

习近平同奥地利总统范德贝伦互致贺电

新华社北京5月28日电 5月28日,国家主席习近平同奥地利总统范德贝伦互致贺电,庆祝两国建交55周年。

习近平指出,建交55年来,中奥关系栉风沐雨,保持健康稳定发展。2018年,我同范德贝伦总统共同确立中奥友好战略合作伙伴关系新定位,开启双边关系发展新阶段。去年5月,新一对“熊猫使者”亮相维也纳,进一步深化两国人民友好情谊。当前,国际形势变乱交织,中奥两国作为世界和平的促进者、多边主义的支持者、自由贸易的维护者,更应共同坚持互尊互信、开放包容、合作共赢。我高度重视中奥关系发展,愿同范德贝伦总统一道努力,以庆祝建交55周年为契机,推动中奥关系迈上新台阶,为世界和平与发展作出更大贡献。

范德贝伦表示,2018年我对华进行国事访问,同主席先生一道将两国关系提升为友好战略合作伙伴关系,这对双边关系具有重大里程碑意义。过去55年间,中奥两国合作持续深化,人文、教育、科研、文化、经济等各领域交往频繁,双边友好基础不断夯实。当前国际形势动荡不安,奥中保持广泛联系、共同维护稳定、增进理解尤显重要。希望双方共同努力推动双边关系不断深入发展、提质升级。

习近平同苏里南总统西蒙斯互致贺电

新华社北京5月28日电 5月28日,国家主席习近平同苏里南总统西蒙斯互致贺电,庆祝两国建交50周年。

习近平指出,中苏友谊源远流长、历久弥坚。半个世纪以来,双方始终相互尊重、平等相待,在涉及彼此核心利益和重大关切问题上坚定相互支持,持续深化互利合作,为两国人民带来实实在在的福祉。我高度重视中苏关系发展,愿同西蒙斯总统一道努力,以两国建交50周年为新起点,增进战略互信,赓续传统友谊,推动各领域务实合作取得更多成果,共同书写中苏战略合作伙伴关系新篇章。

西蒙斯表示,建交50年来,苏中关系持续深入发展,两国友谊牢固深厚,战略合作日益紧密。我十分珍视两国在各领域合作的丰硕成果,展望下一个50年,期待双方进一步增进团结、深化和拓展合作,实现繁荣发展的共同愿景。

习近平总书记关切事

家门口的银发安康

新华社记者 王永前 吴振东

养老既是“家事”,也是“国事”。习近平总书记多次强调,“一个社会幸福不幸福,很重要看老年人幸福不幸福”“我们要在全社会大力提倡尊敬老人、关爱老人、赡养老人,大力发展老龄事业,让所有老年人都能有一个幸福美满的晚年”。

近年来,各级党委政府加快推进养老事业多元化、多样化发展,不断满足老年人对美好生活的新期待,让“老有所养”落在一个个看得见、摸得着的温暖细节里。

守护朝夕安康

早上8点刚过,73岁的贾齐正老人走出家门,穿过花繁叶茂的和平公园,来到上海市虹口区市民驿站嘉兴路街道第一分站,开启了一天的充实生活。

“阿婆,这么早就来‘上学’啦?”站内日间照料中心负责人张春上前招呼道。“今天有健康课,我可要认真听讲的。”贾阿婆乐呵呵地说。

走进日间照料中心,墙上挂着老人们创作的书画,矮架上是老人们手栽的绿植、制作的各类手工,整齐放置的几张课桌椅,让这里颇有些“学堂”的味道。

“我‘入托’快了一年了,天天都想来。”贾阿婆说,“这里有专业的照护、丰富多彩的课程,‘老同学’们也友爱互助,就像回到了小时候。”

上午10点,嘉兴路街道社区卫生服务中心全科医生黄燕为老人们带来“大肠癌的预防”健康课,她语速缓慢,不时和老人互动交流。

黄燕介绍,健康课每月至少开展一次,内容紧贴老年人实际需求。每期主题由驿站与社区卫生服务中心根据老年人体检数据共同确定,确保知识传递与长辈们的健康状态精准匹配。此外,专业团队还开发了体脑协同游戏、“翩翩扇舞”等适老化课程,在科学指导下融入趣味与温度。

2018年11月6日,习近平总书记来到此处分站,逐一察看综合服务窗口、托老所、党建工作站等。总书记指出,我国已经进入老龄化社会,让老年人老有所养、生活幸福、健康长寿是我们的共同愿望。党中央高度重视养老服务,要把政策落实到位,惠及更多老年人。

牢记总书记的嘱托,嘉兴路街道以市民驿站第一分站为样板,近年来扩建、新建多个养老服务载体,实现“15分钟养老服务圈”全覆盖,同时重点关注社区高龄、失能、独居老人,拓展助餐上门、家庭照护床位、紧急救援等服务项目,为他们提供全方位、全天候的安全守护与生活照料。

上海是我国人口老龄化程度最深的城市之一,户籍人口中60岁及以上老年人口占比近四成,其中大部分老人青睐居家养老。目前正在全市推广的家庭照护床位服务,将养老机构的专业照护服务延伸到家中,受到老年人与亲属的普遍欢迎。

“十五五”开局之年,上海稳步推进养老服务领域民生工程和为民办实事项目建设,包括改建2000张认知障碍照护床位、新增200个家门口养老服务站、全面落实“颐美乡村”养老服务提升计划等重点工程,持续强化养老服务的普惠、均衡、可及。

丰盈晚年时光

午后明媚阳光下,北京市西城区“吾老·新街”养老服务街区暖意融融。位于街区的银龄老年公寓内,81岁的王国栋老先生端坐书桌前泼墨挥毫,一幅山水画跃然纸上。一天三次到公寓后花园散步,每天坚持绘画,经常参加公寓和街道组织的活动……王老的一天安排得井井有条。

“生活越来越好,养老也不光是‘养’了,更让我们有了享受多彩人生的机会,我们要活出中国老人的精气神!”王老说话中气十足。

“吾老·新街”所在的新街口街道,60岁以上老人超过2万人,高龄、独居老人不在少数。近年来,街区通

过无障碍和适老化改造,建成街道综合文化中心、老年公寓、街道食堂、养老服务驿站等服务单位,让老年人在家门口就能享受到“医、养、学、乐、为”等多样化服务。

今年2月10日,习近平总书记来到此处街区考察时指出,各级党委和政府要统筹各类资源,推动养老服务扩容提质、持续发展,努力为老年人安享幸福晚年创造更好条件。

毗邻银龄老年公寓的新街口街道综合文化中心,是辖区居民的阅读空间,也是长者休闲娱乐、慢享生活的乐园。中心一层的图书馆,藏书5万多册,由西城区图书馆定期更新,按文化、自然科学、社会科学三类划分,以红、蓝、绿三色清晰标注,方便老人查找。“我们年纪大了眼神不好,这些安排太贴心了。”常来阅读的张阿姨笑着说。

新街口街道相关负责人表示,通过入户调研摸清老人需求,整合辖区商户资源提供适老服务,街区养老服务驿站推出政策咨询、老年学堂、健康咨询等一站式服务,真正实现了老人们“吃饭香、有陪伴、能玩乐、得安心”的生活愿景。

多元共治、多方参与,让“吾老·新街”养老服务街区拥有可持续发展的活力。在北京,这样的便民服务生态正不断复制。数据显示,全市已建成155家区域养老服务中心,累计整合链接养老驿站452家、专业服务商1171家,为老年人提供助餐、托养、居家养老、医养结合等养老服务。

绽放银发光彩

从老有所养到老有所为,是增进老年人福祉、实现人生更高价值的应有之义。

“一根蒲草绕几绕,一个屏风就成形。在家门口的工作,收入稳定,花自己的钱,腰杆都硬气。”在山东省东营市垦利区董集镇杨庙社区金岸草编合作社,刘爱英大娘手脚麻利,

脸上漾着喜悦。

“社区里不少老人身体硬朗,闲不住,却因年龄、技能所限,难以找到合适的社会参与渠道。‘让老年人老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安’是总书记的殷切嘱托。”社区党委书记张荣说,为此,社区积极搭建平台、创造机会,帮助这些老人实现“家门口”的社会参与和价值创造。

杨庙社区是为改善黄河原蓄滞洪区群众生产生活条件新建的新型社区,覆盖沿黄河大坝11个房台村。2021年10月21日,习近平总书记来到这里,走进便民服务中心、老年人餐厅,草编加工合作社,详细询问社区加强基层党建、开展便民服务、促进群众增收等情况。总书记叮嘱,努力把社区建设成为人民群众的幸福家园。

由社区党委领办的草编合作社,专门吸纳老年居民就近就业。社区负责提供场地、奖补资金、技术培训,工作人员全程负责原料采购、技术指导,产品回收,老人只需专心编织,不用操心销路和成本。手脚麻利的老人每月能赚1200元,即便慢一点的也能有500多元稳定收入,既能贴补生活,又能交友解闷。

除了草编,社区还盘活沿黄土地资源,打造农业产业示范带,为身体条件较好的老人提供大棚管护、果蔬分拣等轻体力岗位。能就业、有钱挣,让老人们的晚年生活更有底气、更有尊严。

在北京,新街口街道鼓励身体好的老人用社区志愿服务积分兑换商品或服务,支持他们积极参与社区事;上海嘉兴路街道推出“老伙伴计划”,低龄老人志愿者与高龄老人结对,提供贴心的家庭互助服务。老年志愿者们助力社区建设过程中,实现自我价值,绽放精彩晚年。

从专业照护到精神滋养,从就业增收到相守互助,百姓家门口的一处处为老服务小站点,织就了覆盖城乡的银龄守护网,绘就出亿万老人的幸福“夕阳红”。

(新华社北京5月28日电)

神舟二十一号和神舟二十三号航天员乘组完成在轨交接

新华社酒泉5月28日电 (记者李国利、刘一诺)5月28日,神舟二十一号和神舟二十三号航天员乘组进行交接仪式,两个乘组移交了中国空间站的钥匙。

据中国载人航天工程办公室介绍,

截至目前,神舟二十一号航天员乘组已完成全部既定任务,将于近日乘坐神舟二十二号载人飞船返回东风着陆场。

目前,着陆场及各参试系统正在紧锣密鼓做好迎接航天员回家的各项准备。

法律法规电子文件国家标准将于9月1日实施

新华社北京5月28日电 (记者孙鹏程)记者5月28日从全国人大常委会办公厅举行的“法律法规电子文件国家标准”宣传贯彻实施座谈会上了解到,由全国人大常委会办公厅牵头编制的法律法规电子文件三项国家标准近期由国家市场监督管理总局(国家标准化管理委员会)正式批准发布,将于2026年9月1日正式实施。

据介绍,当前,社会公众对法律法规信息查询、获取、使用的便利性、权威性、可靠性要求越来越高,随着电子文件大量产生、快速流转,篡改、丢失、泄露等风险隐患也逐渐凸显。编制法律法规电子文件国家标准,是贯彻落实党中央重大决策部署的必然要求,是维护国家法制统一、尊严、权威的重要保障。三项国家标准的编制工作历经三年多的时间,由全国人大常委会信息中心具体组织实施,15个部门共同参与。

这三项国家标准旨在统一法律法规电子文件的页面格式、文件结构、系统接口等,实现法律法规电子文件的规范生成、有序管理、高效交换,填补了我国法律法规电子文件领域国家标准的空白,标志着法律法规电子文件管理工作迈入标准化、规范化、体系化的新阶段,对于提升法律法规事务办理、信息共享、社会公众服务效能,推动全面依法治国数字化、智能化具有重要意义。

农发行已先期安排1500亿元备战夏粮收购

新华社北京5月28日电 (记者刘羽佳)记者28日从中国农业发展银行获悉,随着夏粮旺季收购即将启动,农发行已先期安排夏粮收购资金1500亿元,后续将根据收购需求随时调配资金,全力保障夏收资金供应,确保农民“粮出手,钱到手”。

据介绍,农发行积极对接国家粮储局、中储粮集团等机构,提前组织夏粮生产与市场摸底、研判市场资金需求,积极筹措夏粮收购信贷资金,充分发挥粮食收储资金供应主渠道地位。

同时,农发行及时出台有关配套政策,对粮油市场化购销贷款实行减费让利,给予定价优惠支持;提供差异化信贷政策,满足客户多元化需求。

此外,农发行派出多个调研组至河南、湖北等夏粮省开展调研,充分了解各省本年新形势新情况,结合当地市场行情做好最低收购价预案启动或不启动两手安排;对易因灾情等原因出现区域性卖粮难问题的地区,做好配合地方政府出台收购应急预案的工作准备。

商务部：入汛以来全国生活必需品市场运行平稳、供应充足

新华社北京5月28日电 (记者谢希瑶、何晓)商务部新闻发言人何亚东28日在例行新闻发布会上介绍,今年入汛以来,我国南方多地出现强降雨,引发暴雨洪涝灾害。商务部加大生活必需品货源组织力度,调度受灾地区及周边重点保供企业库存,全力保障居民生活必需品供应。目前,全国生活必需品市场运行平稳、供应充足。

何亚东说,重庆市商务委、湖南省商务厅组织当地重点保供企业向受灾地区调运生活必需品,满足人民群众需求;贵州省商务厅调度掌握127家重点保供企业库存情况,派出工作组赴一线协调物资调运;湖北省商务厅组织159家重点保供企业增加库存备货,保障市场供应不脱销、不断档。



多彩活动迎“六一”

“六一”国际儿童节临近,孩子们参加丰富多彩的活动,迎接属于自己的节日。

◀5月26日,河南省焦作市博爱县县直幼儿园儿童在表演节目。
新华社发(程全摄)

▼5月28日,在山东省高密市金苹果幼儿园,孩子们玩泡泡游戏。
新华社发(李海涛摄)



高考冲刺期,这些“开挂饮食”管用吗

新华社记者 黄筱 龚雯

精力充沛的错觉,过量饮用对孩子身体发育不利,可能会引发心慌、手抖、尿频,严重影响考场发挥和后续睡眠。

声称“益智类”,包括鱼油、补脑液等保健食品。浙江大学医学院附属儿童医院临床营养科主任医师马鸣说:“鱼油需长期规律补充才可能对认知有益,非短期突击用;补脑液并非促进提升智力,是让过度亢奋的神经‘镇静’下来,若不辨体质滥用,可能会白天嗜睡、昏沉,得不偿失。”

专家提到,保健食品仅用于调节机体功能、提高抵抗力,不能治疗疾病更不是“神药”,同时还要注意可能出现过敏和胃肠道反应。所以家长和考生一定要破除“补脑迷信”,根据自身情况,仔细对照相关产品包装上的备案功能选择。

此外,记者在社交平台上看到,一些博主分享服用镁剂、复合B族维生素等产生的效果,让考生家长频频跟风“种草”。

专家介绍,以复合B族维生素为例,它作为辅酶参与能量代谢,对神经功能很重要,压力大时身体消耗会

增加,适量补充确有一定帮助。“它像润滑油,而不是汽油,能让机器运转顺畅些,但不能让1.5L的发动机输出2.0T的马力。”冯一形象比喻。

考前饮食营养的本质是帮助孩子把体力、情绪、注意力和消化状态维持在一个稳定区间,家长真正要做的,不是想办法“让孩子突然变强”,而是尽量别让饮食成为拖累,把家里菜单安排得有规律,把早餐准备扎实,把花哨饮食收一收,把“补”换成“稳”,这才是有效而现实可行的营养支持。

西湖大学医学院附属杭州市第一人民医院消化内科副主任医师杨晶提醒,考前饮食的关键不是“猛补”,而是“稳”。规律三餐、清淡家常,不盲目尝鲜,不暴饮暴食,才是帮孩子保持专注力、守护好状态的最佳饮食方案,比任何高价补品都实在。

“需要提醒的是,有些孩子平时就有胃食管反流、功能性腹痛、肠易激、乳糖不耐受或易腹泻等情况,对这类学生来说,考前营养的关键不是追求‘更高级’,而是尽量减少刺激因素。”杨晶说。

对于“多吃主食会犯困”等认识误区,专家也做出解释。“考前不吃或少吃主食”是谬误,主食摄入不足会导致注意力涣散、记忆力下降,正确做法是选低血糖生成指数的复合碳水,如燕麦、糙米饭、全麦面包。主食搭配足量蔬菜和优质蛋白能延缓血糖上升速度,提供持续稳定能量,真正实现“抗饿又醒脑”。

此外,肠道被称为“第二大脑”,管理肠道就是管理情绪和免疫力。马鸣提醒,考前适量摄入无糖酸奶、新鲜蔬菜水果,增加肠道膳食纤维和益生菌,有助于维持肠道通畅和菌群平衡,通过“脑肠轴”调节情绪和压力感受。

受访专家表示,家庭氛围其实是最好的“营养素”。饭桌上不问复习进度,不谈目标大学,聊点轻松的趣闻,平静、支持性的家庭关系,是缓解考生焦虑、保障身心健康最有效的“超级营养素”。

“我们不追求‘开挂饮食’,而是通过科学、平和的生活方式,让身体这座‘精密大厦’在关键时刻稳定输出。”冯一说。
(新华社北京5月28日电)