

YAOWEN

## 中共中央政治局召开会议

# 审议《成渝地区双城经济圈建设规划纲要》

## 中共中央总书记习近平主持会议

新华社北京10月16日电 中共中央政治局10月16日召开会议，审议《成渝地区双城经济圈建设规划纲要》。中共中央总书记习近平主持会议。

会议指出，当前我国发展的国

内国际环境继续发生深刻复杂变化，推动成渝地区双城经济圈建设，有利于形成优势互补、高质量发展的区域经济布局，有利于拓展市场空间、优化和稳定产业链供应链，是构建以国内大循环为主体、

国内国际双循环相互促进的新发展格局的一项重大举措。

会议强调，要全面落实党中央决策部署，突出重庆、成都两个中心城市的协同带动，注重体现区域优势和特色，使成渝地区成

为具有全国影响力的重要经济中心、科技创新中心、改革开放新高地、高品质生活宜居地，打造带动全国高质量发展的重要增长极和新的动力源。

会议要求，成渝地区牢固树立

立一盘棋思想和一体化发展理念，健全合作机制，打造区域协作的高水平样板。唱好“双城记”，联手打造内陆改革开放高地，共同建设高标准市场体系，营造一流营商环境，以共建“一带一路”

为引领，建设好西部陆海新通道，积极参与国内国际经济双循环。坚持不懈抓好生态环境保护，走外延扩张向内涵提升转变，以点带面、均衡发展，同周边市县形成一体化发展的都市圈。处理好中心和区域的关系，着力

提升重庆主城和成都的发展能级和综合竞争力，推动城市发展由

外延扩张向内涵提升转变，以点带面、均衡发展，同周边市县形成

一体化发展的都市圈。

会议还研究了其他事项。

## 体育美育将在中高考中“硬起来”

新华社北京10月16日电 教育部16日召开新闻发布会，对中共中央办公厅、国务院办公厅近日印发的《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》和《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》进行解读。以往常常被视为“无足轻重”的体育和美育将被强化，在中高考中占有更重分量。

针对体育美育评价不“硬”的问题，意见提出，把政策措施落实情况、学生体质健康状况、素质测评情况和支持学校开展体育工作情况等纳入教育督导评估范围。在学生评价方面，意见提出改进中考体育测试内容、方式和计分办法，科学确定并逐步提高分值。积极推进高校在招生测试中增设体育项目。启动在高校招生

中使用体育素养评价结果的研究。探索将艺术类科目纳入中考改革试点，纳入高中阶段学校考试招生录取计分科目。

教育部体育卫生与艺术教育司司长王登峰表示，体育中考要逐年增加分值，进一步扩大影响力，同时要开展高考录取中体育素养如何评价和计分的研究。美育中考要在试点基础上

尽快推广。“下一步要把美育中考的工作做得更加扎实，到2022年力争全覆盖，全面实行美育中考。”王登峰说。

教学改革是加强和改进学校体育美育工作关键，聚焦“教会、勤练、常赛（展）”是教育教学改革的核心。根据意见要求，在“开齐开足”的基础上，要“上好”体育、美育课程，逐步增

加课时，丰富课程内容。

在师资和场地方方面，王登峰介绍，根据要求，各省（区、市）要制定学校体育美育教师队伍建设及场地器材设施建设的行动计划。到2022年，要建立一支强大的、符合学校体育美育要求的教师队伍，学校的体育美育场馆设施器材要能够基本满足“教会、勤练、常赛（展）”的要求。

## 青岛全员核酸检测基本完成

■记者 张旭东 杨文

新华社青岛10月16日电 记者从16日举行的青岛市疫情防控情况新闻发布会上了解到，青岛市全员核酸检测采样工作已于16日中午基本完成。

青岛市委常委、副市长薛庆国介绍，截至16日8时，青岛市已完成核酸检测采样超过1078万份，已出结果超过1016万份，除已公布的确诊病例外，未发现新的阳性样本。

12日以来，青岛市开展全员核酸检测，计划3天内对全市南、市北、李沧、崂山、城阳五区检测全覆盖，5天内对全市检测全覆盖。

为保障青岛5天完成全市全员核酸检测，山东省统筹安排淄博、烟台、潍坊、威海、日照等多个地市派出支援力量，并接收核酸样本进行检测。青岛市抽调的医务人员加上支援力量，共有万余名医务人员参与此次全员核酸检测工作。

## 提升政治站位 增强政治自觉

□上接第1版 习近平总书记站在“两个一百年”奋斗目标的历史交汇点上，深刻指明了当前和今后一个时期安徽发展在党和国家全局中应该承担的使命、理应肩负的责任。要立足当前、着眼长远，坚持把淮北发展放在安徽发展的大局中来审视，放在长三角一体化发展战略中来审视，准确把握人民意愿、历史方位、时代坐标、前进方向，确保与全国全省同步全面建成小康社会，乘势而上开启加快中国碳谷·

绿金淮北建设新征程，奋力谱写实现“两个一百年”奋斗目标的淮北篇章。

提升政治站位，增强政治自觉，还要准确把握习近平总书记考察安徽带来的难得机遇，抢抓陶铝新材料产业发展的政策机遇、承接长三角产业转移示范区建设的重大机遇、资源型城市绿色转型发展的战略机遇、淮海战役红色文化品牌塑造的难得机遇，以“勇立潮头”的奋进姿态抓好贯彻落实，奋力开创淮北高质量转型发展新局面。

## 厨房里的“隐形杀手”太要命？学会这6招不用愁

还在这样使用厨房的“煮妇/夫”，请您注意了！厨房油烟——您身边的隐形杀手！

经常出入厨房的“煮妇/夫”最讨厌的一定是那一股油烟味，它会刺激我们的咽喉，也会引起眼部的不适。

有些爱美的“煮妇/夫”更是难以忍受遗留在秀发上的那股油烟味，可是即便是对油烟厌恶至极，“煮妇/夫”还是抵挡不住美食的诱惑，煎、炸食物的烹饪方式依然是“煮妇/夫”的首选。

殊不知，厨房油烟给我们造成的危害远不止如此。

### 厨房油烟的危害

危害一：污染环境，与肺癌的发生有关

研究表明，在非吸烟女性肺癌危险因素中，超过60%的女性长期接触厨房油烟，做饭时经常有眼和咽喉被烟雾刺激；有32%的女性烧菜喜欢用高温煎炸食物。

### 危害二：损伤呼吸系统

厨房做菜时的高温油烟长期刺激眼和咽喉，会直接损伤呼吸系统细胞组织。另一方面，各种油脂长时间、反复高温加热，也可能产生有毒物质。

看到这，“煮妇/夫”们是不是已经“谈厨色变了”。大可不必，小编来给你们支几招。

第一招：热锅凉油。油温不要超过200℃，在油锅冒烟前，把菜放进去，避免油温过高对身体产生有害物质。

第二招：避免用反复烹炸的油。有的“煮妇/夫”为了节省点油，炸鱼、炸排骨用过的

油反复使用也不弃掉，殊不知这里面也含有很多致癌物质。

第三招：在烹饪方式上，尽量选用蒸、煮、炖、凉拌等减少油烟的方式，避免爆炒、烤、炸等会产生过量对身体有损伤的烹调方式。

第四招：选择厚底的炒锅，厚底炒锅传热慢，可以延长油温升高的速度，可以减少很多油烟，薄底的锅炒菜时因为油温升高过快，会产生大量的油烟。

第五招：选择安装性能较好的油烟机。选择正规厂家生产的油烟机，判定油烟机是否有效的简易方法：以站在离灶台1米远的距离仍闻不到炒菜烟味为较好的油烟机。

第六招：做好厨房的通风换气。厨房要经常保持自然通风，烹饪过程中始终打开油烟机，炒完菜过10分钟后再关闭油烟机。

最后，如果您是家庭中的“煮妇”，请您在关爱家人的同时，也关爱自己的健康；如果您不是家庭“煮妇”，更要请您在享受美食的同时，传播防控厨房油烟的科普内容，让您和您的家人远离厨房油烟，远离疾病。

（本文由上海市护理学会社区护理工作委员会主任委员刘薇群进行科学性把关。）



传统豆皮制作忙

地处燕山山脉的河北省迁安市杨各庄镇徐流口村是一个传统豆腐片、豆腐皮制作专业村。目前该村共有57家豆制品制作专业户和3家豆制品规模化企业，年产豆制品90多公斤，实现年利润700余万元。

■摄影 新华社记者 欧东衢

## “相”融长三角 集聚新动能

50万只陶铝高性能活塞、26万套汽车轻量化零部件、2.3万吨陶铝新材料和4.7万吨航材铸造的生产能力，二期产业园2条汽车轻量化零部件生产线、4条全自动活塞生产线建成后，年产能将分别提升至300万只和150万套，千亿元陶铝产业基地成功获批，我市成为全省拥有2个以上省级新兴产业基地的四个城市之一。

深化长三角产业创新城市联盟合作，积极承接长三角新技术、新项目，发展壮大碳基、硅基、铝基、生物基、高端装备制造、大数据等“四基一高一大”战略性新兴产业，优化升级食品、纺织等传统产业，不断向创新链、价值链高端攀升。深化与上海申能集团在能源领域的合作，投资54亿元的135万千瓦发电机组，是全世界单机容量最大、单位能耗最低的高效洁净煤发电机组，成为国家示范工程和全球绿色燃煤发电的标杆。上海华谊参与合作的新型煤化工材料基地实现年销售收入200余亿元，获评国家级循环经济产业园区，吸引一大批国内外优质化工企业落户，未来五年将打造成为“千亿元产值的碳基产业基地”。与中国宝武、上海交大签订合作协议，加快陶铝新材料企业在航空航天和民用等领域应用，目前一期产业园已具备

道。青龙山铁路无水港已成为我市外贸进出口通关口岸，实现陆海联运，与国际市场无缝对接。

### 推动优质环境一体化，提升高质量发展新高度

坚持对标沪苏浙地区一流环境，不断优化营商环境、生态环境、城乡环境，宜居宜业宜游的山水生态城市形象进一步彰显，使淮北成为省内最吸引人城市之一，2019年末全市常住人口高于户籍人口8.3万人，连续6年保持人口净流入。

创优“四最”营商环境，推深做实“放管服”改革，加快推进长三角地区证照管理一体化，打造“慧办事、慧审批、慧监管”的智慧政务新模式，推进“一网一门一次”改革，在全省率先成立行政审批代理服务中心、推行移动端全

程电子化登记，1550项权力事项、行政审批事项实现“最多跑一次”，政务服务事项申请材料同比精简60.3%，市级涉企收费清单同比精简56%，企业开办在全省率先实现1日办结，不动产登记在全省率先实现3日办结，为长三角地区市场主体准入提供同质化、便利化服务。积极推进“长三角一网通办”，在市、县（区）两级政务服务大厅开设“一网通办”专窗，实现长三角41个城市、76个事项异地通办。

积极推动脱贫攻坚与乡村振兴有效衔接，学习借鉴沪苏浙特色小镇建设经验，融资建设石榴特色小镇、芳香小镇等，举办石榴节、青梅文化节等，促进一二三产融合发展。加快公路网络化发展，煤化快通道及一批国省道、城市主干道建成通车，徐淮阜高速公路、淮徐快速通道前期工作积极推进。畅通内河航运，实施浍河航道整治，南坪港建成运营，淮北航运实现通江达海。淮北海关获批成立，极大缩短企业通关时间、降低通关费用，打通对外开放大通道。

积极推动脱贫攻坚与乡村振兴有效衔接，学习借鉴沪苏浙特色小镇建设经验，融资建设石榴特色小镇、芳香小镇等，举办石榴节、青梅文化节等，促进一二三产融合发展。

文化旅游节、葡萄文化旅游节、黄里杏花节等活动，相山区健康食品小镇入围“中国特色小镇50强”。同时，在城市中心湖带和生态绿带之间，规划建设绿金科创大走廊，建设科研院所、科创中心、高层次人才公寓等设施，布局陶铝新材料、新能源电池等创新产业，以良好生态优势促招商引资、招才引智，助推一体化高质量发展。

### 推动要素资源一体化，彰显高质量发展新优势

破除行政区划壁垒，着眼于长三角区域人才、资金、服务等要素有序流通和优化配置，共建长三角区域标准统一、要素流动、资源共享的开放融合大市场，不断扩

大优势互补、共同繁荣的整体效应。

结合互联网+政务服务，建立“1+N+1”数据共享机制，将政务服务信息数据资源共享交换平台上线国家、省级平台，下联县区政务部门，推动完善长三角区域跨行业、跨部门、跨地区应急联动和衔接机制，提升数据互通共享服务水平，打通一体化发展信息壁垒。

积极对接长三角优质金融资源，大力招引沪苏浙地区金融和类金融机构来淮设立分支机构或区域性总部，鼓励优质企业在安徽省股权托管中心挂牌展示，推动设立淮海股权交易中心、淮海产业投资基金，加强与长三角城

市互通共享金融风险信息。建立与长三角部分城市的常态化干部挂职锻炼机制，选派100名优秀年轻干部赴上海市嘉定区、普陀区、闵行区、杨浦区挂职学习锻炼，选派57名村党组织书记赴浙江安吉、衢州等地开展省外名村挂职锻炼、学习考察；开设中国碳谷·绿金淮北转型崛起大讲堂，定期邀请长三角地区专家、学者和党政领导来淮讲座；强化与上海、杭州、南京等地人力资源协作，在人才认定、待遇享受、住房保障等方面探索实施“双跨双享”政策支持，推动人才在区域间有效流动和优化配置。

深化教育资源合作，积极引进长三角优质教育资源，华东师范大学与江苏港利集团合作投资25亿元教育小镇项目落户淮北；支持淮师大参与高校协同创新联盟建设、加入长三角高校创新创业教育协同中心和淮海大学联盟；主动参与淮海职业教育创新发展联盟，引导淮北职业技术学院等院校与上海大众、上海曙光等大型企业合作，推动淮北工业与艺术学校与上海书萱教育合作办学，开展“订单式”人才培养，每年为上海、杭州、南京等地企业直接提供合格技能人才6000余人，加快淮北职业教育尽快融入长三角职业教育一体化步伐。

潮平两岸阔，风正一帆悬。在国家战略的指引下，我市以全域视野，主动作为、乘势而上，坚定不移融入长三角一体化发展，一个开放进取、充满活力的新淮北正展现世人面前。