

编辑:周陆培 美编:刘玉容 校对:贺然 组版:刘晓燕
以高质量发展为全球
提供更多更好中国服务

七部门联合印发《汽车行业稳增长工作方案》 力争全年汽车销量2700万辆

新华社北京9月2日电 记者2日从工业和信息化部获悉,工业和信息化部等七部门近日联合印发《汽车行业稳增长工作方案(2023—2024年)》,提出2023年力争实现全年汽车销量2700万辆左右,同比增长约3%,新能源汽车销量900万辆左右,同比增长约30%,汽车制造业增加值同比增长5%左右等一系列目标。

为努力实现汽车行业经济发展

主要预期目标,方案提出7方面工作举措。

支持扩大新能源汽车消费方面,明确落实好现有新能源汽车车船税、车辆购置税等优惠政策,组织开展公共领域车辆全面电动化先行区试点工作。

稳定燃油汽车消费方面,明确各地不得新增汽车限购措施。

推动汽车出口提质增效方面,明确鼓励汽车企业加快研发和生产面向国

际市场的汽车产品,加大“一带一路”沿线国家和新兴市场开拓力度。

促进老旧汽车报废、更新和二手车消费方面,提出鼓励地方综合运用经济、技术等手段推动国三及以下排放标准乘用车、违规非标商用车淘汰报废,推动完善报废机动车回收利用体系,支持二手车流通规模化发展。

提升产品供给质量水平方面,提出支持开展车用芯片、固态电池、操作系统、高

精度传感器等技术攻关和推广应用。

保障产业链供应链稳定畅通方面,提出发挥产业链供应链畅通协调平台作用,推动形成大中小企业协同创新合力。

完善基础设施建设与运营方面,提出优化配套环境,推动充电设施布局建设、配套电网扩容改造有序开展,鼓励大功率充电、智能有序充电、“光储充放”一站等新技术推广应用,鼓励地方加快氢能基础设施建设。

从多彩暑假转入新学期校园生活,专家建议——

做好“三调整”远离开学综合征

全国多地中小学近日陆续开学,从丰富多彩的暑假生活转入新学期校园生活,学生身心需要调整,在此过程中可能会出现不同程度的“开学综合征”,其表现包括紧张焦虑、胃肠不适、注意力不集中、作业拖延等。

“开学综合征”不仅出现在开学前,通常会延续至开学后的一段时间。专家建议,在开学初,应重点从三方面进行身心健康调整。

调饮食:时令“食补”防疾病 蔬菜蛋白不可少

对于学生来说,开学后面对生活环境与节奏的改变,可能引起食欲不振、腹泻等胃肠方面的反应,对此,通过合理饮食可预防和缓解。

“季节变化时,防治季节性流行病应从饮食开始。”杭州市儿童医院中医科副主任刘莎莎提醒,秋季开学后,很快将迎来白露节气,天气易干燥,常觉口干舌燥,皮肤易出现干裂,建议在三餐中适当多选择滋阴的食物,如山药、莲藕、百合、银耳、萝卜、梨、枸杞等。对于脾胃功能较弱的孩子,可适当食用百合莲子粥、红枣粥、地瓜粥等。

此外,一些学生在暑假期间饮食不规律,缺乏运动,摄入过多的碳水化合物,体重增长明显。湖南长沙市的初中生小刘就是其中之一。“开学后明显感觉上课精力不如以前,听到一些同学讨论自己的体重时,心情也不太好。”小刘说。

“值得警惕的是,营养科接诊了很

多暑假期间过度摄入奶茶等含糖饮料的儿童。”中南大学湘雅二医院营养科医生邓历敏说,过量饮用含糖饮料会增加发生龋齿、肥胖等疾病风险。

专家建议,学生应养成良好的饮食习惯。邓历敏提示,一是要做到餐餐有蔬菜,保证每天摄入不少于300克的新鲜蔬菜,并可搭配菌藻类食物,合理摄入水果,注意果汁不能替代鲜果;二是适量摄入优质蛋白质,比如鱼、禽、蛋、瘦肉等;三是规律进餐,定时定量,足量饮水,合理选择零食。

调作息:早睡早起有规律 每日锻炼要保障

“最近几天,女儿每晚都熬夜赶暑假作业。”杭州市民张芸芸无奈地说,在暑假最后几天想给孩子调整作息的计划没能实现。专家提醒,晚上缺觉、白天犯困,容易引发“开学综合征”。

开学后,中小学生就要进入“早起模式”。“改变作息规律不是一蹴而就,需要循序渐进。”杭州市第七人民医院睡眠医学科副主任余正和建议,对于没能养成早睡早起习惯的孩子,可将入睡时间一点点地前移,再辅以一些有助睡眠的行为,如在睡前一小时舒缓情绪、不使用电子产品等。

“睡眠日记”也是家长帮助孩子调整作息的科学途径。广西壮族自治区人民医院睡眠医学科主任赵明建议,家长和孩子可以一同记录每天的上床时间、熄灯时间、入睡时间、夜醒时间、起床时间以及午休和小睡时间。“连续记录开学前两周的情况,如果条件允许,可以让孩子在周末睡到自然醒。”赵明说,根据记录的数据,计算出孩子每天的平均睡眠时长、上学日以及非上学日的睡眠时长,再由此制定孩子的上床和起床时间,帮助孩子建立良好作息习惯,保障充足睡眠。

一些家长反映,假期时间充裕时,孩子会积极进行体育锻炼,开学后积极性明显下降。广西壮族自治区妇幼保健院儿童保健科暨发育行为儿科主任江蕙芸建议,家长应在日常生活中积极引导,在家庭中营造运动的氛围,提高孩子参加体育锻炼的主动性。

调心理:情绪变化要关注 关心陪伴不可少

应对“开学综合征”,离不开心理上的调适。“对于有些孩子来说,开学是个坎儿。”杭州市儿童青少年心理健康诊疗中心执行主任王奕权说,家长

发现孩子在开学前后出现负面情绪时,可重点从以下方面关注孩子的心理状况:一是日常行为是否有反常表现,且持续一段时间;二是与老师、同学以及家人的沟通交流是否顺畅;三是情绪是否稳定。

“通常来说,关注到孩子一些持续的异常行为后,要针对问题进行探究,不能简单认为是叛逆。”王奕权说,如果孩子的异常行为持续两周以上没有明显改善,或异常行为发生一周后情况趋于恶化,应向学校心理老师寻求帮助,或到专业医疗机构进行评估。

“对于幼升小、小升初、初升高的新生,其心理状态和变化需要重点留意。”广西壮族自治区妇幼保健院临床心理科主任雷灵说,“新的校园环境、学习节奏和社交,会对学生产生一定影响,学校和家庭都应给予其足够的关注与支持。”

雷灵建议,家长可适当引导孩子正面应对不良情绪,通过与孩子共同准备学习用品、制定学习计划等亲子互动,帮助孩子做好心理建设。为防止孩子养成写作业拖延的不良习惯,家长在开学之初要多加关注,及时纠正,“父母的以身作则和陪伴关爱很重要。”

据新华社北京9月2日电

开学后,中小学生就要进入“早起模式”。

“改变作息规律不是一蹴而就,需要循序渐进。”杭州市第七人民医院睡眠医学科副主任余正和建议,

对于没能养成早睡早起习惯的孩子,可将

入睡时间一点点地前移,再辅以一些

有助睡眠的行为,如在睡前一小时

舒缓情绪、不使用电子产品等。

据新华社北京9月2日电

发现孩子在开学前后出现负面情绪

时,可重点从以下方面关注孩子的

心理状况:一是日常行为是否有反

常表现,且持续一段时间;二是与老

师、同学以及家人的沟通交流是否

顺畅;三是情绪是否稳定。

“通常来说,关注到孩子一些持

续的异常行为后,要针对问题进行

探究,不能简单认为是叛逆。”王奕

权说,如果孩子的异常行为持续

两周以上没有明显改善,或异常行

为发生一周后情况趋于恶化,应向

学校心理老师寻求帮助,或到专业

医疗机构进行评估。

“对于幼升小、小升初、初升高的

新生,其心理状态和变化需要重点留

意。”广西壮族自治区妇幼保健院临

床心理科主任雷灵说,“新的校园环

境、学习节奏和社交,会对学生产生一

定影响,学校和家庭都应给予其足够

的关注与支持。”

雷灵建议,家长可适当引导孩子

正面应对不良情绪,通过与孩子共

同准备学习用品、制定学习计划等

亲子互动,帮助孩子做好心理建设。

为防止孩子养成写作业拖延的不

良习惯,家长在开学之初要多加关

注,及时纠正,“父母的以身作则和陪

伴关爱很重要。”

据新华社北京9月2日电

开学后,中小学生就要进入“早起模

式”。

“改变作息规律不是一蹴而就,需

要循序渐进。”杭州市第七人民医

院睡眠医学科副主任余正和建议,

对于没能养成早睡早起习惯的孩

子,可将入睡时间一点点地前移,再

辅以一些有助睡眠的行为,如在睡

前一小时舒缓情绪、不使用电子产

品等。

“通常来说,关注到孩子一些持

续的异常行为后,要针对问题进行

探究,不能简单认为是叛逆。”王奕

权说,如果孩子的异常行为持续

两周以上没有明显改善,或异常行

为发生一周后情况趋于恶化,应向

学校心理老师寻求帮助,或到专业

医疗机构进行评估。

“对于幼升小、小升初、初升高的

新生,其心理状态和变化需要重点留

意。”广西壮族自治区妇幼保健院临

床心理科主任雷灵说,“新的校园环

境、学习节奏和社交,会对学生产生一

定影响,学校和家庭都应给予其足够

的关注与支持。”

雷灵建议,家长可适当引导孩子

正面应对不良情绪,通过与孩子共

同准备学习用品、制定学习计划等

亲子互动,帮助孩子做好心理建设。

为防止孩子养成写作业拖延的不

良习惯,家长在开学之初要多加关

注,及时纠正,“父母的以身作则和陪

伴关爱很重要。”

据新华社北京9月2日电

开学后,中小学生就要进入“早起模

式”。

“改变作息规律不是一蹴而就,需

要循序渐进。”杭州市第七人民医

院睡眠医学科副主任余正和建议,

对于没能养成早睡早起习惯的孩

子,可将入睡时间一点点地前移,再

辅以一些有助睡眠的行为,如在睡

前一小时舒缓情绪、不使用电子产

品等。

“通常来说,关注到孩子一些持

续的异常行为后,要针对问题进行

探究,不能简单认为是叛逆。”王奕

权说,如果孩子的异常行为持续

两周以上没有明显改善,或异常行

为发生一周后情况趋于恶化,应向

学校心理老师寻求帮助,或到专业

医疗机构进行评估。

“对于幼升小、小升初、初升高的

新生,其心理状态和变化需要重点留

意。”广西壮族自治区妇幼保健院临

床心理科主任雷灵说,“新的校园环

境、学习节奏和社交,会对学生产生一

定影响,学校和家庭都应给予其足够

的关注与支持。”

雷灵建议,家长可适当引导孩子

正面应对不良情绪,通过与孩子共

同准备学习用品、制定学习计划等

亲子互动,帮助孩子做好心理建设。

为防止孩子养成写作业拖延的不

良习惯,家长在开学之初要多加关

注,及时纠正,“父母的以身作则和陪

伴关爱很重要。”

据新华社北京9月2日电

开学后,中小学生就要进入“早起模

式”。

“改变作息规律不是一蹴而就,需

要循序渐进。”杭州市第七人民医

院睡眠医学科副主任余正和建议,

对于没能养成早睡早起习惯的孩