

国务院办公厅印发《关于进一步加强贸易政策合规工作的意见》

新华社北京3月21日电 国务院办公厅日前印发《关于进一步加强贸易政策合规工作的意见》(以下简称《意见》),旨在贯彻落实党的二十届三中全会关于建立同国际通行规则衔接的合规机制的决策部署。

《意见》要求,进一步加强贸易政策合规工作,必须坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,更好统筹国内国际两个大局,更好统筹发展和安全,规范工作程序,健全机制保障,提高运用国际规则维护我国发展权益能力,有效

防范化解风险,为建设更高水平开放型经济新体制、加快构建新发展格局作出贡献。

《意见》提出,合规评估应作为贸易政策出台前的必要前置环节,国务院部门、县级以上地方人民政府及其部门在贸易政策制定过程中,应按照“谁制定、谁评估”原则,对拟出台的政策措施开展合规评估,使其符合世界贸易组织规则和中国加入承诺。世界贸易组织其他成员对我国贸易政策提出的合规关注,国务院部门、地方人民政府要做好对外答复及相关后续工作。世界贸易组

织其他成员对我国采取的违规措施,商务部要牵头积极开展磋商谈判,维护企业正当海外权益。加大合规培训力度,丰富培训形式,建立健全定期培训与工作交流制度,用好贸易政策合规系统等平台,全面提升合规评估能力。加强合规监督激励,对未按要求开展合规工作的要及时督促整改,对造成不良后果的要依纪依法问责,对合规工作开展较好的单位要予以表扬激励、总结推广经验做法。

世界睡眠日：如何『睡个好觉』？

新华社记者 李恒 董瑞丰 徐鹏航

3月21日是世界睡眠日,今年我国的主题为“睡眠健康 优先之选”。专家提示,要关注睡眠健康,了解更多科学睡眠知识,让自己“睡个好觉”。

睡眠不足危害多——

睡眠问题是公共健康问题。全国爱卫办近日发布的《睡眠健康核心信息及释义》指出,长期睡眠不良会导致反应迟钝,注意力、记忆力等认知功能下降,学习工作效率降低,甚至增加交通和生产安全风险;会导致情绪不稳,烦躁不安,严重者会诱发焦虑、抑郁等;会降低机体免疫力,增加感染性疾病、心脑血管疾病、代谢性疾病和癌症等患病风险。

造成睡眠问题的原因是多方面的。北京大学人民医院睡眠医学科主任韩芳表示,睡眠问题是由多种因素共同作用的结果。熬夜,睡前长时间使用电子产品,晚饭过饱过晚,睡前吸烟、饮酒、喝茶或咖啡,睡前长时间剧烈运动等,都会对睡眠产生不良影响。此外,年龄、遗传、情绪、压力、工作方式、疾病、药物等因素也会对睡眠造成影响。

科学睡眠有妙招——

“好睡眠的标准并不是单纯的睡眠时长,应多关注睡眠质量和睡眠满意度。”北京大学第六医院睡眠医学中心副主任范滕滕表示,每个人所需睡眠时长存在个体差异,以第二天醒后能够保持体力、精力充沛为主要判断标准。

如何才能拥有优质睡眠?专家表示,提倡顺应四时,起居有常。保持规律的入睡和起床时间,维持稳定的生物节律。同时,要保持适度的体育锻炼,避免久坐,适度晒太阳。卧室环境应安静舒适,根据个人的习惯保持适宜的光线强度。床垫宜相对坚实,不要过度松软塌陷,枕头高矮适中,被褥清洁干燥。此外,运用正念、放松训练、认知调整等心理疏导技巧以及睡前洗澡泡脚等都有助于睡眠。

随着科技的进步,越来越多的智能设备被应用于睡眠健康领域。比如,智能按摩椅通过AI压力监测技术等,精准捕捉到用户的压力信号,定制相应的按摩方案,帮助用户缓解身心压力,提高睡眠质量;通过内置传感器,智能手表能够实时记录用户在睡眠过程中的心率、呼吸频率以及体动情况等多维度数据,提供个性化睡眠建议……

出现睡眠障碍这样做——

睡眠障碍是以入睡困难、睡眠维持困难、睡眠过多、睡眠觉醒周期紊乱或者睡眠行为异常等为表现的一类睡眠相关的临床综合征,包括“睡不着”“睡不醒”“睡不好”3大类共90多种疾病。

不同睡眠障碍的致病原因、发病机制等各不相同,需采用不同的治疗手段。韩芳表示,出现较为严重的睡眠问题时,建议及时到医院的相关专科进行咨询,早发现、早诊治至关重要。

专家建议,可通过调整饮食、运动和作息,改善睡眠环境,调节心理压力以及药物治疗、心理治疗、物理治疗等治疗手段,促进形成健康睡眠。

(新华社北京3月21日电)

国际简讯

安哥拉霍乱疫情已致300余人死亡

据新华社罗安达3月21日电(记者吕诚成)安哥拉卫生部20日通报说,截至当日晚,全国已累计报告8141例霍乱病例,其中313人死亡。

安哥拉本轮霍乱疫情已持续70余天。过去3天,该国单日新增病例接近200例,霍乱疫情仍未缓解。

霍乱是由霍乱弧菌引起的急性肠道传染病,主要经由不洁水源和食物传染,患者常出现呕吐、腹泻、脱水和高烧等症状,重症和延误治疗可致死亡。

乌军炸毁俄天然气设施

据新华社莫斯科3月21日电(记者赵冰)俄罗斯国防部21日通报称,当天凌晨,乌克兰军队在从库尔斯克州撤退时炸毁该州境内苏贾天然气计量站,此举被视为针对俄能源基础设施的蓄意挑衅,目的是破坏美国方面提出的倡议。

俄国防部说,该天然气计量站此前每天向欧洲输送超过4000万立方米天然气,自2024年8月7日起被乌军控制并被其用作“安全”后勤点之一。

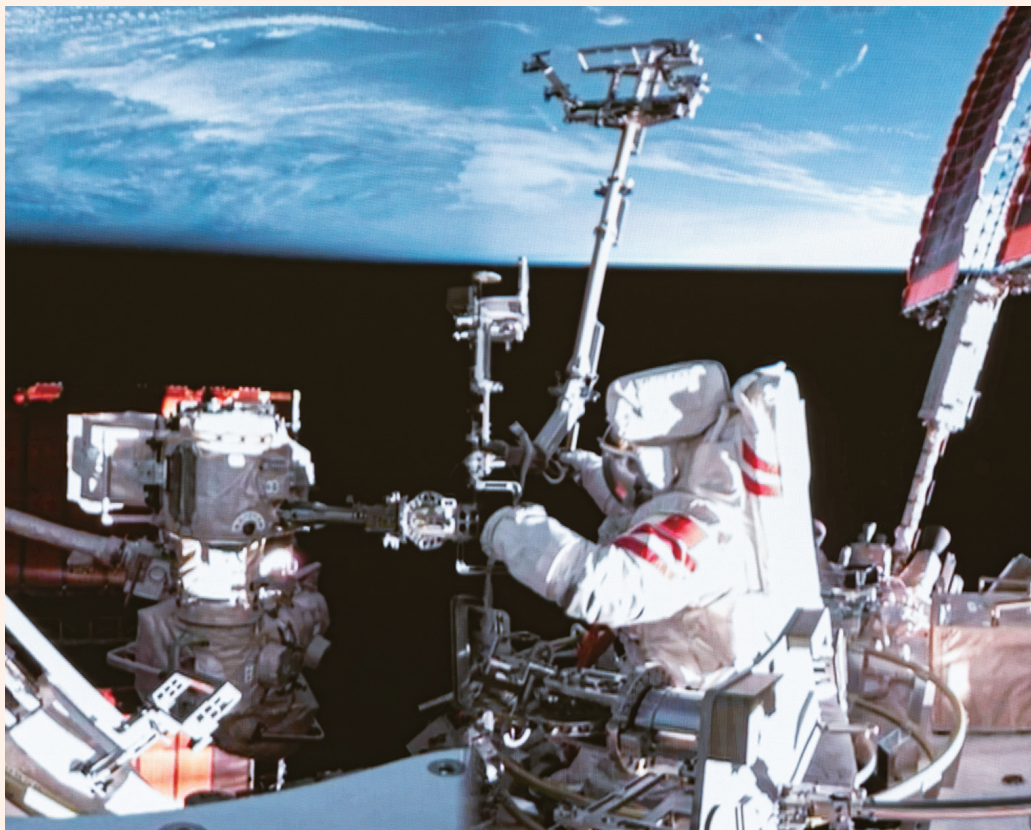
赞比亚报告首例猴痘死亡病例

据新华社卢萨卡3月21日电(记者彭立军)赞比亚卫生部长伊莱贾·穆奇马20日宣布,该国出现首例猴痘死亡病例。死者是一名8个月大的婴儿。卫生部已召开会议审查该病例,确认这名死亡婴儿为猴痘患者,其直接死因是并发性肺炎。

猴痘是一种病毒性人畜共患病,由猴痘病毒感染引发。人感染猴痘的初期症状包括发烧、头痛、肌肉酸痛、背痛、淋巴结肿大等,之后可发展为面部和身体大范围皮疹。多数患者会在几周内康复,但也有患者病情严重甚至死亡。

神十九航天员乘组圆满完成第三次出舱活动

将于1个多月后返回地球



3月21日在北京航天飞行控制中心拍摄的神舟十九号航天员蔡旭哲在空间站组合体舱外工作的画面。

新华社记者 李明刚 摄

新华社北京3月21日电(刘艺 李陈虎)神十九航天员乘组21日晚圆满完成第三次出舱活动,将于1个多月后返回地球。

当日20时50分,经过约7小时的出舱活动,神舟十九号乘组航天员蔡旭哲、宋令东、王浩泽密切协同,在空间站机械臂和地面科研人员的配合支持下,完成了空间站空间碎片防护装置及舱外辅助设施安装、舱外设备设施巡检等任务。

据中国载人航天工程办公室介绍,出舱航天员蔡旭哲、宋令东已安全返回问天实验舱,出舱活动取得圆满成功。航天员蔡旭哲已完成5次出舱活动,成为目前在舱外执行任务次数最多的中国航天员。

目前,神舟十九号航天员乘组的“太空出差之旅”已近5个月,各项空间科学实(试)验任务进展顺利。按计划,乘组将于1个多月后返回地球家园。

关于开展“我为邵阳‘十五五’发展建言献策”活动的公告

“十五五”时期是基本实现现代化承上启下的关键时期。为齐心协力编制好全市“十五五”规划,广泛凝聚发展共识,我市决定开展“我为邵阳‘十五五’发展建言献策”活动,面向社会各界公开征集意见建议。

一、举办单位

邵阳市发展和改革委员会
邵阳日报社

二、公开征集意见建议时间

自本公告发布之日起至2025年8月31日。

三、征稿要求

1.结合我市实际,围绕宏观经济、科技创新、产业发展、重大基础设施、文化旅游、现代农业、社会民生等领域,提出合理合法、切实可行的意见建议。建议既可进行全面阐述,也可简明扼要,字数、形式不限;文章如引用数据或资料,请注明来源并保证真实性。

2.意见建议可以个人或集体名义提出。为了方便与您联系,请注明作者姓名、职业、联系方式等个人信息,

我们将严格保密。

3.如您的意见建议不希望公开发表,请在醒目处标注。

四、参与方式

1.通过邵阳市发展和改革委员会、邵阳发改微信公众号或邵阳日报微信公众号、云邵阳客户端中进入“我为邵阳‘十五五’发展建言献策”活动专栏留言。

2.以电子邮件形式投稿至1024758756@qq.com。

五、其他

对社会各界提出的意见和建议,举办单位将认真分析研究,并在编制“十五五”规划时认真参考吸纳。对部分优秀意见和建议,将在市发展和改革委员会门户网站、邵阳日报及云邵阳客户端上进行刊登。活动结束后,将组织专家评选,选出十大“金点子”,并通过适当形式予以感谢和奖励。

邵阳市发展和改革委员会
邵阳日报社
2025年3月21日



本报广告刊出联系电话

证件遗失、公告、声明、启事等分类广告
咨询与监督电话: 0739-5322630

遗失启事

▲邵东市民政局婚姻登记处遗失开户许可证,核准号:J5551001015701,开户银行:广发银行股份有限公司邵东支行,账

号:955088020448480018,声明作废。

▲新宁县金石镇财政所遗失开户许可证,核准号:J5558000199503,开户银行:新宁县农村信用合作联社,声明作废。

杨桥三农服务中心实施以房抵债全面化债的公告

为有效化解债务风险,优化资产结构,保障债权人合法权益,经杨桥三农服务中心(以下简称“中心”)研究决定,并报相关部门批准,现就中心实施以房抵债全面化债相关事宜公告:本次以房抵债化债范围涵盖中心所有符合条件的债权债务关系,包括但不限于工程建设欠款、借款、贷款等各类债务。涉及的债权人包括但不限于施工单位、供应商、金融机构以及其他持有合法债权的主体。债权人应在本公告发布之日起15个工作日内(2025年3月20日—2025年4月3日),向中心指定的债权申报地点(地址:邵东市兴和大道兴林汇景南大门新高法务;联系人:陈国军;联系电话:17680803919,张新高:18873999995)提交债权申报材料,包括但不限于债权形成的相关合同、协议、凭证、往来函件等,过期不候。

特此公告

公告方:湖南省杨桥新农村城镇开发有限公司
邵东市杨桥三农服务中心项目化债工作小组

监管方:邵东市杨桥镇人民政府
2025年3月20日

(上接1版)

尚生龙强调,办好高等教育,事关国家发展、事关民族未来。全市各高等院校,要牢固树立人才是第一资源的理念,坚持走出去与引进来相结合,加强优秀教师人才培养使用,强化师德师风建设,着力打造一支师德高尚、业务精湛、结构合理、充满活力的高校教师队伍。要以更高标准提升办学整体水平,以办好人民满意教育为宗旨,在增强竞争力、引领力、创造力上下功夫,充分发挥人才培养、科研创新、成果转化的独特优势和作用,不断用新动能推动新发展。要自立自强,自主办学,加强校地互动、产教互融、校企互促,在产业发展、乡村振兴、人才培养等方面展现新作为。

(上接2版)

随后,执法人员对不同品牌与规格的6批次冷冻虾仁产品进行现场抽样。“送样检测后,一旦发现不合格产品,我们将严格采取风险控制措施,追溯问题源头,确保问题产品全部下架、召回,切实维护消费者的合法权益。”市市场监督管理局相关负责人表示。

检查过程中,执法人员还向各经营商户宣传普及《中华人民共和国食品安全法》等相关法律法规,要求各商户严格落实食品安全主体责任,诚信经营,严把进货关。

经查,我市暂未发现“3·15”晚会曝光的涉事企业生产的问题食品。