

全力推动经济运行整体好转

——从地方两会看稳增长新举措

近期,各地两会密集召开。2023年经济增速目标怎么定,各地稳增长有哪些新举措,引发广泛关注。

中央经济工作会议提出,2023年要坚持稳字当头、稳中求进。“推动经济运行整体好转”。记者在地方两会上采访发现,落实中央经济工作会议精神,各地着力促进经济平稳健康发展,在投资、消费、出口、创新驱动等方面提出了一系列新举措。会场内外,信心在传递,活力在涌动。

稳中求进 提振市场信心

作为全国经济中心城市,2023年,上海GDP预期增长5.5%以上。上海市两会上,不少代表委员认为,这一个“跳一跳”才能实现的目标,有利于在发展中优化结构、化解风险。

2023年,广东预期地区生产总值增长5%以上。在广东省政协委员、广东亚太创新经济研究院理事长李志坚看来,这既考虑到广东推进高质量发展的空间潜力,又考虑到了当前外部环境和诸多现实条件。

黑龙江省2023年地区生产总值预期增长6%左右。“新的一年,我们面临的挑战依然艰巨,在稳住市场主体、招商引资等一些关键领域仍有较大提升空间。”黑龙江省人大代表、哈尔滨市宾县县长赵洪臣说。

2023年,重庆GDP预期增长6%以上,争取实现更好的结果。“有利于

释放积极信号、提振市场信心。”重庆市人大代表、重庆华森制药股份有限公司董事长游洪涛说。

湖南省2023年目标为地区生产总值增长6.5%左右。2023年,陕西省地区生产总值增长预期目标为5.5%左右。

陕西省人大代表、西安市发展和改革委员会主任李西宁感到,2023年的发展预期目标任务既符合实际,又催人奋进。

稳中求进 内外需齐发力

站在新的起跑线上,各地牢牢把握中央经济工作会议精神,扩内需、促消费、抓项目、强外贸……力争迈好第一步,见到新气象。

国内市场消费潜力愈加显现。刚刚过去的元旦小长假期间,外滩、豫园、南京路等上海知名商圈再次出现“大排长龙”的现象,城市更新地标张园业态聚焦首发、首秀、首店,人气不断走高。

“上海市政府工作报告提出,2023年要把恢复和扩大消费摆在优先位置。春节期间,张园还将进一步营造节日商业游园氛围,激发消费新动能。”上海市人大代表、上海静安置业(集团)有限公司董事长时筠仑说。

广东省政协委员、广州市正佳科技服务集团有限公司董事长谢萌还建议,政企联动共同推动智慧商圈公共

服务平台建设,打造多元智慧新场景,创新体验型购物新模式,为消费者提供便捷、舒适、多元化的服务。

湖南提出,2023年要力争实现进出口总额、实际利用外资、实际到位内资“三个10%”的增长目标。新年伊始,位于长沙市高新区的威胜集团有限公司厂房内已开足马力,生产一批批出口到欧洲和南美的智能电表。

湖南省人大代表、威胜集团有限公司副总裁吕新伟说,2023年还将通过技术创新,以优质的产品不断扩大国内和国际市场份额。

新的一年,各地都关注重大工程“挑大梁、担重任”。“扩大投资,抓好重大项目,是扩内需、稳增长的有效举措。”陕西省人大代表、陕西建工控股集团董事长张义光说。陕西省提出,2023年安排省级重点项目640个,年度计划投资4804亿元,力争固定资产投资增长8%左右。

真抓实干 把“规划图”变成“施工图”

各地两会上,“提振信心”是共同的关键词,代表委员们表示,新的一年将继续狠抓落实,全力把“规划图”变成“施工图”。

在各地的稳增长举措中,激发市场的内在活力是重要一环。上海提出,狠抓助企纾困政策落地见效,开展消费减负系列行动、中小企业质量提

升帮扶行动等。“以政策的确定性对冲外部环境的不确定性,实实在在的政策表明政府提振市场的决心,也给予了企业发展的信心。”上海市人大代表、上海艾能电力工程有限公司董事长朱柯丁说。

“民营企业乘势而上实现发展壮大,将成为黑龙江振兴发展的‘加分器’。”黑龙江省人大代表、北大仓集团有限公司总裁隋照凤建议,应在培育“小巨人”企业上加大力度,建立“专精特新”种子企业库,鼓励中小企业加大研发和投入技改力度。

重庆提出,高水平建设西部(重庆)科学城等一系列创新高地,重庆市人大代表、西南大学校长张卫国从看到了机遇和挑战。学校将着力推进有组织科研,争取在打造高能级创新平台、强化关键核心技术攻关上取得更大突破。

聚焦高质量发展,湖南省人大代表、株洲市市长陈恢清将目光投向城乡统筹领域。“2023年,我们要大力推进长株潭都市圈建设,深化湘赣边区域合作,打造宜居智慧韧性城市,为高质量发展增添新动力。”

李西宁说,西安市将全力抓好重点项目建设、加强都市圈合作等方面的工作,通过强力抓项目扩投资等措施,为陕西稳增长提供有力支撑。

(新华社北京1月15日电 记者郭敬丹、周颖、刘芳洲、杨思琪、周闻颖、许祖华)

中宣部、中央文明办开展慰问帮扶全国道德模范活动

新华社北京1月15日电 2023年新春佳节来临之际,中宣部、中央文明办组织开展慰问帮扶全国道德模范活动,彰显党和国家对道德模范的关心关爱,推动全社会尊崇礼遇道德模范,营造崇德向善、见贤思齐的浓厚氛围。

近日,中宣部、中央文明办安排专项资金,委托相关省级文明办登门看望慰问25个省(区、市)和新疆生产建设兵团59名生活困难的全国道德模范及其家属,转达中央领导同志的亲切问候,送上慰问帮扶资金和新春祝福,详细了解他们的工作生活情况,叮嘱他们保重身体,勉励他们继续发挥榜样示范作用,始终做崇高道德的践行者、文明风尚的维护者、美好生活的创造者。

慰问帮扶的全国道德模范,有坚持自主创新、科技报国,带领团队创建智慧港口建设运营“中国方案”、打造全球港航业中国样本的党的二十大代表张连钢;有继承父辈优良传统,近四十年如一日防沙治沙,在腾格里沙漠建起绿色屏障的“当代愚

公”郭万刚;有身残志坚、自立自强,用奋斗创造幸福生活,书写“踏出脱贫路、撑起半边天”感人故事的张顺东、李国秀夫妇……慰问组还看望慰问了部分去世的全国道德模范家属,有在革命战争年代冲锋陷阵,在和平建设时期深藏功名,扎根偏远艰苦地区为民造福、奉献一生的老兵张富清的家属;有倾情投入祖国电力建设,参与抢险排险4万余次、行程16万公里,守护万家灯火的电力工人赵庆祥的家属。道德模范们纷纷表示,感谢党和国家的关怀,一定谦虚谨慎、再接再厉,不忘初心、不负众望,向社会传播真善美、传递正能量,带动影响更多人建功新时代、奋进新征程。

据悉,近些年来,中宣部、中央文明办在春节前共慰问帮扶全国道德模范390多人次。各地也广泛开展走访慰问道德模范活动,通过政策保障、资金支持、社会捐助、志愿服务等方式,落实关爱帮扶措施,切实解决实际困难,彰显好人好报、德者受尊的鲜明导向。



新春送“福”进社区

1月16日,在广西南宁市西乡塘区新阳街道永和村,书法爱好者在为群众写春联。

连日来,广西南宁市西乡塘区开展“迎新春 写福字 送祝福”活动,组织一批书法爱好者深入辖区多个行政村和社区,免费为群众书写赠送新春对联和福字,欢欢喜喜迎新年。

新华社记者 陆波岸 摄

春运以来交通安全风险隐患增多 公安部发出安全提示

新华社北京1月15日电(记者任沁沁) 2023年春运启动以来,各地交通流量特别是主干公路流量大幅增长,交通安全风险隐患也随之增多。公安部提示广大驾驶人,安全是回家最近的路,驾车出行务必注意交通安全,驾车集中精力,疲劳及时休息。

当前正值节前返乡高峰,交通

流量大。近日,宁夏、云南、福建、安徽、重庆、陕西等地接连发生一次死亡3人以上的道路交通事故。

公安部提示广大驾驶人,要提前了解交通路况、天气预报,合理规划出行路线和出行时间,尽可能避开拥堵路段和雾天、雪天等恶劣天气时段,遇恶劣天气一定要注意降低车速、保持好车距。

驾驶人应谨慎评估自身健康状况,若身体出现不适,一定要暂缓驾车出行。驾车时要集中精力,不超速行驶,不分心驾驶,不接打手机、捡拾物品。遇拥堵缓行路段要依次排队通行,不要加塞抢行,避免因秩序混乱、刮擦增多加剧拥堵。驾乘车辆要全程全员系好安全带,连续驾驶时间不要超过4个小时,每次停

车休息时间不少于20分钟,行车途中感到疲劳困倦要及时停车休息。

春节期间亲朋好友聚会,要时刻谨记“开车不喝酒、喝酒不开车”,切勿酒后驾驶。大客车、大货车等营运车辆驾驶员及运输企业不能只顾效益、忽视安全,不得超速、超载、超员、疲劳驾驶,严防造成群死群伤事故。

焦虑会引发什么身体症状?



我们倾向于认为焦虑是一种会引发不安、担心、恐惧、压力和恐慌等情绪的状况。然而,重要的是要明白,焦虑症实际上是一种健康状况,也会导致身体症状。

焦虑的身体症状包括出汗、呼吸急促、心率加快、肌肉紧张、恶心和其他消化问题。

每个人都有不同的症状。**1. 焦虑的身体症状** 逃跑、战斗或冻结反应 焦虑导致身体激活交感神经系统,该系统负责我们对威胁的战斗、逃跑或冻结反应。

恶心和焦虑 在一个方向上,大脑可以激发肠道对想法和情绪的反应。另一方面,肠道会在大脑的情感和认知中心引发反应。基本上,焦虑的想法和情绪会影响消化功能,同样,消化功能也会影响我们的情绪和思维。因此,人们在焦虑时经常会感到熟悉的胃痛或恶心。反过来,恶心会加重焦虑。

缓解恶心的小窍门 如果你的焦虑导致你感到恶心,这里有一些方法可以帮助你缓解恶心: 喝点冷饮,如冰水、果汁或苏打水。避免含咖啡因的饮料。

躺下或以舒适的姿势坐着。避免突然的运动,因为它们会让你更容易呕吐。

2. 治疗选择和应对策略 一些治疗方案和应对策略,可以帮助你应对焦虑和随之而来的恶心: 催眠疗法:这是一种专门治疗恶心和其他胃肠道问题的方法。它包括让你自己沉浸在一种深度放松的临床催眠状态中,你仍然有意识和控制你的行为。

呼吸练习:如横膈膜呼吸,可以帮助身体减少焦虑并恢复到休息状态。这些运动可以降低心率和血压,减少压力荷尔蒙。

焦虑是一种健康状况,可导致严重的身体和心理症状。恶心是焦虑的身体症状之一,很难应对,而且会加重你的焦虑。

然而,从长远来看,采取措施治疗焦虑和随之而来的恶心是很重要的。向心理健康专家寻求帮助,寻求治疗方案和应对策略,以解决你的焦虑,预防或控制恶心。

乌海市精神卫生中心
乌海市疾病预防控制中心
乌海市卫生健康宣传教育中心
乌海市海勃湾区疾病预防控制中心

关于双录和新单回访的风险提示

落实“双录”给双方以保障

为规范保险销售行为,切实保护消费者合法权益,银保监会出台了保险销售行为可回溯、金融机构销售“双录”等规定。

保险公司在销售过程中要通过录音、录像等技术手段采集保险销售过程中的视听资料、电子数据等,从而实现记录和保存保险产品销售过程关键环节的目的,进一步实现销售行为可回放、重要信息可查询、问题责任可确认,在一定程度上可降低保险销售误导行为。

中国人寿提示广大保险消费者:销售行为可回溯等行为是对销售人员的监督,督促销售人员合规销售、如实告知,消费者应积极配合。

配合回访以明确保险内容

中国银保监会发布的《人身保险业务基本服务规定》中明确要求保险公司对投保人为个人且合同期限超过一年的人身保险新单业务进行回访。

回访内容包括:确认受访人是否为投保人;确认投保人是否购买了保险产品;投保人和被保险人是否亲笔签名;确认投保人是否阅读并理解产品说明书和投保提

示内容;确认投保人是否知悉保险责任、责任免除和保险期间;确认投保人是否知悉退保可能受到的损失;确认投保人是否知悉犹豫期的起算时间、期间和享有的权利;采用期缴方式的,要确认投保是否了解缴费期间和缴费频率;针对分红保险产品,确认投保人是否知悉红利金额不确定;针对万能型保险产品,确认投保人是否知悉超过最低保证利率的收益不确定;是否知悉费用扣除项目、扣除金额和比例等。

目前保险公司提供的新单回访形式包括电话回访及电子化自助回访。

中国人寿提示广大保险消费者:新单回访是为了让消费者在投保后再次充分了解保险产品,以便进一步确认自己投保的产品是否符合自己的需求。消费者应认真回答新单回访的各项问题,如有不清楚之处应及时阅读合同,或向保险公司咨询,切实维护自己的合法权益。



遗失声明

●因不慎将赵文浩的出生医学证明遗失,编号:T150097867,性别:男,出生时间:2019年12月23日,声明作废。

●因不慎将内蒙古北源商贸有限公司工会委员会法人资格证书遗失,编号:81150302MC7275609C,声明作废。

便民服务电话

报警电话

匪警110

火警119

交通事故报警122

急救中心120

医疗服务电话

市人民医院急诊:

2044105

乌海市蒙医中医医院

急诊:

6987120

市樱花医院急诊:

2017120

监督投诉举报电话:

12345

通信服务电话

中国移动客户服务

热线:10086

便民信息港

出租房屋
市二中附近楼房一处,三楼,102平方米,拎包入住,今年暖气费已交。
联系人:小芳
联系电话:15848326788 15048141718

租售房屋
乌达民乐购物中心一楼副食环岛,22.86平方米,客源固定,价格面议。
联系电话:13847345315

出售房屋
通用时代广场B座6楼70平方米复式楼(住宅)欲出售,证件齐全,拎包入住,非诚勿扰。
联系电话:13904731606

出售房屋
滨河区宜化广场6楼137平方米,三室二厅二卫,南北通透,豪华装修,房屋整体中央空调,拎包入住。
联系电话:13171313310

出租商铺
黄河东街临街二楼176平方米,简装,长期出租。
联系电话:15604736788 文先生

出售商铺
位于海勃湾区盈泽元商厦3楼电梯口位置商铺出售,23.6平方米,售价32万元。
联系电话:15332738612 李女士

出售房屋
凤凰家居建材城(凤凰B区16号楼)17楼(顶楼),149平方米,三室两厅两卫,地下车位,售价100万元。中介勿扰!
联系电话:15394733003

出租
位于海勃湾依林A区西门对面有占地5亩的院落,可做停车场等,租金面议。
联系电话:18347355555

出租商铺
现有新华西街粮食局住宅楼下一处临街商铺,面积40.96平方米,紧临市中心几大商场,现对外出租,租金面议,非诚勿扰。联系电话:13245169731

出售房屋
京海城步梯(五楼)111平方米,三室两厅,家具等设施齐全,拎包入住。
联系电话:18047652126

出售房屋
海勃湾电力花园小区,紧临一中、四中、二小、一幼及蒙幼,五楼113平方米,设施齐全。
联系电话:18147327666

乌海金荣钢构彩板制品工程公司
承接设计:安装加工钢结构、储煤棚、厂房、临建办公室、防风网、轻钢造型、防盗门、窗户、设备制式、土建等工程。(集装箱房、市政围栏现货租售)
地址:乌海市机场路3km处(9号巷-2)
联系电话:0473-8888088 18847379888

超亮LED显示屏公司
代理:强力巨彩LED显示屏,大华拼接屏,全息投影,海信一体机广告机。
招聘业务员,待遇丰厚。
联系电话:15332736780

招聘
伟星管乌海运营中心诚招业务员10名,售后服务专员2名,工资面议。诚招海南区乌达区一级代理商各1名,销售产品丰富优势,公司政策辅助开拓市场优势。联系电话:18847393399 张

风帆蓄电池乌海总代理
风帆有限责任公司乌海地区指定代理商,负责风帆电瓶在乌海地区销售及售后,享受全国联保,拒绝假货,请从厂家授权代理商处进货。
联系电话:0473-6902885 15647381335 15647351015

专业刮腻子
专业刮腻子,价格合理。
联系电话:15504733148

出售房屋
现出售滨河领域小区楼房一套,139.16平方米六楼(总高六层)电梯楼。东邻运动公园,周围有八幼、十三幼、滨河小学等公共教育资源,蒙中医院、妇幼保健院等公共医疗覆盖,各种生活配套设施齐全,小区外圈有特长培训、健身场馆、大型超市等。
诚意者联系:13904735279

河北君维环保科技有限公司
玻璃钢缠绕储罐、复合塔器、脱硫塔、净化塔、管道、管件、格珊、桥架、污水池盖板,方形圆形冷却塔、冷却塔节水消雾技术及改造、填料更换、喷沙除锈、防腐衬里,各类大气、烟气环保治理工程。
联系电话:13904731908(乌海) 13932956158(河北)

烏海日报 面向广大读者 刊登商业广告、分类栏目广告 收费标准请咨询 0473-2028915