

全方位培养引进用好人才

——论学习贯彻习近平总书记中央人才工作会议重要讲话

人民日报评论员

人才是实现民族振兴、赢得国际竞争主动的战略资源。在中央人才工作会议上，习近平总书记强调要下大气力全方位培养、引进、用好人才，并作出重要部署。

当前，世界百年未有之大变局加速演进，中华民族伟大复兴进入关键时期。全球范围内新一轮科技革命和产业变革蓬勃兴起，世界各国都在抢抓机遇，国际人才争夺日趋白热化。我国要实现高水平科技自立自强，归根结底要靠高水平创新人才。下大气力全方位培养、引进、用好人才，形成人人渴望成才、人人努力成才、人人皆可成才、人人尽展其才的良好局面，才能实现2035年跻身创新型国家前列、建成人才强国的战略目标。

人才工作，基础在培养，难点也在培养。这些年来，党中央坚持高端引领、整体推进，加快构建科学的人才培养体系，着力培养更多适应高质量发展、高水平科技自立自强的各类人才，成果丰硕。应当看到，培养人才是国家和民族长远发展的大计，当今世界人才的竞争首先是人才培养的竞争。我们必须增强忧患意识，更加重视人才自主培养，加快建立人才资源竞争优势。要走好人才自主培养之路，高校特别是“双一流”大学要发挥培养基础研究人才主力军作用，全方位谋划基础学科人才培养，建设一批基础学科培养基地，培养高水平复合型人才；要制定实施基础研

究人才专项，长期稳定支持一批在自然科学领域取得突出成绩且具有明显创新潜力的青年人才；要培养造就大批哲学家、社会科学家、文学艺术家等各方面人才。习近平总书记深刻指出：“我国拥有世界上规模最大的高等教育体系，有各项事业发展的广阔舞台，完全能够源源不断培养造就大批优秀人才，完全能够培养出大师。我们要有这样的决心、这样的自信。”

不拒众流，方为江海。党的十八大以来，按照党中央部署，各地各部门各单位把握人才全球化新趋势新特点，实施更加积极、更加开放、更加有效的人才政策，创新方式方法，完善工作举措，大力推动人才国际交流合作，“近者悦、远者来”的引才育才格局进一步形成，我国逐步从世界最大人才流出国转变为人才回流国，正在成为创新人才高度集聚、创新要素高度整合、创新活动高度活跃的全球人才高地。要结合新形势加强人才国际交流，构建有效的引才育才机制，集四海之气，借八方之力，聚天下英才而用之。

人才难得，轻视不得，耽误不得。要用好用活各类人才，对待急需紧缺的特殊人才，要有特殊政策，不要求全责备，不要论资排辈，不要都用一把尺子衡量，让有真才实学的人才英雄有用武之地；要建立以信任为基础的

人才使用机制，允许失败、宽容失败，鼓励科技领军人才挂帅出征；要为各类人才搭建干事创业的平台，构建充分体现知识、技术等创新要素价值的收益分配机制，让事业激励人才，让人才成就事业。要优化人才表彰奖励制度，加大先进典型宣传力度，在全社会推动形成尊重人才的风尚。

我们党立志于中华民族千秋伟业，必须培养一代又一代拥护中国共产党领导和我国社会主义制度、立志为中国特色社会主义事业奋斗终身的有用人才。做好人才工作必须坚持正确政治方向，不断加强和改进知识分子工作，鼓励人才深怀爱国之心、砥砺报国之志，主动担负起时代赋予的使命责任。对广大人才而言，也应继承和发扬老一辈科学家胸怀祖国、服务人民的优秀品质，心怀“国之大事”，为国分忧、为国解难、为国尽责。

千秋基业，人才为本。踏上向第二个百年奋斗目标进军的新征程，更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，深入实施新时代人才强国战略，下大气力全方位培养、引进、用好人才，我们就一定能让各类人才的创造活力竞相迸发、聪明才智充分涌流，为实现中华民族伟大复兴的中国梦汇聚磅礴力量。

(原载2021年10月03日《人民日报》第1版)

关于献血，你必须要知道这些基本常识

一直以来，网络上关于无偿献血的说法不一，事实上，《中华人民共和国献血法》第八条规定：血站是采集、提供临床用血的机构，是不以营利为目的的公益性组织。各级政府应对血站的事业经费和人员经费要纳入政府的财政预算统筹安排，保证其正常、健康运转。所以，血站不是盈利机构，更不是暴利机构。

献血会让人身体状况变差？

事实上，献血让身体变差的说法纯属子虚乌有。要知道，献血的流程非常严格，血液也不是你想献就可以献的。无偿献血前，采供血机构会做严格的体格检查(健康征询、体检、血液检测等)，献血者要符合无偿献血体格检查标准才可以参加无偿献血。一名符合献血条件的健康成年人一次献血200至400毫升是非常安全的，并不会影响献血者身体健康。

献血有哪些好处？

定期参加献血可以促进血细胞的生成，可使骨髓保持旺盛活力。英国爱丁堡大学与荷兰莱顿大学的研究人员在《Nature Communications》上发表过有关衰老影响因素的研究成果。研究人员发现，血液

中铁代谢异常可能导致许多与衰老有关的疾病，进而影响寿命。也就是说，体内铁质过剩会对人体健康极为不利，献血不失为一种有效排出体内多余铁质的方法。

献血有哪些注意事项？

1、《血站技术操作规程》2019版中规定：国家提倡献血年龄为18周岁~55周岁；男性体重≥50千克，女性体重≥45千克。捐献全血后间隔半年以上可再次捐献全血，间隔三个月以上可捐献成分血；捐献成分血两周后可再次捐献成分血，间隔一个月后可捐献全血。

2、有经血传染性、重要器官有严重问题等情况均不能献血，有感冒、炎症或女性例假前三天等情况要暂缓献血。

3、献血前一星期不要服药。

4、献血前一餐需清淡饮食，空腹献血，献血前宜适量饮用适量的糖水或白开水。

5、献血前一天和当天不饮酒。

6、献血前一晚与献血当天应保证充足睡眠，不宜做剧烈运动。

7、献血时请携带有效身份证件(公民身份证、军人证、护照、驾驶证等)。

提高全民科学素质专栏

北碚区科协 主办

重庆市北碚区2020年水土保持工程建设以奖代补项目奖补公示

经工程结算审计和财务决算审计之后，我局组织了2020年水土保持工程建设以奖代补项目的竣工验收工作，并结合各项目区签订实施协议的奖补比例，现将奖补情况进行公示：

序号	项目名称	奖补内容	奖补对象	审定金额	奖补比例	奖补金额
1	重庆市北碚区2020年水土保持工程建设以奖代补项目(东阳项目区)	布设1.0×1.0m型排水沟93.18m,0.5×0.35m型排水沟270.35m,0.3×0.3m型排水沟297.88m;新建2m宽混凝土机耕道767.35m,1.2m宽人行便道564.7m;新建100立方米蓄水池3座,沉砂池7座,工程碑1座,封禁碑2座,不锈钢栏杆84m。	重庆木白农业发展有限公司	737983.29元	67.54%	498433.91元
2	重庆市北碚区2020年水土保持工程建设以奖代补项目(澄江项目区)	整治山坪塘3座,布设0.8×0.6m型排水沟790m,0.6×0.5m型排水沟3416.51m,0.4×0.3m型排水沟1560m,0.3×0.3m型排水沟96.3m;新建2m宽混凝土机耕道449.81m,2m宽混凝土路带沟带坎1374.91m,1.5m宽作业便道2054.53m,1.2m宽作业便道1560.59m,堡坎工程3416.51m;新建100立方米蓄水池1座,沉砂池1座,穿路管涵32处,田坎加固工程560m,封禁碑2座。	重庆澄悦农业发展有限公司	3453512.42元	69.12%	2387067.78元
3	重庆市北碚区2020年水土保持工程建设以奖代补项目(歇马项目区)	布设0.4×0.3m型排水沟5976.62m;新建2m宽透水混凝土机耕道3268.35m,2m宽透水砖C35机耕道2918.4m,2m宽C20砼机耕道1091.85m,1.2m宽透水砖C35机耕道1190m,堡坎工程6787.25m;新建100立方米蓄水池1座,沉砂池3座,工程碑1座,封禁碑1座。	重庆缙麓文化旅游发展有限公司	5231170.65元	69%	3609507.75元

公示日期:2021年10月15日至2021年10月21日(5个工作日)。如果对该结果有质疑,请在公示期内书面送至我单位监督部门。(联系人:谢老师 联系电话:68860221)

重庆市北碚区水利局
2021年10月15日

全民健康生活方式系列知识(三)

“减糖”宣传核心信息

(一)减糖来减添加糖

各人群均应减少添加糖(或称游离糖)的摄入,但不包括天然水果中的糖和主食中的天然碳水化合物。

(二)认识添加糖

添加糖是指人工加入到食品中的糖类,具有甜味特征,包括单糖和双糖。常见的有蔗糖、果糖、葡萄糖等。日常生活中的白砂糖、绵白糖、冰糖、红糖都是蔗糖。

(三)糖的危害多

饮食中的糖是龋齿最重要的危险因素,过多摄入会造成膳食不平衡,增加超重、肥胖以及糖尿病等慢性疾病患病风险。

(四)控制添加糖摄入量

中国居民膳食指南推荐成年人每人每天添加糖摄入量不超过50克,最好控制在25克以下,糖摄入量控制在总能量摄入的10%以下。

(五)儿童青少年不喝或少喝含糖饮料

含糖饮料是儿童青少年摄入添加糖的

主要来源,建议不喝或少喝含糖饮料。

(六)婴幼儿食品无需添加糖

婴幼儿建议以喝白开水为主,制作辅食时也应避免人为添加糖。

(七)减少食用高糖类包装食品

建议减少饼干、冰淇淋、巧克力、糖果、糕点、蜜饯、果酱等在加工过程添加糖的包装食品的摄入频率。

(八)烹饪过程少加糖

家庭烹饪过程少放糖,尝试用辣椒、大蒜、醋和胡椒等为食物提味以取代糖,减少味蕾对甜味的关注。

(九)外出就餐巧点菜

在外就餐时适量选择糖醋排骨、鱼香肉丝、红烧肉、拔丝地瓜、甜汤等含糖较多的菜品。

(十)用白开水替代饮料

人体补充水分的最好方式是饮用白开水。在温和气候条件下,成年男性每日最少饮用1700毫升(约8.5杯水),女性最少饮用1500毫升(约7.5杯水)。

卫生与健康专栏

北碚区卫生健康委员会 主办

社会主义核心价值观阐释

爱国

民族精神的核心

爱国是民族精神的核心,它建立起公民与祖国最牢固的情感纽带。“谁不属于自己的祖国,那么他也不属于人类。”中华民族有着深厚的爱国主义传统。对祖国的忠诚和热爱,是每一个公民的起码道德,也是中华民族最深沉的文化基因。

我们倡导的爱国,就是把个人价值的实现同推动国家的繁荣发展对接,把人生意义的提升同增进最广大人民的福祉相连,不断加深对祖国悠久历史、灿烂文化的认同,不断增强做中国人的骨气和底气;就是让个人梦想与国家梦想紧密结合,把我们的国家建设好,把我们的民族发展好。

摘自:任仲平文章
《凝聚当代中国的价值公约数》

遗失启事

▲黄兰兰遗失残疾证,证件号码:51021519571008002413,声明作废。
▲重庆市北碚区柳荫镇蓝天幼儿园,遗失食品经营许可证副本,许可证编号:JY35001090007632,声明作废。

尊敬长辈的道理,
我懂得。

家风
传承

中宣部宣教局 中国文明网