

YAOWEN

习近平在中央军委人才工作会议上强调 聚焦实现建军一百年奋斗目标 深入实施新时代人才强军战略

■记者 梅常伟

新华社北京11月28日电 中央军委人才工作会议26日至28日在京召开。中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平出席会议并发表重要讲话。他强调，强军之道，要在得人。人才是推动我军高质量发展、赢得军事竞争和未来战争主动的关键因素，对实现党在新时代的强军目标、把我军全面建成世界一流军队具有重大现实意义和深远历史意义。要贯彻中央人才工作会议精神，深入实施新时代人才强军战略，确保为实现建军一百年奋斗目标提供坚实支撑，人才总体水平跻身世界强国军队前列。

26日下午4时许，习近平来到京西宾馆，在热烈的掌声中，亲切接见会议代表，同大家合影留念。

习近平在讲话中首先强调，党的十九届六中全会全面总结了我们党百年奋斗重大成就和历史经验，强调要坚持党管人才原则，深入实施新时代人才强国战略，加快建设世界重要人才中心和创新高地，聚天下英才而用之。要

结合全会精神学习贯彻，全面做好新时代人才强军各项工作。

习近平指出，党的十八大以来，党中央和中央军委实施人才强军战略，坚持人才工作正确政治方向，聚焦备战打仗培养人才，加强军事人员现代化建设布局，深化军事人力资源政策制度改革，推动人才领域开放融合，我军人才工作取得历史性成就。

习近平强调，世界百年未有之大变局加速演进，新一轮科技革命和军事革命日新月异，我军正按照国防和军队现代化新“三步走”战略安排，向实现建军一百年奋斗目标迈进，全军要增强深入实施新时代人才强军战略的使命感和紧迫感，科学谋划，抓紧行动，全方位加强人才工作，更好发挥人才对强军事业的引领和支撑作用。

习近平指出，实施新时代人才强军战略，要贯彻新时代党的强军思想，贯彻新时代军事战略方针，贯彻国防和军队现代化战略安排，聚焦实现建军一百年奋斗目标，推动军事人员能力素质、结构布局、开发管理全面转型升级

级，锻造德才兼备的高素质、专业化新型军事人才，确保军事人员现代化取得重大进展，关键领域人才发展取得重大突破。实施新时代人才强军战略，必须把党对军队绝对领导贯彻到人才工作各方面和全过程，必须把能打仗、打胜仗作为人才工作出发点和落脚点，必须面向世界军事前沿、面向国家安全重大需求、面向国防和军队现代化，必须全方位培养用好人才，必须深化军事人力资源政策制度改革，必须贯彻人才强军战略。

习近平强调，实施新时代人才强军战略，要统筹全局、突出重点，全面推进人才培养、使用、评价、服务、支持、激励等各项工作，以重点突破带动整体提升。要在党和国家人才工作大盘子中谋划推进我军人才工作，坚持军事需求导向，搞好规划对接、政策对接、工作对接，形成我军人才工作高效推进的良好局面。

习近平指出，政治标准是我军人才第一位的标准，政治要求是我军人才最根本的要求。要牢牢把住政治关，加强思想政治

建设，做好铸魂育人和政治考察工作，确保培养和使用的人才政治上绝对过硬。

习近平强调，要坚持走好人才自主培养之路，坚持军队培养为主、多种方式相结合，形成具有我军特色的人才培养和使用模式，提高备战打仗人才供给能力和水平。要下大力气强化科技素养，提高打赢现代战争实际本领。要贯彻新时代军事教育方针，落实院校优先发展战略，加快建设一流军事院校、培养一流军事人才。要加强实践历练，鼓励引导官兵在火热军事实践中经风雨、见世面、壮筋骨、长才干。

习近平指出，要用好用活各方面人才，坚持以用为本，精准高效配置军事人力资源，确保人才得到最佳配置、发挥最大效能。要坚持分类施策，抓好联合作战指挥人才、新型作战力量人才、高层次科技创新人才、高水平战略管理人才培养使用，发挥好军士和文职人员作用。

习近平强调，要把握军事人才成长规律，把握各类人才发展特点要求，创新管理理念和方式

方法，加强专业化、精细化、科学化管理。要推进军事人力资源政策制度体系优化，加强政策制度配套建设。要在全军营造信任人才、尊重人才、支持人才、关爱人才浓厚氛围，把广大人才干事创业积极性、主动性、创造性充分激发出来。

习近平指出，军委要加强对人才工作的领导，各级党委要履行好主体责任。领导干部特别是高级干部要有强烈的人才意识，当好新时代的伯乐。中央和国家机关、地方各级党委和政府要支持军队做好人才工作，齐心协力把强军事业不断推向前进。

中共中央政治局委员、中央军委副主席许其亮，中共中央政治局委员、中央军委副主席张又侠出席会议，并就贯彻落实习近平重要讲话精神、做好新时代我军人才工作提出要求。

中央军委委员魏凤和、李作成、苗华、张升民出席会议。军委机关各部门，各战区、各军兵种、军事科学院、国防大学、国防科技大学、武警部队有关领导同志等参加会议。

广州灵活就业人员可参加住房公积金缴存

■记者 吴涛

新华社广州11月28日电 作为全国首批试点城市之一，广州灵活就业人员也可以参与公积金缴存，享受公积金制度红利。

据广州住房公积金管理中心

心相关负责人介绍，《广州市灵活就业人员参加住房公积金制度试点管理办法》26日实施，主要为解决广州市住房公积金覆盖面有限的问题，满足新市民、中低收入者住房安居需求，推进住房公积金制度普惠共享。

根据办法，在广州年满16

周岁未达法定退休年龄，以个体经营、非全日制、新业态等方式灵活就业的完全民事行为能力人，均可自愿参加住房公积金制度，签订缴存协议缴存住房公积金，享受与强制缴存职工同等的个人所得税减免、政府保障性住房、积分入户等公共服务政策及

按月还房租等便利措施。广州住房公积金管理中心相关负责人表示，灵活就业人员参加住房公积金制度试点的实施，使广州住房公积金制度覆盖就业全体，形成参与门槛低、缴存灵活、使用便捷、权益有保障的灵活就业人员住房公积金制

度，使更广大缴存人群能够享受到制度红利。同时也是贯彻落实“房住不炒”和“多主体供给、多渠道保障、租购并举”的要求，有助于改革完善住房公积金制度、促进解决大城市住房突出问题，提升灵活就业人员权益保障和公共服务等。

淮北市“e学习”远教联播平台周播放计划

播放时段	11月29日 (星期一)	11月30日 (星期二)	12月1日 (星期三)	12月2日 (星期四)	12月3日 (星期五)	12月4日 (星期六)	12月5日 (星期日)
8:00-9:30	1.总书记的一周 2.【换届专题】微视频 3.大型电影史诗专题片《我们的旗帜》第七集：敌后 4.大型电影史诗专题片《我们的旗帜》第八集：圣地 5.大型电影史诗专题片《我们的旗帜》第九集：和谈	1.【换届专题】微视频 2.《功勋》孙家栋的天路（第1集） 3.大型电影纪录片《119请回答》第一集 滚烫人间	1.【换届专题】微视频 2.《功勋》孙家栋的天路（第2集） 3.大型电影纪录片《119请回答》第二集 菜鸟先飞	1.【换届专题】微视频 2.《功勋》孙家栋的天路（第3集） 3.大型电影纪录片《119请回答》第三集 生死有时	1.【换届专题】微视频 2.《功勋》孙家栋的天路（第4集） 3.大型电影纪录片《119请回答》第四集 防患未燃	1.【换届专题】微视频 2.《功勋》孙家栋的天路（第5集） 3.大型电影纪录片《119请回答》第五集 超长待机	1.【换届专题】微视频 2.《功勋》孙家栋的天路（第6集） 3.大型电影纪录片《119请回答》第六集 真心英雄
18:00-20:00	1.【换届专题】微视频 2.时代报告剧《那些日子》(15-16) 3.《国家记忆·统编教材》第二集 铸魂润心	1.【换届专题】微视频 2.时代报告剧《那些日子》(17-18) 3.《国家记忆·统编教材》第三集 以史育人	1.【换届专题】微视频 2.重大革命历史题材电视剧《香山叶正红》第一集 3.《国家记忆·统编教材》第四集 以史育人	1.【换届专题】微视频 2.重大革命历史题材电视剧《香山叶正红》第二集 3.《理想照耀中国》第一集 尽善尽美求解放	1.【换届专题】微视频 2.重大革命历史题材电视剧《香山叶正红》第三集 3.《理想照耀中国》第二集 行稳致远	1.【换届专题】微视频 2.电影《烈火英雄》	1.【换届专题】微视频 2.电影《我和我的祖国》

关爱老年健康，要知道这些信息（一）

副主任医师 庄卫红 执业药师 葛德昇

1.积极认识老龄化和衰老。老年人要不断强化自我保健意识，学习自我监护知识，掌握自我管理技能，早期发现和规范治疗疾病，对于中晚期疾病以维持功能为主。

2.合理膳食，均衡营养。老年人饮食要定时、定量，每日食物品种应包含粮谷类、杂豆类及薯类（粗细搭配），动物性食物、蔬菜、水果、奶类及奶制品，以及坚果类等，控制烹调油和食盐摄入量。建议老年人三餐两点，一日三餐能量分配为早餐约30%，午餐约40%，晚餐约30%，上午各加一次零食或水果。

3.适度运动，循序渐进。老年人应根据自身情况和爱好选择轻中度运动项目，如快走、慢跑、游泳、舞蹈、太极拳等。上午10~11点和下午3~5点为推荐运动时间，每次运动时间30~60分钟为宜。

4.及早戒烟，限量饮酒。戒烟越早越好。如饮酒，应当限量，避免饮用45度以上烈性酒，切忌酗酒。

5.保持良好睡眠。每天推荐午休1小时左右。如果长期入睡困难或有严重的打鼾并呼吸暂停者，应当及时就医。如使用安眠药，请遵医嘱。

6.定期自我监测血压。测前应当休息5分钟，避免情绪激动、劳累、吸烟、憋尿。每次测量两遍，间隔1分钟，取两次的平均值。高血压患者每天至少自测血压3次（早、中、晚各1次）。警惕血压晨峰现象，防止心肌梗死和脑卒中；同时应当避免血压过低，特别是由

于用药不当所致的低血压。

7.定期监测血糖。老年人应该每1~2个月监测血糖一次，不仅要监测空腹血糖，还要监测餐后2小时血糖。糖尿病患者血糖稳定时，每周至少监测1~2次血糖。老年糖尿病患者血糖控制目标应当适当放宽，空腹血糖<7.8毫摩/升，餐后2小时血糖<11.1毫摩/升，或糖化血红蛋白水平控制在7.0%~7.5%即可。

8.预防心脑血管疾病。老年人应当保持健康生活方式，控制心脑血管疾病危险因素。如控制油脂、盐分的过量摄入，适度运动，保持良好睡眠，定期体检，及早发现冠心病和脑卒中的早期症状，及时治疗。

9.关注脑卒中早期症状，及早送医。一旦发觉老年人突然出现一侧面部或肢体无力或麻木，偏盲，语言不利，眩晕伴恶心、呕吐，复视等症状，必须拨打“120”，紧急送到有条件的医院救治。

10.重视视听功能下降。避免随便挖耳；少喝浓茶、咖啡；严格掌握应用耳毒性药物（如庆大霉素、链霉素等）的适应证；力求相对安静的生活环境。听力下降严重时，老年人要及时到医疗机构检查，必要时佩戴助听器。定期检查视力，发现视力下降及时就诊。

中医大讲堂
ZHONGYIDA JIANGTANG

淮北市相山区人民法院网络拍卖公告

淮北市相山区人民法院将于2021年12月30日10时至2021年12月31日10时在淘宝司法拍卖网络平台上进行网络拍卖。

一、拍卖标的：①淮北市相山区深蓝华庭10幢203室，起拍价：481357元。②淮北市相山区相阳路106号1802室，起拍价：922440元。③淮北市相山区长山路桓潭路交叉口马一#604室，起拍价：522664元。④濉溪县紫薇路东侧河路北都中国府33栋2003室，起拍价：474330元。⑤濉溪县淮海路126号，起拍价：3446334元。⑥濉溪县淮海路101室、102室、103室、104室、105室，起拍价：1080148元。⑦淮北市相山区长山路19号相山庭院西锦园1幢111室，起拍价：552878元。

二、拍卖地点：淘宝司法拍卖网络平台sf.taobao.com

三、报名时间：自公告发出到拍卖开始前。

四、竞买手续：有意竞买者登录sf.taobao.com/0560/02，报名竞标并缴纳保证金。

五、其他事项：与上述有关的案件当事人，担保物权人及其他优先购买权人届时应参加本次拍卖会，如缺席，则丧失相关权利，本公告视为送达担保物权人及其他优先购买权人。

六、详情请查看淘宝司法拍卖网络平台拍卖公告，竞买须知。

咨询电话：18956118286

淮北市相山区人民法院

2021年11月29日

拍卖公告

一、受委托，我公司定于2021年12月7日上午9时在中拍平台拍卖标的：51辆轻型载货汽车；50辆轻型载货汽车；竞拍保证金每个标的3000元。标的的信息详见拍卖清单。

二、标的展示时间及地点：看样时间：2021年11月29日至2021年12月6日 地点：淮北市境内

三、参拍条件：具有完全民事行为能力的企业法人、自然人均可参加竞拍。竞拍者于2021年12月6日下午16时30分前持1.携带有效证件和资质；2.竞拍保证金缴至淮北市亿隆拍卖有限公司后到公司办理登记手续，资料费：每标的100元。其他要求详见拍卖须知。

报名地址：淮北市相山区创客10号楼C18室
电话：1856159696 孟先生
淮北市亿隆拍卖有限公司
2021年11月29日

公 告

范孝祥（身份证号码：

340602198210060619）为我公司

在岗职工，因无正当理由，已连续

旷工超过15天或年度内累计旷工

超过30天，严重违反企业规章

制度。为加强劳动纪律管理，进

一步规范用工，限自公告刊登之

日起15日内返回我公司办理解

除劳动合同事宜，逾期不到，根

据《中华人民共和国劳动合同法》

和《相山水泥公司员工惩处规

定》，与你解除劳动合同，并通知

你自解除劳动合同后60日内到

淮北市人力资源和社会保障局办

理相关手续，逾期不办，责任自

负。

淮北相山区人民法院

2021年11月29日

银发经济迎政策利好，老年消费蕴含哪些新机遇？

■新华社记者 胡洁菲

新华社上海 11月28日电

《中共中央国务院关于加强新时代老龄工作的意见》提出，积极培育银发经济。记者了解到，作为银发经济中的重要环节，老年消费近年来迎来加速期，从产品供给到服务模式的创新，在帮助老年人提高生活品质的同时，也成为提振消费的一个亮点。

——走专业化路线，老年体验店、老年商场快速发展。适合老年人使用的保湿乳、具有杀菌除臭功能的珍珠纤维内衣、坐上去可以旋转的洗澡椅……在上海市闵行区一家商城的老年用品专卖店内，来购物的老年消费者络绎不绝。

上海银发无忧科技发展有限公司负责人吕双勇说，开发老年用品，一是要产品创新，走专业化路线。比如研发老人鞋，就要有大量的脚型数据支撑。针对成熟的品类，也要不断地开展“微创新”，使之更加符合老年人的需求。二是要了解老年群体的消费心理，做好供应链，把产品成本降下去。“当前老年消费市场不乏新奇、高端的产品，但高性价比永远是刚需，这要求企业在确保质量的同时控制好成本。”吕双勇说。

抓住菜场、广场、卖场这三大老年人聚集的高频“场域”，以银发无忧为代表的老年体验店、专卖店正在全国快速发展。“老年市场和婴童市场有很多相似性，比如轮椅和童车、老人鞋和学步鞋。对比婴童单一品牌百亿级的销售额，老年用品未来增长空间还很大。”吕双勇说。

——聚焦老年人“冲浪”需求，电商纷纷推出“长辈模式”。随着电商对人们生活渗透不断

加深，线上购物成为银发群体的“新潮流”。今年10月，一些主流电商平台首次推出“双11长辈会场”，并正式上线“长辈模式”，该模式有着信息简化、字体放大的特点，还有语音助手功能，充分满足老年人的多元需求。

相关机构发布的《老年人数字生活报告》显示，2017年至2019年，我国60岁以上老年群体消费金额的年复合增长率达到20.9%。中国人民大学副教授王鹏表示，老年人融入数字生活是大势所趋，信息技术向纵深发展也会让传统的养老生活与数字化、智能化相融合。

——