

扩大准入 打通堵点 强化保障

进一步激发民间投资活力 国办13项措施来了

为进一步激发民间投资活力、促进民间投资发展,国务院办公厅日前印发《关于进一步促进民间投资发展的若干措施》(以下简称《若干措施》),提出13项针对性政策举措。

在扩大准入方面,对需报国家审批(核准)的具有一定收益的铁路、核电等重点领域项目,鼓励支持民间资本参与并明确持股比例等要求;对各地方规模较小、具有盈利空间的城市基础设施领域新建项目,鼓励民间资本参与建设运营;引导民间资本有序参与低空经济、商业航天等领域建设,积极支持有能力的民营企业牵头承担国家重大技术攻关任务;清理不合理的服务业经营主体准入限制;规范实施政府和社会资本合作新机制,修订分类支持民营企业参与的特许经营项目清单;坚决取消招标投标领域对民营企业单独设置的不合理要求;进一步加大政府采购支持中小企业力度。

在打通堵点方面,保障民营企业在电力并网运行、油气管网设施使用、运力资源调配等方面的合法权益;鼓励支持民营企业加快建设一批具有较强行业带动力的重大中试平台,支持国有企业、高等院校、科研院所面向民营企业提供市场化中试服务;支持民营龙头企业、链主企业、第三方服务商建设综合性数字赋能平台,深入实施中小企业数字化赋能专项行动,支持更多民营中小企业加快数字化升级改造。

在强化保障方面,加大中央预算内投资、新型政策性金融工具等对符合条件民间投资项目的支持力度;银行业金融机构应制定民营企业年度服务目标,满足民营企业合理信贷需求;持续落实好突破关

为教师减负！教育部规范督查检查评比考核清单管理

●严禁强制师生参与无关教育教学活动

●上级机关、单位原则上不得借调中小学教师

新华社记者11月10日从教育部获悉,《关于进一步减轻中小学教师非教育教学负担若干措施的通知》于近日印发,要求规范涉校涉师督查检查评比考核清单管理,严格执行督查检查评比考核事项年度清单管理制度,每年年初报教育部备案,未纳入清单的事项一律不得开展。

通知提出,省级教育行政部门加强统筹协调,提前1个月明确检查内容、范围与方式,杜绝重复检查和多头检查。不得随意设置创建示范、“一票否决”和签订责任状等事项,严禁以调研、评估、指导、监测等名义变相开展督查检查考核,不得以发文开会、留痕资料、台账记录作为评价依据。不得开展以学校为对象的各类达标活动,对现有的达标活动进行清理,已经开展的期满后自行取消。

通知要求,严禁强制要求师生参与与教育教学无关的活动,不得要求教师承担巡河护林、上街执



保健食品

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)

1. 有助于增强免疫力
2. 有助于抗氧化
3. 辅助改善记忆
4. 缓解视觉疲劳
5. 清咽润喉
6. 有助于改善睡眠
7. 缓解体力疲劳
8. 耐缺氧
9. 有助于控制体内脂肪
10. 有助于改善骨密度
11. 改善缺铁性贫血
12. 有助于改善痤疮
13. 有助于改善黄褐斑
14. 有助于改善皮肤水分状况
15. 有助于调节肠道菌群
16. 有助于消化
17. 有助于润肠通便
18. 辅助保护胃粘膜
19. 有助于维持血脂(胆固醇甘油三酯)健康水平
20. 有助于维持血糖健康水平
21. 有助于血压维持健康水平
22. 对化学性肝损伤有辅助保护作用
23. 对电离辐射危害有辅助保护作用
24. 有助于排铅

保健食品功能只有这24项

超出都是违规

近日,中国消费者协会、中国市场监督管理学会提醒广大消费者:保健食品不是药品,不能替代药物治疗,保健食品功能范围仅有24项,超出都是违规。

国家市场监督管理总局、国家卫生健康委、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24项名称。

凡是超出目录范围的功能宣称,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”胰岛素等说辞的广告,均属违法虚假宣传。

因此,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。优先选择信誉良好的大型商场、超市、连锁药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。

如何选购保健食品?

合法的保健食品的外包装上必须有国家市场监督管理总局(或原国家食品药品监督管理局)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国家市场监督管理总局网站(<http://www.samr.gov.cn>)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。

消费者该如何维权?

消费者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。

(严薇)

据上游新闻-重庆晨报

婴幼儿老人需警惕

人呼吸道合胞病毒活跃,牢记5点防控

当下正值季节交替的关键时期,人呼吸道合胞病毒(RSV)也随之进入活跃期。这份防控锦囊梳理了5条RSV识别与防控的核心知识,助您及家人科学应对RSV流行季。

分清症状,早发现早应对

RSV感染的症状与普通感冒相似,多为上呼吸道症状,如鼻塞、流涕、喉咙痛、伴或不伴发热、声音嘶哑等,症状持续2~4天,多数患者可在1~2周自愈;少数可能会发展为肺炎、支气管炎等重症,多见于婴幼儿和老人。

高危人群,重点防护

所有人都可能感染RSV,并且可发生反复感染,但5岁以下婴幼儿(尤其是2岁以下的婴幼儿)、65岁以上老人(尤其是合并慢性基础病或免疫力低下的老人)以及免疫功能缺陷者等感染后发展为重症的风险较高,需重点关注。

高峰季节,适时防控

RSV在我国全年均有流行。我国RSV流行季主要集中在秋冬至次年春季(通常为10月至次年3月),流行高峰多为11月至次年1月,南方和

卧室放这两种水果,睡得更快更香

康养生活

很多人都有过睡不好的经历:努力入睡,却怎么也睡不着;半夜睡不踏实,总是翻身;天还没亮,却早早醒了……如果你也有类似烦恼,不妨试试在卧室里放两种水果——苹果、橘子。这并非玄学,有多项科学研究给出相关证据。东南大学附属中大医院临床营养科营养师夏朋滨告诉你其中的原因,并教你睡个好觉。

柑橘类水果,帮你更快入睡

夏朋滨表示,利用味道调节生理机能属于“气味疗法”,其历史由来已久,《黄帝内经》和《红楼梦》中都有过描述。现代研究发现,芳香分子能与人的嗅觉感受器结合,启动一系列化学反应,作用于大脑的边缘系统,即“情感与本能中心”。

橘子、橙子、金桔、柠檬、柚子等柑橘类水果(尤其是果皮中),含有散发香味的“萜烯”,能刺激大脑产生α脑电波,使大脑放松,从而助眠。α波可提示大脑进入放松状态,当你开始集中精力思考复杂问题时,α波就会减弱。从传统医学角度看,橘子有理气、除燥、利湿、化痰止咳的作用,睡觉时闻橘子的香味,有助安心凝神,常用于安抚沮丧和焦虑。

夏朋滨表示,柠檬中的柠檬烯在“芳香疗法”研究中被证实具有减轻焦虑的作用,常用于提取制作芳香精油。柠檬的味道可以促进身体产生5-羟色胺,降低应激激素去甲肾上腺素的水平,平静心情。晚上闻一闻柠



关爱未成年人成长

共筑祖国美好未来

中共重庆市綦江区委宣传部
綦江区创建全国文明城区指挥部办公室 宣