

谱写金融高质量发展新篇章

——习近平总书记在省部级主要领导干部推动金融高质量发展专题研讨班开班式上的重要讲话强信心、明方向

新华社记者 吴雨 姚均芳 刘羽佳

省部级主要领导干部推动金融高质量发展专题研讨班16日至19日在京举行。习近平总书记在开班式上发表重要讲话,深刻阐释金融强国的丰富内涵,明确坚定不移走中国特色金融发展之路的方向,奏响推动金融高质量发展的时代强音。

连日来,社会各界认真学习习近平总书记重要讲话精神。大家表示,要把思想和行动统一到讲话精神上来,锚定金融强国建设目标,奋发有为、笃行不怠,扎扎实实推进各项政策和工作落实到位,谱写金融高质量发展新篇章。

领航定向 中国特色金融发展之路越走越宽广

党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央积极探索新时代金融发展规律,不断加深对中国特色社会主义金融本质的认识,不断推进金融实践创新、理论创新、制度创新,逐步走出一条中国特色金融发展之路。

“中国特色金融发展之路是一条前无古人的开创之路,既遵循现代金融发展的客观规律,又具有适合自身国情的鲜明特色。”国家金融与发展实验室副主任曾刚表示,“在中央金融工作会议后,总书记对金融工作再次作出深刻阐述和重点部署,重申‘八个坚持’,对于我们正确理解和认识我国金融发展面临的形势任务、坚定不移走好中国特色金融发展之路具有重要意义。”

新时代新征程金融工作怎么看、怎么干?“八个坚持”已成为金融从业者的根本遵循和行动指南。

“‘八个坚持’是党领导金融工作的历

史经验总结,为推进金融高质量发展指明了方向、规划了路径。”中国建设银行风险管理部总经理王勇表示,国有大行必须把“坚持党中央对金融工作的集中统一领导”摆在第一位,将党的领导贯穿于改革发展、经营管理、风险防控等工作的各方面和各环节,履行好服务实体经济主力军和维护金融稳定压舱石的职责。

陕西省留坝县青桥驿镇党委书记刘鑫对习近平总书记强调的“坚持以人民为中心的价值取向”感触很深。近两年,青桥驿镇普惠贷款年均增速达35%,有力推动乡村产业发展。“我们对金融助力乡村振兴、推动高质量发展充满期待,要继续用好金融政策发展文旅产业和林下经济,进一步拓宽群众增收渠道。”刘鑫说。

从乡村到城市,推动金融高质量发展的实践不断深化。

“习近平总书记提到坚持把金融服务实体经济作为根本宗旨,让我们备受鼓舞。”成都华日通讯技术股份有限公司董事长莫昊舸说,“公司的研发离不开稳定的资金支持。以金融服务实体经济、赋能科创领域为契机,我们将不断提升自主创新能力,突破更多技术卡点,为高质量发展注入更多活力。”

谋定而动 加快从金融大国迈向金融强国

加快建设金融强国,是党中央立足中国式现代化建设全局作出的战略部署。开班式上,习近平总书记鲜明提出“六个强大”,明确了金融强国的关键核心要素。

“‘六个强大’为建设金融强国指明了实践路径,其中强调要拥有强大的货币,强大的中央银行,让我们深感使命在肩。”中国人民银行宏观审慎管理局局长李斌表示,落实习近平总书记重要讲话精神,重点要加快建设现代中央银

行制度,健全货币政策和宏观审慎政策双支柱调控框架,实现币值稳定和金融稳定目标,特别是防范化解系统性金融风险,为国民经济健康稳定发展提供有利的货币金融环境。

纵观世界金融发展史,国际金融中心的变迁是金融强国兴衰的重要标志。

“建设金融强国需要更具竞争力的国际金融中心。助力上海国际金融中心建设,增强国际金融中心竞争力和影响力,是滴水湖金融湾的职责所在。”上海临港集团总裁翁恺宁表示,作为上海自贸试验区临港新片区跨境金融总部集聚、金融业务创新的承载区,滴水湖金融湾将继续发挥敢闯敢试精神,推动区域开放创新发展,争做发展“新引擎”。

建设金融强国,必须加快构建中国特色现代金融体系。

“习近平总书记提出建立健全‘六大体系’,揭示了建设金融强国的内在要求、实践路径和主攻方向。”在中欧国际工商学院教授盛松成看来,“六大体系”从金融调控、金融市场、金融机构、金融监管、金融产品和服务、金融基础设施等方面,描绘了中国特色现代金融体系的宏伟蓝图。

金融机构是金融强国建设的重要微观基础。对于建立健全“分工协作的金融机构体系”,中国进出口银行客户服务管理部总经理林罡感触颇深:“进出口银行要肩负起政策性金融的特殊使命,聚焦主责主业,充分发挥在支持对外贸易、跨境投资、对外合作和开放型经济建设等领域的专业优势,在服务国家战略和推动高质量发展方面不断取得新突破、新成效。”

重在落实 统筹推进经济 and 金融高质量发展

一分部署,九分落实。“推动金融

高质量发展必须全面加强金融监管。”国家金融监督管理总局政策研究司司长李明肖说,“我们将坚持强监管严监管,着力提高监管的前瞻性、精准性、有效性和协同性。协同构建全覆盖的金融监管体制机制,努力消除监管空白和盲区,真正做到‘长牙带刺’、有棱有角,实现金融监管横向到边、纵向到底。”

坚决守住不发生系统性风险的底线,地方政府必须守土有责、守土尽责。

山东省地方金融监督管理局局长陈颖表示,山东将积极配合中央金融管理部门建立兜底监管、信息共享和联合检查机制,厘清压实部门、行业、企业、市县等各方责任,落实好属地风险处置和维稳责任。

推动金融高质量发展,深化改革、扩大开放是必由之路。

环球供应链与离岸贸易金融服务平台上线、推动人民币国际化……厦门自贸片区积极推动金融高水平对外开放,创新成果涌现。“我们将加速自贸区金融改革创新步伐,进一步探索建设制度型开放高地,统筹推进经济和金融高质量发展,为中国式现代化建设作出新的更大贡献。”厦门自贸片区管委会财政金融局局长代斌说。

“作为全球系统重要性银行,中国银行将充分发挥全球布局和经营管理优势,进一步推动金融高水平对外开放,实现做优做强。”中国银行公司金融部总经理王晓表示,作为金融队伍中的一员,要强化使命担当,增强金融思维和专业能力,确保工作部署落实落地,坚定不移走中国特色金融发展之路,奋力谱写金融高质量发展新篇章。

新华社北京1月22日电

春节近 年味浓

1月22日,人们在山东省青州市云门山街道一家集贸市场选购年货。

春节临近,各地张灯结彩。人们逛花市、赏花灯、置办年货,年味渐浓。

新华社发(王继林摄)

“十四五”规划目标任务的关键一年,也是人民政协成立75周年。住蚌政协委员纷纷表示,将始终保持不懈怠的精神状态和一往无前的战斗姿态,群策群力、敢作善为,锐意进取、共同奋斗,不断开拓新思路、谋求新突破、展现新作为,在同心同向的协商中增进各方共识、凝聚发展力量,为安徽和蚌埠经济社会高质量发展作出更大贡献。

(上接01版)

过去一年,省人大常委会认真贯彻落实习近平总书记关于坚持和完善人民代表大会制度的重要思想和关于安徽工作的重要讲话重要指示精神,积极发展全过程人民民主,认真履行宪法法律赋予的职责,自觉落实党对人大工作的全面领导,深入贯彻党中央决策部署和省委工作要求,聚焦服务新时代安徽高质量发展中心大局,着力回应人民群众对美好生活的期盼,全面推进依法治省,突出人大代表主体地位,不断提升依法履职能力水平,圆满完成省十四届人大一次会议确定的各项任务,为加快建设现代化安徽作出积极贡献。

砥砺前行开新局,击鼓催征再出发。今年是新中国成立75周年,是实现“十四五”规划目标任务的关键一年。我们要更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围,认真学习贯彻习近平总书记

关于安徽工作的重要讲话重要指示精神,深刻领悟“两个确立”的决定性意义,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,完整、准确、全面贯彻新发展理念,更好落实稳中求进、以进促稳、先立后破的要求,夯实“稳”的基础,增强“进”的动能,树立“破”的勇气,提高“立”的质效,紧扣“三地一区”战略定位、“七个强省”奋斗目标,真抓实干,锐意进取,在中国式现代化新征程上奋力谱写更加壮丽的安徽篇章。

“大鹏之功,非一羽之轻也;骐骥之速,非一足之力也。”安徽高质量发展的光明前景,来自每一个人的奋斗与创造。我们坚信,与会省人大代表必将与高度的责任感和使命感,认真履行宪法和法律赋予的职责,圆满完成大会预定的各项任务,为奋力走出新时代安徽高质量发展新路作出更大贡献!

预祝大会圆满成功!

·健康园地·

血液透析会透走营养吗？ 血液透析患者的营养管理

营养不良是血液透析患者的重要并发症,也是贫血、微炎症状态和心血管并发症的重要病因。相当一部分血液透析患者存在蛋白质-能量消耗,加重了各种代谢紊乱,与患者死亡和住院事件风险增加密切相关。营养治疗是改善血液透析患者微炎症状态、贫血、骨矿物质代谢异常等并发症的重要基础。正确的饮食指导是提高血液透析患者生活质量的重要因素之一。

民以食为天,常说病从口入。血液透析患者应该怎么吃才算科学饮食,才能更有利于自身健康呢?

1.饮食原则

中国慢性肾脏病营养治疗临床实践指南(2021版)推荐:维持性血液透析患者,每日蛋白质摄入量应达到1.0—1.2g/kg(优质蛋白质占总蛋白质的60%以上),能量达到35~40KCal(kg/d);控制水和钠盐的摄入量;避免高磷、高钾的食物。

以标准体重为60kg的血液透析患者为例:一日能量及蛋白需求为:能量=60×(35~40)=2100~2400kcal,蛋白质=60×(1.2)=72g。

2.主食的选择

主食的选择上血液透析患者和正常人相差不多;适度提高优质蛋白的摄入比例,有助于血液透析患者保护残余肾功能,而主食中含有大量的非优质蛋白,故血液透析患者可将部分主食换成低蛋白主食,如粉丝、淀粉、特制的低蛋白主食等;现在提倡健康人多食粗粮,但粗粮中钾离子含量较高,且含有大量的非优质蛋白,故血液透析患者不可多食粗粮,应尽量选择精制米面。

3.蔬菜的选择

蔬菜是维生素、矿物质和膳食纤维的良好来源,可以预防高脂血症、糖尿病、便秘和维生素缺乏等症状;许多血液透析患者不敢吃蔬菜是害怕蔬菜中钾含量较高,其实蔬菜中的钾易溶于水,血液透析患者在食用蔬菜前先将其焯水可去除大部分的钾离子;一般血液透析病人也应和普通人一样每天食用一斤新鲜蔬菜,但注意不要喝蔬菜汤汁。

4.肉类的选择

肉类是优质蛋白质的良好来源,血液透析患者每天应保证食用一定量的肉类。一方面,提高优质蛋白的摄入比例;另一方面,防止营养不良,提升机体免疫力;

不同肉类各有优缺点,如红肉类(猪瘦肉、牛肉等)可以帮助补铁,但含有饱和脂肪酸,对心血管有不良影响。而白肉类富含不饱和脂肪

酸,对心脑血管有保护作用,但没有太大的补铁效果;血液透析患者可以在控制总蛋白量的前提下,交替食用这些肉类,每周每种肉类至少要在餐桌上出现一次。

5.透析患者饮食需足够的热量

a.热量摄入充足可防止组织蛋白分解,提高蛋白质的利用率。

b.热量摄入量:35~40KCal(kg/d)

c.热量的主要来源是适量的糖类,对于脂肪摄入量应当加以适当限制,但提倡补充植物脂肪。碳水化合物:脂肪=3:1

d.建议多选择植物蛋白低而含热量高的食品,如番薯、芋头、粉丝等。

6.限盐、限钾、限磷

a.普通的血液透析患者应和普通人一样,应把食盐限制5g以内。若合并高血压的血液透析患者则应选择低钠饮食,每天的食盐量控制在3g以内;1g盐相当于5ml酱油的含钠量,若血液透析患者因口味太淡而产生厌食情况可以食物蘸酱油代替食盐。减少食用腌制、烟熏、罐头等加工食品。烹饪时可搭配少量的柠檬、番茄、洋葱或醋、白糖等具有特殊风味的食材调料,减少盐、味精、酱油等含钠较高的调味料。

b.钾易溶于水,故血液透析患者可以通过将蔬菜焯水、不喝蔬菜汤等方式控制钾摄入量。蔬菜可以用清水煮3~5分钟。捞起来后沥干有降低钾含量的效果,再进行油炒或凉拌。含钾量高的蔬菜,如根茎类可以先去皮、切碎,再泡水来降低钾含量。禁忌吃生食(包括生鱼片、蔬菜等)未煮熟的食物。汤类含大量的钾离子不宜多食,蔬菜汤、火锅浓汤、咖啡、茶、水果干、果果汁等。避免摄取含钾量高的蔬菜有:香菇、紫菜、榨菜、竹笋、芹菜、红萝卜、菠菜、空心菜、苦瓜、花菜等。避免摄取含钾高的水果:桔子、香蕉、哈密瓜、枇杷、龙眼、桃子、榴莲、干果等。钾含量低的水果有苹果、菠萝、柠檬等。

c.方便面、罐头等食品含有大量的无机磷,且吸收利用率接近100%,因此不吃泡面、罐头等食品是血液透析患者控制磷摄入量的有效手段。

7.结语

血液透析不是世界末日,是为了让患者达到更好的生活,积极的心态是健康的基石。让患者更好的、更从容地面对生活,身体状态、精神状态都可以得到极大的保障。

蚌埠市第三人民医院 葛洪波

(上接01版)

“一年来共提交提案841件”“省委、省政府主要领导对政协履职成果分别作出67次、39次肯定性批示”“参加调查研究、协商议政、民主监督各类活动近5000人次”……省政协委员陈华认为,

初心如磐显担当 履职建言聚合力

一个个数字是省政协倾情履职、为民建言的踏实足迹,也是倾力服务全省经济社会发展大局的缩影。“报告中对2024年的工作安排定位准确、思路清晰,具有很强的全局性、前瞻性、指导性。我将继续立足本职,扎实履职、认真建言,

做到议题选择准、情况调研透、协商内容精、议政质量高,胸怀‘国之大者’,聚焦‘民之关切’,努力交出新时代合格的委员答卷。”

初心如磐显担当,履职建言聚合力。今年是新中国成立75周年,是实现

生活·资讯

招聘求职/房源租赁/生活服务

刊登电话: 4010358 QQ: 934437821

装饰设计

专业搬家

找工作 招职工

装修热线

TEL:2861072

13855264565

开锁服务

★心安开锁 2077110

蚌埠新闻网:

www.bbnews.cn

遗失声明登报

网上办理证件遗失声明,公告发布,分类广告,请扫二维码、方便、快捷。

QQ群

蚌埠市发改委部分农副产品价格监测信息

名 称	单 价	名 称	单 价	名 称	单 价
粳 米	¥2.41	山 药	¥5.46	香 菜	¥5.24
面粉1	¥2.27	生 姜	¥6.72	青 菜	¥2.50
大豆油	¥72.59	莲 藕	¥3.51	茼 蒿	¥2.93
食用调和油	¥74.09	洋 葱	¥1.97	菠 菜	¥3.82
猪后座肉	¥12.43	胡 萝 卜	¥1.67	韭 菜	¥3.54
鲜牛肉	¥36.91	蒜 头	¥7.03	长茄子	¥3.90
鲜羊肉	¥37.30	土 豆	¥2.06	青 椒	¥3.68
鸡 蛋	¥5.17	大 葱	¥2.30	西红柿	¥4.70
小仔鸡	¥13.25	芹 菜	¥2.96	黄 瓜	¥2.92
鲫 鱼	¥9.88	黄豆芽	¥2.18	冬 瓜	¥1.88
四季豆	¥6.02	莴 笋	¥2.24	西蓝花	¥3.92
毛 豆	¥5.27	蒜 苗	¥5.76	大白菜	¥1.05

以上为2024年1月22日部分农副产品市场均价,供参考。单位:元/500克 油:元/5升