“心脏”,那么换热器就相当于“肺”。“传统



资料图片

空调换热器制冷和制热是同一个冷媒回路,两种功能都达不到最佳效果。”海尔空气产业研发工程师李阳介绍,通过采用可变流技术增加两个通断阀,空调制冷时截断部分流路,冷媒经过管道长,流出的温度更低;制热时完全导通,冷媒经过管道短,传热效果更佳。“测算显示,应用可变流技术的空调,每年可省电400多千瓦时。”李阳说。

再看软件。“一些空调的省电模式只是通过机械地调低空调频率、减慢风速来达到节能效果,不仅牺牲部分制冷舒适性,也要更长时间才能达到设定温度。”黄东说,不少厂家将人工智能技术引入空调产品,结合用户使用习惯,调节空调输出功率,让空调更“聪明”,节能更高效。如部分型号空调搭载人工智能节能芯片,可实时感

知室内外环境温差,自动调控空调运行模式,实现动态使用过程中的舒适节能,全年耗电量降低超13.6%;一些空调借助算法判断室内等效面积,不间断校正制冷策略,从而达到制冷、舒适与节能三种需求的最优平衡。

技术在进步,节能不停步。我国是全球最大的制冷产品产销国,家用空调产量全球占比超过80%,大中城市空调用电负荷约占夏季高峰负荷的60%,以空调为代表的制冷产品量大面广,能耗总量高,节能空间达30%到50%。中国家用电器协会有关负责人表示,大力推广绿色智能空调,符合消费升级和产业发展趋势,将加快研发推广性价比高、操作简便、质量优良的绿色智能家电,扩大绿色产品供给,推动行业向绿发展。

据《人民日报》

营养食堂

暑去秋来吃什么? “滋阴润燥”试试它

秋季燥邪当令,肺容易感受秋燥之邪。天津中医药大学附属保康医院主任医师韩娟在接受采访时表示,在干燥的秋季,饮食上开始减辛增酸,适当多食鸭肉、秋梨、百合等食物,以滋阴润燥、养阴生津。

鸭肉
鸭肉味甘性凉,有滋阴养胃、润燥除蒸、利水的功效。
适宜人群
体内有热、体质虚弱、食欲不振、潮热汗出、大便干燥、心烦失眠或水肿的人群。
推荐食谱
百合鸭、石斛老鸭汤。

秋梨
秋梨味甘性寒,有润肺止咳、滋阴清热的功效。
适宜人群
适合咽喉干痛、皮肤干燥、大便燥结等燥热体质的人群。
推荐食谱
川贝炖雪梨、莲子雪梨汤。

莲藕
莲藕熟吃味甘性温,有清热生津、健脾养胃的功效。
适宜人群
除严重虚寒体质者、阳气不足者外,均可食用。
推荐食谱
莲藕炖排骨、桂花糯米藕。

百合
百合味甘性微寒,归肺、心经,有养阴润肺、清心安神、补中益气的功效。
适宜人群
适合阴虚燥热、心神不宁的人群。不适合风寒咳嗽、脾胃虚寒者食用。
推荐食谱
百合枇杷饮、山药百合小米粥。

山楂
山楂味酸性微温,有健脾开胃、生津止渴的功效。
适宜人群
适合一切饮食积滞,尤其适用于肉食积滞的人群。
推荐食谱
山楂粳米粥、山楂陈皮茶。

银耳
银耳味甘淡性平,归肺、胃经,有滋阴润肺、养胃生津的功效。
适宜人群
适合多种体质状态人群食用,尤其适合于排便不畅、体质虚弱、气色差者。
推荐食谱
冰糖银耳糯米粥、银耳百合粥。
据人民网

2024中国国际大数据产业博览会开幕



8月28日,观展者在2024中国国际大数据产业博览会会场外拍照。

当日,2024中国国际大数据产业博览会在贵阳市拉开帷幕,本届数博会以“数智共生:开创数字经济高质量发展新未来”为主题,将全方位、多角度展示国内外数据产业最新发展动态、最新成果和发展趋势。

新华社记者 刘续 摄

铁路部门多措并举保障暑期旅客运输

新华社北京8月28日电(记者 樊曦)记者28日从中国国家铁路集团有限公司获悉,自暑运启动以来,7月1日至8月27日,全国铁路累计发送旅客8.31亿人次,同比增长5.9%,日均发送旅客1433万人次。铁路部门精心制订暑期旅客运输工作方案,加大运输能力投放,优化出行服务,多措并举保障旅客平安有序出行。

国铁集团运输部相关负责人介绍,今年暑期学生流、旅游流、探亲

流等出行需求旺盛,铁路客流保持高位运行。目前,随着暑期进入尾声,全国各大院校开学在即,铁路进一步迎来学生客流高峰,预计自8月26日至9月10日期间发送学生旅客650万人次。

为更好服务旅客出行,国铁太原局集团公司按照高峰期运输模式加大运力投放,并针对暑期客流实际,增开至平遥、五台山的旅客列车,进一步满足暑期旅游出行需求;国铁南宁局集团公司与

南方电网贵州兴义供电局密切协作,组织党员服务队和青年志愿者服务队对兴义站、册亨站等火车站及管内铁路沿线供电设施开展安全巡查,保障暑运期间铁路电力供应稳定可靠;国铁广州局集团公司深圳北站增设学生专窗,加强服务引导,确保学生旅客购票无忧,同时组织广铁青年志愿者加强宣传组织,引导学生旅客有序进站乘车。