

承压而上，牢牢稳住就业基本盘

——首季中国经济一线调研报告之四

新华社记者 姜琳 陈露缘 黄浩苑

就业，一头连着宏观大势，一头连着万家灯火。

记者近日在多地采访看到，面对复杂局面，各地突出就业优先导向，相关部门加快出台稳岗政策，企业积极拓市场纳人才。各方全力应对外部环境和国内经济运行变化对就业的影响，牢牢稳住就业基本盘。

失业率稳中有降，新兴产业招聘需求激增

4月20日，200多家广东企事业单位携1.5万多个岗位，跨省到武汉招揽人才。这场“百万英才汇南粤”2025年N城联动春季招聘活动现场人头攒动，电子信息、智能制造、新能源等热门行业企业展台前排起了长队。

以产业带就业，以就业促产业。最新数据显示，一季度我国GDP同比增长5.4%，国民经济开局良好，就业形势总体稳定。全国城镇调查失业率平均值5.3%，其中3月份为5.2%，环比下降0.2个百分点。

“作为经济发展的重要晴雨表，就业市场数据印证了产业结构优化与新旧动能转换的持续推进，展现出我国经济在复杂环境中的发展韧性。”智联招聘负责人表示。

一季度，消费稳健增长带动生活服务类岗位需求显著提升。据智联招聘数据，在线生活服务、交通物流、养老看护和居民服务等行业招聘需求，同比分别增长43%、35%、17%和10%。

新兴产业就业活力迸发。从智联招聘数据看，一季度，工业自动化等领域的机械工程师、自动化工程师招聘需求同比分别增长40%、10%；算法工程师、机器学习岗位招聘需求同比分别增长44%、18%。

4月17日，腾讯宣布启动新的就业计划——三年内将新增2.8万个实习岗位并加大转化录用。

“在大模型加速落地的背景下，我们加大了人工智能、大数据、云计算等技术类岗位的招聘力度。2025年将引进1万名校招实习生，其中60%为技术人才。”腾讯公司高级副总裁、首席

首季中国经济观察

人才官吴丹表示。

华为2025年面向应届高校毕业生开放了AI工程师、算法工程师、软件开发工程师等60余类岗位，拟招1万余人，预计同比实现两位数增幅。

随着国际贸易环境波动加剧，今年以来，不少企业进一步加快多元布局。更多海外投资建厂和合作，激发了人才新需求。

“每天都接到用人单位打来要越南语专业学生的电话。”广西大学外国语学院就业辅导员柯威告诉记者，“今年越南语本科应届毕业生已有一半确定了去向，部分学生有2个以上企业伸出的就业‘橄榄枝’。”

柯威介绍，除机械、化工、新能源汽车、光伏等制造企业外，今年银行、会计事务所、物流等服务企业也增加了东南亚小语种人才招聘。

智联招聘数据也显示，一季度，企业招聘出海业务相关岗位数量同比增加14%，主要分布在东亚、东南亚国家。

政策加力扩围，进一步强化扩岗位促匹配

记者在调研中感受到，当前就业市场供需两端都在积极发力，有利因素不断显现。但就业总量压力依然不小，部分群体就业还存在一定困难。随着外部不利影响加深，一些企业面临经营和稳岗挑战。

相关部门加快谋划、全面部署，各地加强政策支持力度、加密组织招聘频次、加大稳岗扩岗范围，以一系列务实举措、细致服务扎实稳就业惠民生。

江苏苏州，直接对美出口比重约占20%。近期美国加征高额关税，给苏州外贸企业特别是一些中小企业带来不小的挑战。

苏州常熟市莱弗莉家纺有限公司有170多名员工，主要生产毛毯并销往欧美市场，近期订单出现下滑。

“员工是企业的宝贵财富，关联着上百个家庭。现在愿意留下一起共渡

难关的，都包吃包住并保障基本工资发放。”公司负责人张士理说，“我们正在加大内销，政府也在帮忙想办法，包括对接采购等，争取早点突围。”

据了解，苏州市政府正开展专项行动为企业解困，并加快落实失业保险稳岗返还政策，采取“免申即享”“直补快办”等方式，支持外贸企业减负稳岗。

约1.9亿户经营主体，是稳住就业基本盘的关键。

北京对招用失业半年以上人员、脱贫人口的企业，给予税收优惠；四川对4月至9月招用新成长劳动力的企业，按每人1000元给予招工成本补贴；重庆提出今年提供1万个免费创业工位，资助100个优质创业项目……

今年以来，各地在继续实施阶段扩岗补助政策基础上，还因地制宜、创新举措，进一步扩大企业吸纳就业的补贴范围和支持力度，推动创业带动就业。

2025届全国普通高校毕业生规模预计达1222万人，同比增加43万人。为青年拓岗位、优服务是重中之重。

为推动青年早就业、就好业，各地想方设法稳定机关事业单位和国企招聘规模，盘活教育类、卫生类等事业单位编制资源。湖北、安徽、江西等省份均提前了公务员招录工作。

市场化招聘广泛开展。2025年全国城市联合招聘高校毕业生春季专场近期推出第四批特色服务活动，其中包括智能制造、生活服务、专精特新、低空经济等专场招聘会101场。

提升培训实效，着力破解结构性就业矛盾

长沙高人气网红打卡地——湖南米粉街，入口处一所外观时尚的“求职便利站”引人注目。走进旁边的“八一桥社区就业微市场”，便有工作人员热心询问是否要找工作。楼上的培训教室里，20多位参加营养师培训的学员

正学着做银丝卷。

为加强对周边求职者特别是大龄人员的帮扶，长沙人社部门在人流密集地区建立一个“微市场”，进行一站式服务。通过“订单培养、定向输送”方式，劳动者可以获得专业老师的免费培训，并且精准匹配附近企业招聘需求。

春夜微凉，雄安商务服务中心等多处开展的新市民夜校培训却十分火热。“我在夜校学会了插花和网店运营，未来准备在新区开个高端花店，满足商务活动花束需求。”43岁的居民康颖告诉记者。

了解到因拆迁转型、产业调整而亟待职业重塑的本地居民有着技能培训的迫切需求，新市民夜校开设了无人机操作、网络营销、App开发等多门应用技能课程，受到普遍欢迎。“前不久就有学员上完办公软件课程后，找到了一份行政工作，一个月能有四五百元收入。”夜校运营负责人孙端介绍。

进社区街道、上商场夜市、到企业高校……记者在采访中看到，多地“花式”开展职业技能培训，同时紧紧跟随产业变化和社会所需优化培训项目设置，不断提高人员供给和企业需求之间的匹配度，着力破解“有活没人干、有人没活干”并存的结构性就业矛盾。

调整存量，同时改革增量；适应当下，更要契合未来。

河南省人社厅近日发布“人工智能+”高质量就业三年行动计划，提出紧盯人工智能产业人才需求缺口，完善培训课程体系。2025至2027年，全省年均开展人工智能应用培训5万人以上，促进不少于4万人在人工智能应用领域就业创业。

不止是河南。从今年开始连续3年，我国将围绕康养托育、先进制造、现代服务、新职业等重点领域，每年补贴职业技能培训1000万人次以上。

“随着产业升级加快，企业用人要求不断变化提升。只有提高劳动者的素质和技能水平，才能实现与产业发展同频共振。”对外经济贸易大学国家对外开放研究院研究员李长安说。

（新华社北京4月20日电）

中医支招暮春时节“一老一小”科学锻炼

新华社北京4月22日电（记者田晓航）暮春气温回升，更多人选择户外运动。中医专家介绍，这一时期顺应自然规律科学锻炼，有助于增强老年人体质、促进儿童青少年生长发育。

中国中医科学院西苑医院心血管三科副主任医师白瑞娜介绍，时值谷雨节气，此时外出运动能够帮助人体顺应自然界阳气升发的趋势，促进气血运行，增强体质。

“老年人有气血渐衰、筋骨较弱的特点，应选择较为温和舒缓的锻炼方式，如太极拳、八段锦、散步、经络拍打等。”白瑞娜说，打太极拳有助于调和气血，柔筋健骨，疏肝健脾，增强平衡力，老年人需注意动作缓慢柔和，吸气时蓄力、呼气时发力，避免过度屈膝；散步能升发阳气，配合“踮脚走”或“甩手走”，可刺激足底穴位和手部经络，促进气血循行。

四川省骨科医院运动医学科主任罗小兵提示，老年人运动原则上宜选择黎明至正午时段，这段时间自然界阳气升发，人体阳气随之旺盛，气血运行趋于活跃，运动可借天时之利增强代谢效率；运动强度以

“微微汗出、呼吸平顺、无胸闷气促”为度。

暮春天气回暖，光照时间延长，也特别适合儿童青少年开展户外运动。

“中医有‘动则生阳’的说法，阳气充足有助于脾胃的运化和肾脏的温煦。”国家体育总局运动医学研究所运动康复研究中心主任张乐伟说，八段锦、五禽戏等中医功法对于保护肾气、补足脾气效果良好；跳绳、踢毽子、慢跑等运动可通过刺激足部脾经、肾经巡行部位促进气血流通、增强脏腑功能，助力生长发育。

专家特别提醒，儿童运动也需有度，运动过于剧烈、运动量过大易耗气伤津，导致脾胃运化不足、肾气过度消耗，不仅不能促进生长发育，反而可能导致免疫力下降；此外，饭后立即运动、运动后贪凉饮冷会影响脾胃运化，进而引起消化不良、胃胀、胃痛等问题。

“随着暮春雨水增多，空气湿度增大，人体容易‘湿邪困脾’。”白瑞娜建议，老人和孩子运动后及时擦汗汗液，更换干燥衣物，避免湿气入体；关节弱的老年人佩戴护膝或在锻炼前用热毛巾敷关节。

《乌海日报》有新业务了！“今日喜报”等你报喜！

《乌海日报》已开设“今日喜报”创意栏目，如果您家里，或者是朋友、单位、商场、企业有好事喜事，都可以和我们一起参与这项创意活动。结婚纪念日、恋爱告白、喜结连理、好友重逢、乔迁新居、开业庆典(周年庆典)、企业形象展示等，都可以尽情地表心意、送祝福、许心愿……您只管体验喜乐，我们负责策划、撰写、制作并广而告之，让您的喜乐无限翻倍。

报纸墨香浸润美好时光，“今日喜报”定格美好祝福。数字化、快节奏的今天，您将祝福载人报

纸，多年后翻阅，既能重温那年那月那日的幸福时刻，又能向长辈讲故事、忆当年。一代人的浪漫和幸福在报纸版面的阵阵墨香中和细细品读的脉脉深情中得到延续和传承，仪式感和氛围感拉满。

祝福恒久远，报纸永流传。欢迎大家踊跃参与，我们“今日喜报”栏目将为您提供私人定制式的美好祝福，让那温馨或甜蜜浪漫的幸福感穿越时空，留存永久。

“今日喜报”，为您报喜，快来参与吧！
联系人:18847376533(刘女士)

生气到底有多可怕？

古人常说“气大伤身”，《黄帝内经》也说过“百病生于气也”。那么，生气究竟对身体造成的危害有多大呢？一起来看看吧。

心脑血管疾病：俗语说“气急攻心”，临床上确实有由于严重精神刺激、恐吓、暴怒等心理应激引起肌肉中血流量高出正常水平，导致心肌供血障碍，发生心脏急性缺血、心跳减弱，叫应激性心脏病。有研究表明，经常生气和易怒的人发生心脑血管疾病意外的可能性要明显大于常人。当人暴怒时，肾上腺素增加会加强心肌收缩或冠状动脉痉挛，心肌耗氧量增加，容易导致心肌缺血、缺氧，发生心律失常，引起心绞痛和心肌梗死，严重可导致心脏骤停、引发猝死。研究显示，经常生气的人发生心脏病的危险会增加19%；还有项研究显示，在生气的1个小时内，会增加双倍的脑梗风险。

乳腺增生：女性乳腺增生主要受到遗传因素和雌激素的影响。情绪波动容易引起内分泌调节异常，刺激乳腺组织导致乳腺增生。甚至有相关的研究表明，压抑愤怒、情绪波动大与乳腺癌的发生有关。

妇科疾病：许多妇科疾病，如卵巢囊肿、子宫肌瘤、月经失调等都与生殖激素水平的改变有关。而如上面讲到的，情绪波动容易引起内分泌调节异常，是影响内分泌水平的重要因素之一。

消化系统疾病：人体内最容易受到情绪影响的系统就是消化系统，很多研究表明，当情绪在一种压抑和应激状态下时，会引起交感神经兴奋，导致体内分泌大量儿茶酚胺。儿茶酚胺会引起血管收缩，导致消化道黏膜组织缺血、缺氧，从而发生黏膜的水肿和坏死，失去对消化液的抵抗能力。而且负面情绪有可能导致机体免疫功能紊乱，增加幽门螺旋杆菌（Hp病毒）在消化道内感染的几率。

当人的情绪长期处在压抑及应激状态下时，会使交感神经兴奋，导致消化道黏膜组织缺血缺氧，长期会影响消化功能，导致胃溃瘍，甚至引发急性胃出血。

肝脏疾病：中医说“怒伤肝”。和胃受到情绪影响的机制类似，肝脏内也分布丰富的交感神经，经常生气郁闷会导致肝细胞缺血缺氧，而血液中儿茶酚胺含量也会增多，能量消耗增加，血糖升高，促进机体分泌较高的游离脂肪酸，影响肝组织修复再生，导致肝细胞变性坏死，导致肝脏疾病。

呼吸性碱中毒：人在生气时有时会导致过度通气，即呼吸过快。此时大量的二氧化碳(酸性)被排出体外，造成呼吸性碱中毒，继而出现胸闷、胸痛、呼吸困难、心悸、大汗、面色苍白，面部口唇麻木及手足、全身抽搐等一系列中毒症状。

心碎综合征：心碎综合征是一种在血管造影没有明显冠状动脉狭窄的情况下，由压力引起的左心室心尖部气球样变。它所导致的症状和生物标志物水平改变与心梗类似。心碎综合征（又称心尖球形综合征）是指人因经历重大外部事件打击，在产生极度哀伤或愤怒的心理时，所引发的胸痛、憋气、呼吸短促等类似心脏病的症状。它并不代表真心真的会碎。

恶性肿瘤：近年来，有一部分科学研究表明，负性情绪刺激确实和恶性肿瘤的发生有一定的关联。可能是因为负性情绪导致人体内分泌功能及免疫功能的紊乱造成的结果。



品味书香

4月22日，市民在南京先锋书店五台山店内阅读。在第30个世界读书日到来之际，人们参加丰富多彩的阅读活动，与书香为伴。
新华社发（苏阳 摄）

乌海市甘德爾生态旅游有限公司 景区停车场收费标准公示

乌海市甘德爾生态旅游有限公司承诺严格按照乌海发改价费字【2024】152号文件规定，执行市场收费标准如下：

收费依据	根据乌海发改价费字【2024】152号文件规定，本停车场执行市场调节价	
收费标准	小型车(9座以下)、大中型车(9座以下)及货车	30分钟内(含)免费 1小时内(含)2元 每增加一小时增收1元 停车7小时至24小时15元封顶
免费停车	社会车辆30分钟内(含)免收停车费 军车、执行公务的警车、消防车、救护车、工程抢险等车辆免收停车费	

乌海市甘德爾生态旅游有限公司
2025年4月24日

便民信息港

乌海市金荣钢构彩板制品有限公司
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、设备制品、土建等工程。(集装箱房、市政围栏现货租售)
地址:海勃湾区机场路3km处(9号巷—2)
联系电话:0473-8888088 18847379888

虎城防水防腐
防水工程:各大品牌防水材料,SBS卷材、防水布、防水涂料等。**管道保温工程:**保温材料、铝皮、铁皮等材料。**防腐工程:**承接环氧树脂、玻璃钢、重防腐涂料。**防渗工程:**土工膜、土工布、防渗材料等。**有施工队伍,有施工资质。**
联系电话:13664850987 15304730369

绿化好消息
乌达区雨壮花木苗圃出售爬山虎、杨柳树、松柏树、丁香等20多种当地树苗。提供绿化优质服务:一、树木花草种植、修剪、喷洒农药。常年一条龙服务,省力省钱省心。二、安装喷滴灌、假山喷泉、升旗台和石雕塑等园林景观设计和施工。欢迎新老客户光临! 地址:原乌达农场加油站房后。
联系人:冯宽:13947323699 冯三宽:13847366938

出售房屋
海勃湾区锦绣中华小区,电梯六楼,105平方米,两室两厅一卫毛还房,有房本。
联系电话:15247369561

出售厂房
摩尔沟小工业园区内厂房出售,占地面积3860平方米,标准化厂房面积2400平方米。土地证房产证齐全。价格面议。
联系电话:15904731588

出售房屋
海勃湾区京海城小区步梯(六楼)118平方米,三室两厅一卫,家具等设施齐全,可拎包入住。
联系电话:13947327767

店铺出租
乌海市第一中学(旧校址)北门西北角,凯豫1号餐饮约奶奶茶店出租,价格面议。
联系电话:18616785186 15610453093

出售房屋
海勃湾区滨河新区阳光景园小区电梯8层146平方米,三室两厅两卫,观景房视野开阔,紧邻乌海市第九中学、乌海市中医蒙医院,价格面议,非诚勿扰。
联系电话:13604730828

出租带院小二楼
海勃湾区华山楼幸福小区小二楼,主房180平方米,院落、凉房合计300平方米,也可做办公用房。
联系电话:13947304898(段先生)

出售厂房
位于海勃湾区滨河街道镇北社区(原下海勃湾),占地面积10000平方米,其中厂房2000平方米,三层楼房1000平方米。
联系电话:15248082796

超亮LED显示屏公司
代理:强力巨影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

海军装饰
专业刮腻子,内外墙涂料,保温防水,木工吊顶打家具,水暖电改造,有专业的施工团队,有营业执照。
联系电话:15144739046(微信同号)

报废汽车回收
乌海市龙华报废汽车回收公司常年回收各种报废汽车、工程机械、废旧物资、金属等。
联系电话:13847353678 13847366641

新能源充电桩 免费投资建站
公牛汽车充电桩乌海运营中心
承揽:企事业单位停车场充电桩
业务诚招:二级分销及兼职业务员,提成丰厚,联系电话:13204736788

内蒙古嘉禧家政服务公司
家庭深度清洁、老幼陪护、电修搬家、企业保洁、绿化管理劳务、物品代购、健康管理疗养生保健服务、护理上门、产妇产后护理、高级管家、汽车代驾。服务电话:13204731678 13624885155

遗失声明

●因不慎将乌海市双鑫物流有限公司开户许可证遗失,核准号:J1930001149403,账号:65681101040013171,开户银行:中国农业银行股份有限公司乌海海勃湾支行,声明作废。

●因不慎将乌海市雲驰汽贸销售有限责任公司公章、财务专用章遗失,声明作废。

清算设备款 声明

根据单位资金往来账款清查,发现应付银川浩天医疗器械有限公司仪器款16700元,请银川浩天医疗器械有限公司于2025年5月13日前与我单位联系,并提供双方签订的有效销售合同,办理款项结算。逾期未与我单位联系,我单位将不再予以结算。

乌海市乌达区妇幼保健计划生育服务中心

绿化好消息

乌达区雨壮花木苗圃出售爬山虎、杨柳树、松柏树、丁香等20多种当地树苗。

提供绿化优质服务:一、树木花草种植、修剪、喷洒农药。常年一条龙服务,省力省钱省心。二、安装喷滴灌、假山喷泉、升旗台和石雕塑等园林景观设计和施工。欢迎新老客户光临!
地址:原乌达农场加油站房后
联系人:冯宽:13947323699 冯三宽:13847366938

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
市中医蒙医医院急诊:6987120
市樱花医院急诊:2017120

消费投诉电话
市消费者协会投诉:2020315
市食品药品投诉:12345
市卫生监督投诉:6993190

通信服务电话
中国移动客户服务热线:10086
中国联通客户服务热线:10010
中国电信客户服务热线:10000
电力服务电话
市电力服务热线:95598
市电力投诉举报热线:12345

交通服务电话
乌海机场客服电话:96777
乌海铁路问事处:2229411
乌海长途汽车站:2026346

生活服务电话
天气预报台:12121
报时台:12117