

城市内涝如何防范？重庆推出“线上+线下”联动新机制

今年5月1日起,重庆市全面进入汛期。针对汛期城市道路积水防范治理难题,日前,重庆市住房城乡建委联合市公安局交巡警总队联合制定的“城市道路积水防范处置联动工作机制”正式印发,依托线上线下协同处置模式,补齐城市内涝处置短板,全力保障市民出行安全。

据悉,这套由两部门创新制定的联动工作机制,将进一步细化跨部门协作流程,筑牢城市汛期防汛安全屏障。

整套工作机制围绕预警会商、应急响应、总结复盘三大核心流程,清晰划分降雨前后不同阶段,明确两大主管部门各自工作职责与协同处置办法,构建起从预警发布、应急处置到事后恢复的全流程闭环管理体系,彻底转变城市积水处置工作模式。

降雨来临之前,全市相关部门提前研判主动防范,双方同步接收气象预报信息,共同分析雨情水情,提前划定易积水风险路段,细化完善应急处置预案,把防汛工作做在降雨之前。

降雨天气过程中,各环节坚持快速响应高效处置,多渠道实时掌握路面积水情况,部门之间信息互通、紧密配合,缩短应急处置时间。

降雨结束后,相关部门集中开展复盘总结,全面梳理本轮防汛处置全过程,查找工作漏洞与不足,针对性优化完善处置流程。此次联动工作机制正式实施,意味着重庆城市内涝治理正式迈入跨部门协同、线上线下一体化新阶段,将持续提升城市防汛减灾综合实力。

(杨新宇)

据上游财经-重庆晨报

相关新闻>>>

暴雨来临时,这样应急避险

14日,重庆市疾病预防控制中心发布暴雨来临时的应对提醒。

居家避雨这样做:

1. 关注天气,尽量减少外出,尤其在强降雨时段。
2. 收回阳台上摆放的物品和晾晒的衣物。
3. 检查家里电路等设施,如遇进水立即切断电源。

户外步行遇到暴雨这样做:

1. 及时避雨。已外出的要及时到安全的室内避风避雨避雷。
2. 不要冒险涉水。尽量贴近建筑物行走。警惕井盖、下水道等,如发现路面有漩涡,一定要绕行。
3. 远离危险区域。远离电

线杆、变压器、广告牌、施工现场等危险区域,避免进入地下车库、隧道等低洼区域。

暴雨时驾车涉水这样做:

1. 保持车距,安全慢行。
2. 避开积水区。遇到立交桥下、涵洞等地势低洼易积水路段,果断绕行,不要冒险涉水。
3. 如遇车辆在水中熄火且水位仍有上涨趋势,应立即弃车逃生。若车门无法打开,利用身边的防盗锁、羊角锤等工具,迅速破窗逃生。

遇到次生灾害请这样做:

遇到泥石流怎么办?在河边时,立即向河两边跑;在山谷徒步时,立即向与泥石流流向垂直的两边高处山坡攀爬;不要在土质松软、土体不稳定的斜坡停

留,应选择 in 基底稳固又较为平缓开阔的地方停留。遇到山体滑坡怎么办?保护好头部,迅速向滑坡方向的两侧稳定地区逃离;无法逃离时,应迅速抱住身边的大树等固定物体,躲避在结实的障碍物下。

暴雨过后,如何防疫?注意饮用水安全,不喝生水;不吃被水浸泡过的食物;进水的房屋要及时通风,让室内保持干燥;被水浸泡过的物品要进行清洗、消毒后再使用;采取相应的防蚊、防蝇、防鼠害措施。做好个人防护措施。勤洗手,不乱摸,保持手部的清洁;规律作息,适度锻炼,均衡膳食;加强自我健康监测,如有不适及时就医。

(石亨)

据上游新闻-重庆晨报

中央网信办:短视频发布必经内容标注

记者12日获悉,中央网信办近日部署指导网站平台规范短视频内容标注,明确必须设置的标签种类和标签位置,将内容标注设为短视频发布必经环节,发布者必须从“必选标签”中选择一项,才能发布短视频,并对存量短视频回溯和补充标注提出要求,推动发布者对自己的内容负责,进一步压实网站平台内容审核责任。

据了解,针对部分短视频内容来源不清、真假难辨、混淆视听等突出问题,今年以来,中央网信办全面部署推进规范短视频内容标注工作,1月以来,指导

据新华社

从世界文化遗产、世界地质公园,到国家5A级景区 重庆近50家景区5月19日免票或半价

从世界文化遗产、世界地质公园,到国家5A级景区,超过30家景区直接免首道门票,还有10余家景区半价优惠……5月12日,来自重庆市文化和旅游发展委员会的消息,今年“5·19中国旅游日”,重庆将有近50家景区推出专属优惠福利。

据介绍,今年“5·19中国旅游日”全国各地都将围绕“乐享品质旅游,共赴美好山河”主题,开展包括文化和旅游惠民、品质服务提升、入境旅游推介、文明安全旅游等在内的主题活动。具体到重庆,本次“5·19中国旅游日”的景区门票优惠涵盖世界文化遗产大足石刻的北山景区、南川金佛山、世界地质公园云阳龙缸景区,以及奉节白帝城·瞿塘峡、彭水阿依河、涪陵武陵山大裂谷等,共计46个知名景区。

其中,游客在5月19日当天前往奉节白帝城·瞿塘峡、三峡之巅、云阳龙缸、张桓侯庙,万州三峡古枫香园,南川金佛山、神龙峡,涪陵武陵山大裂谷、点易园,彭水阿依河、摩围山,巫山巫峡·神女景区、三峡龙脊,巫溪红池

据上游新闻-重庆晨报



了解详情

夏天穿白色最防晒?错!红色才是正确答案

很多人误以为夏天穿白色衣服最防晒,实则不然。专家提醒,同等面料下,红色衣服防晒效果优于黑色和浅色,同时宽松衣物比贴身款更防晒,头皮防晒也要重视。

穿红色比白色更能防晒

随着高温天气持续来袭,街头不少市民穿着浅色衣物出行,大多认为白色清爽又防晒,但这其实是个误区。南京市职业病防治院副主任医师张扬明确表示,在同等面料条件下,颜色越深的衣服防晒效果越好,其中红色优于黑色,黑色优于橘色。

张扬介绍,深色衣服能大量吸收日光中的紫外线,减少紫外线对皮肤的伤害;而浅色衣物虽然体感更凉快,受到的热辐射相对较少,但透光性强,对紫外线的阻隔作用微弱,不适合长时间在骄阳下暴露。网络上相关实验也显示,正午高温时段,穿红色衣物的皮肤表面温度虽略高,但紫外线阻隔率比白色衣物高出30%以上。尤其是在户外工作、遛娃、运动等长时间暴露在阳光下的场景,红色衣物的防晒优势更为明显。

张扬提醒大家,选购夏日衣物时,可优先选择红色、深色的宽松款,兼顾防晒与舒适;若选择棉质衣物,建议搭配遮阳伞、太阳镜等防晒装备,双重防护更稳妥。

头皮防晒可别忽略了

高温防晒中,很多人会做好脸部、手臂的防护,却往往忽略了头皮。张扬提醒,头皮皮肤娇嫩,且长期暴露在阳光下,紫外线照射会导致头皮发红、瘙痒,甚至损伤发根,加速头发干枯、脱落,需格外注意防护。

关于头皮防晒,张扬给出两种实用方式:软防晒可使用头皮防晒喷雾,能直接阻隔紫外线,但不足是每次使用后需要洗头;硬防晒则是更便捷的选择,戴宽檐帽、打遮阳伞,或是穿带帽子的防晒衣,都能有效遮挡头皮,防晒效果更持久。

此外,张扬还建议,高温天气尽量避开10点到16点紫外线最强、气温最高的时段出门;外出时除了做好衣物和头皮防护,还需携带防晒霜,及时补涂,全方位减少高温紫外线带来的伤害,安全、舒适度过夏日。

据央视

2026重庆中小微企业融资服务行动启航

20家机构组成服务团,金融精准滴灌直达实体

20家金融机构组成融资服务团、开展“3+N”场靶向融资对接活动、政策宣讲触达10万户中小微企业……近日,2026重庆中小微企业融资服务行动启动会暨首场融资对接会在北碚区举行,一系列融资服务措施“揭盖头”。按照目标,今年融资服务行动将促成中小微企业融资超千亿元,重点覆盖全市1万户中小微企业。

四大举措破解融资难题

记者获悉,2026重庆中小微企业融资服务行动(以下简称“行动”)由市委金融办、市发展改革委、市经济信息委、市财政局、市工商联联合主办,行动以“金融活水精准滴灌,创新服务赋能发展”为主题,时间贯穿2026年3月至12月。启动仪式上,主办单位系统阐释了行动破解中小微企业融资难题的核心路径与具体措施。

市委金融工委专职副书记金勇杰表示,2026年是“十五五”开局之年,做好中小微企业融资服务工作可从四方面着手。

他强调,今年的行动将持续深化融

资服务精准对接,着力增强产业链内生金融服务供给能力,帮助企业构建“融资—发展—再融资”的长效机制。

其次,将聚焦智能网联新能源汽车等“33618”现代制造业集群和数字经济等“416”科技创新布局,选择3至5个重点区县、10至15家商会协会为载体,针对重点产业、链主企业制定“一链一策”融资方案。

此外,今年的行动还将创新打造“金融惠企直通车”专题直播品牌,推动政策从“纸面”落到“地面”,确保企业对惠企政策应知尽知、应享尽享。

金勇杰说,行动亮相后,将充分发挥“渝金通”民营小微服务专区核心平台功能,打造“一站式”线上服务枢纽;同时用好全国融资信用服务平台(重庆站),推动政务、企业经营等各类数据与平台深度对接。

全年力争促成融资超千亿

根据行动目标,2026重庆中小微企业融资服务行动全年将力争触达10万户中小微企业、重点覆盖1万户企业、促成融资超1000亿元。

为确保这一目标得以实现,包括中国工商银行重庆市分行、中国农业银行重庆市分行、交通银行重庆市分行、重庆农村商业银行、重庆三峡银行、重庆市小微企业融资担保有限公司在内的20家金融机构集结组建市级融资服务团,累计提供高达3670亿元的意向授信(担保)“总盘子”。全年“3+N”场靶向政策宣讲与融资对接活动将持续走进区县、园区、企业。

合力打通融资“最后一公里”

“通过前期调查我们发现,很多有融资需求的企业家,对最新的政策措施不够熟悉。”行动主办方表示,为推动惠企政策从“纸面”落到“地面”,破解“政策信息不对称”这一融资痛点,在行动下沉区县举办融资对接会的过程中,主办单位也将派出专人现场解读政策。

在启动会上,市经济信息委融资服务处处长强华松重点解读了“技改专项贷”系列政策。

市财政局金融处一级主任科员杜婧重点解读了财政金融协同促内需一

与其迷信“护腰神器” 不如每半小时起身活动一下

网络热销的护腰坐垫被商家称为“护腰神器”,宣称能实现久坐不累、矫正坐姿。首都医科大学宣武医院等权威专家指出,护腰坐垫仅为辅助工具,无法消除久坐危害,反而可能增加椎间盘压力,且并非适合所有人。与其依赖“神器”,不如养成每半小时起身活动的习惯,这比任何护腰产品都更有效。

护腰坐垫真能久坐不累吗

眼下打开各大电商平台,各类护腰坐垫琳琅满目,月销量动辄数万件,成为办公族、学生和长途司机的“新宠”。商家宣传语极具吸引力:“预防驼背”“矫正坐姿”“改善腰椎间盘突出”,甚至有带按摩功能的款式声称能“深层渗透肌群”,让使用者“久坐不累”。这些产品多由硅胶、海绵、塑料等材料制成,主打背部支撑、腰部环绕支撑和臀部回弹支撑等功能。

“‘久坐不累’本身就是个伪概念。”首都医科大学宣武医院骨科主任鲁世保直言不讳,“久坐超过30分钟就可能引发身体不适,护腰坐垫只能延迟疲劳感的产生,无法从根本上解决久坐带来的脊柱问题”。他进一步解释,靠垫虽能维持腰膝前突角度让人感觉舒适,但会使腰部肌肉放松,压力转移到椎间盘上,反而增加椎间盘损伤风险,“虽然靠垫感觉舒服了,但椎间盘的压力在增大,久坐后椎间盘就会有损伤”。

记者调查发现,不少消费者使用后反映,护腰坐垫确实能缓解腰部酸胀,但长期依赖反而让人更不愿起身活动,部分人甚至出现腰肌劳损加重的情况。广东人民医院一项研究显示,市面上约45%的“人体工学设计”产品无法正确匹配腰椎曲

度,使用超过两小时可能造成坐骨神经压迫。世界卫生组织发布的久坐危害报告也明确,每日久坐超6小时者,无论使用何种坐垫,椎间盘突出风险较常人仍高出2.3倍。

这些人用护腰坐垫要谨慎

护腰坐垫并非人人适用,不同材质和结构的产品适配人群差异明显。软质坐垫(硅胶、海绵)能均匀分散压力,适合久坐办公族缓解硬面不适,但仅能放松,无法矫正坐姿;硬质坐垫(塑料)支撑力强,却舒适度差,不当使用可能增加腰部不适。

医务人员特别提醒,腰椎间盘突出急性期患者、腰部肌肉严重萎缩者、脊柱侧弯人群使用护腰坐垫需谨慎,可能加重病情。同时,市场产品结构单一,难以适配不同身高体重人群,盲目使用反而可能导致坐姿

