



从“心”启航！ 关爱超3亿人的“银龄健康”

我国有超3亿60岁以上人口,关爱他们的心理健康,是健康中国的时代命题。今年6月23日至29日开展的全国老年健康宣传周,主题聚焦“银龄健康,从心启航”,号召全社会协力为“夕阳红”织起心灵守护网。

“身心共管”,关注老年人心理健康

根据国家卫生健康委《中国健康老年人标准》,一个老年人的健康水平可从躯体健康、心理健康、社会健康3个维度来评估,其中心理健康占比三分之一。

调查显示,我国26.4%的老年人存在不同程度的抑郁症状,其中6.2%的老年人有中度抑郁症状。老年人的心理健康问题往往隐匿性强,焦虑、抑郁导致的头疼、心慌有时会被误认为躯体疾病。

北京协和医院心理医学科副主任医师姜楠说,躯体健康和心理健康密切相关,身上的疾病会给老年人带来消极情绪,而心理健康也会反过来影响血压、血糖等指标,一些焦虑症、抑郁症

患者还会出现各种“躯体症状”。“身心共管”很重要。姜楠指出,老年人一方面要保持健康的生活方式,积极配合治疗,管理好慢性基础疾病,另一方面也要关注心理健康状态,保持心情舒畅。

此外,还有“运动处方”:坚持适量的运动锻炼,还可以通过腹式呼吸法、正念冥想、渐进式肌肉放松等方法缓解紧张情绪。这样不仅能提高心肺功能,增强免疫力,还能疏解压力,舒畅情绪。

中国中医科学院广安门医院心理科主任王健说,临床研究证明,辨证内服中药,八段锦、太极拳等传统导引术以及针灸、推拿、耳穴压丸等外治方法,都有助于老年人改善心理健康、防治心理疾病。

老有所为,创造金色年华的“意义感”

中国老龄科学研究中心2024年发布的一项调查显示,我国近四分之一的老年人有孤独感。

首都医科大学附属北京安定医院常务副院长、老年精神科主任医师张庆斌介绍,原有社会关系的改变,社会角色的淡化,都会使老年人产生失落感、无价值感,这时更要注意保持社交、培

养兴趣爱好。在国家老年大学搭建的全国老年教育公共服务平台,来自湖北的唐文杰已累计学习超2000小时,她说:“学习是一种生活态度,我希望成为志愿者,影响和带动更多人。”

老年教育不仅是知识的传授,更是心灵的滋养与赋能。国家开放大学(国

家老年大学)副校长范贤睿说,通过系统化的心理健康课程和数字素养课程,可以帮助老年人构建积极心态,掌握现代生活工具,拓展社交圈层,在人生的金色年华里,重新发现并创造属于自己的“意义感”。

自2023年3月挂牌成立,国家老年大学已构建覆盖全国城乡的服务体系。线下设立44家省级分部、65家分校,30家共建单位、6.8万个基层学习

沐浴夕阳,从“养老”变“享老”

近日,一位老人通过北京安定医院“12356”心理援助热线,有效调整了自己与家人的沟通方式。

热线管理人员崔思鹏说,老年人求助的比例约3%,主要涉及家庭关系和隔代子女教育等问题。

张庆斌建议子女多关注老年人的精神心理需求,如老人出现烦躁、敏感多疑、记忆力变差、回避社交等信号,要及时寻求专业帮助。

中国老龄协会宣传部主任庞涛说,呵护老年人心理健康,需要全社会共同努力。通过加强社区、家庭、医院合作,对有需要的老年人进行上门探访、心理抚慰,为老年人提供更及时有效的精神卫生服务。

国家卫生健康委于2022年至2025年在全国范围内开展老年心理关爱行

动,同时提升基层工作人员的心理健康服务水平。

依托AI技术,时时、处处、处处学习场景扩大了老年人的“朋友圈”;钟南山、张伯礼等院士主讲的“国家老年大学”开学第一课“观看量逾千万;每天早上都有近2.5万名学员跟练打卡八段锦课程……

“国家老年大学还要继续创新,成为老年教育‘主渠道’、主动健康‘强导向’和银发经济‘催化剂’。”范贤睿说。

关爱老年人,还要助力他们跨越“数字鸿沟”。范贤睿说,今年下半年,国家老年大学部分校区计划引入人工智能应用相关课程,持续赋能老年人熟练运用智能技术,畅享数字生活便利。

近日,民政部等19部门联合印发《关于支持老年人社会参与 推动实现老有所为的指导意见》,提出到2035年,老年人社会参与服务体系更加健全,适合老年人的多样化、个性化就业岗位更加丰富,积极老龄观成为全社会共识等。

“愿你我老去时,都能从容沐浴夕阳,实现老有所学、老有所乐、老有所为的美好愿景。”张庆斌说。

(新华社)



6月24日,游客在海南省三亚市大东海海域乘坐游艇体验海上项目。随着2025年暑期旅游旺季临近,海南省三亚市文旅部门精心打造“清凉三亚·浪漫天涯”主题旅游季。三亚附近海域聚集了各式游艇,场面蔚为壮观,吸引众多国内外游客前来体验游艇出海游玩,尽享美丽三亚的欢乐与清凉。

赵颖全 摄

严查! 全国非法倾倒处置 固体废物专项整治行动启动

生态环境部新闻发言人裴晓菲6月25日介绍,经国务院同意,生态环境部、最高人民法院、最高人民检察院等8部门近日联合启动全国非法倾倒处置固体废物专项整治行动,计划用3年左右时间,在全国范围内开展集中整治,遏制非法转移倾倒处置固体废物高发态势。

在生态环境部当天举行的新闻发布会上,裴晓菲介绍,此次专项整治行动以非法倾倒填埋危险废物、工业固体废物、建筑垃圾,以及非法拆解处置报废机动车、废弃电器电子产品、退役新能源设备、退役动力电池等为重点,聚焦路网交织、城乡结合、拆迁地块、行政交界等区域和山边、水边、岸边等“三边地带”,以及河流湖泊、荒滩荒地、坑塘道口、矿坑溶洞、自然保护区、林地等无区域和生态敏感区域,组织人员开展巡查排查,并运用卫星遥感、无人机巡查等先进技术手段,及时发现非法倾倒填埋固体废物和非法拆解处置废弃设备及消费

品等污染环境。行动期间,将严查非法倾倒处置固体废物行为,依法及时查处非法倾倒填埋危险废物的产废单位、运输单位或个人,有效斩断“黑色”利益链条。将非法倾倒处置固体废物犯罪行为,对涉及非法排放、倾倒、处置固体废物严重污染环境或对公共财产造成经济损失,涉嫌构成犯罪需依法追究刑事责任的,应依法加快查处,提高法律震慑力。

按照专项行动的部署,到2025年底,完成问题排查和整改措施制定,以及能立行立改和环境污染隐患突出的问题整改;到2026年底,总体完成排查发现问题的整改;到2027年底,完成整改“回头看”。

裴晓菲说,生态环境部已在门户网站开设非法倾倒处置固体废物线索征集专栏,公开举报电话及邮箱,各地也按要求在门户网站上公布了线索征集渠道,欢迎社会各界提供问题线索。

(新华社)

全国生态环境志愿者人数超3500万

截至目前,全国生态环境志愿服务队伍有大约30万支,志愿者人数超过3500万,实施了151万个项目活动,成为传播绿色理念、推动生态文明建设的重要力量。

6月25日,生态环境部新闻发言人裴晓菲在新闻发布会上介绍了这一情况。

近日,生态环境部公布2025年第一批“美丽中国,志愿有我”生态环境志愿服务清单,共包括22项志愿服务项目活动,主要围绕清河净滩、减塑降噪、社区环境美化、排污许可、核安全等领域开展。

他表示,清单的发布旨在推动

落实《“美丽中国,志愿有我”生态环境志愿服务实施方案(2025—2027年)》,宣传推广生态环境志愿服务项目活动,为志愿者提供参与机会和岗位,促进志愿服务供需对接,同时也为地方制定当地生态环境志愿服务清单提供模板示范。

裴晓菲说,通过发布生态环境志愿服务清单,吸引更多年轻人根据个人兴趣和时间安排,选择心仪的项目参与志愿服务,扩大生态环境志愿服务队伍,为美丽中国建设贡献力量。

(新华社)

九部门联合发文 推动黄金产业高质量发展

工业和信息化部、国家发展改革委、自然资源部等九部门日前联合印发《黄金产业高质量发展实施方案(2025—2027年)》,提出到2027年,我国资源保障能力和产业链创新水平明显提升,黄金资源量增长5%至10%,黄金、白银产量增长5%以上。

黄金是战略性矿产资源,兼具商品和货币属性,对维护国家产业安全和金融安全具有重要意义。实施方案明确,到2027年,突破一批关键共性技术和装备,新一代电子信息、航空航天、高端医疗器械、新能源等领域用黄金、白银高端新材料供给能力明显增强;培育形成一批优质企业,标准体系不断健全,产业结构进一步优化。展望2035年,相关产业高质量发展格局将全面形成,资源综合保障能力明显增强,建成全球领先的技

术体系和产业体系。

实施方案部署了一系列重点任务,提出推进国内资源增储上产,加大地质勘查找矿力度;强化关键技术和装备攻关;建设一批绿色矿山和绿色工厂,推进废弃电器电子产品、退役光伏组件等黄金、白银回收;鼓励新建企业提高生产规模,培育具有全球竞争力的企业集团;加快数字化改造升级,支持企业开展地测采协同规划;鼓励企业不断高质量共建“一带一路”,融入全球黄金产业链供应链等。

据悉,工业和信息化部下一步将会同有关部门加强统筹协调,强化央地协同和部门联动,加大政策支持力度,扎实推动各项政策措施落地见效,加快促进黄金产业高端化、智能化、绿色化、安全化发展。

(新华社)



6月24日,游客在大足石刻景区参观。

大足石刻位于重庆市大足区,始建于初唐,是重庆市唯一的世界文化遗产。近年来,当地将数字技术运用于大足石刻保护工作,为这一世界文化遗产的活化利用注入新活力。

目前,大足石刻已有75处文物保护单位实现数字化信息采集全覆盖,初步完成数字档案建设。同时,大足石刻景区运用人工智能、云计算、大数据等技术创建“智慧景区”,打造8K球幕电影、VR体验等项目,丰富游客体验。

唐奕 摄

19条新举措! 金融促消费明确“路线图”

6月24日,中国人民银行等6部门联合对外发布《关于金融支持提振和扩大消费的指导意见》,推出19条重点举措,明确了金融促消费的“路线图”,更好满足消费领域金融服务需求。

手机上申请,消费贷款秒到账;使用信用卡买单,餐费可打折;“国补”叠加分期免息,消费品以旧换新优惠多……围绕提振消费,金融机构积极行动,金融“活水”正源源不断流向消费领域。

为进一步支持提振和扩大消费,6部门推出了19条重点举措,从支持增强消费能力、扩大消费领域金融供给、挖掘释放居民消费潜力、促进提升消费供给效能、优化消费环境和政策支撑保障等六个方面,明确了当前金融支持消费增长的方向和重点。

扩大消费领域金融供给,要发挥好信贷支持主渠道作用。意见提出,创新优化信贷产品,加大对符合条件的消费经营主体首贷、续贷、信用贷、中长期贷款支持力度。

这意味着,越来越多的经营主体

将参与到消费经济中,运用信贷打破创业困局,借助信用助力轻资产企业更好发展,利用续贷和中长期贷款获得稳定可持续的资金支持。

在指导意见中,这样的利好政策还有很多:比如,增加对批发零售、餐饮住宿、家政服务、养老托育等领域信贷投放;加大对报废机动车回收拆解、废旧家电回收及家电以旧换新、家装厨卫“焕新”、生活必需品保供相关企业信贷支持力度;丰富居民购车消费信贷产品供给……

助力释放消费潜力,并非要靠信贷“放水”,而是要“精准滴灌”,加大消费重点领域金融支持。此次意见明确了金融支持消费的重点领域——商品消费、服务消费和新型消费,并给出了相应引导:

在推动扩大商品消费方面,鼓励

金融机构多渠道、多方式做好消费品以旧换新金融服务;在支持发展服务消费方面,围绕文化旅游、体育、娱乐、教育培训、居住服务等领域创新融资模式;在助力培育新型消费方面,探索金融支持数字消费、绿色消费、健康消费等新型消费的有效渠道和方式。

在居民消费升级的浪潮中,个性化、品质化的需求不断涌现,金融机构正紧跟多元化消费场景发展新趋势,逐步将潜在需求转化为现实。

在支持文旅体育设施、赛事演艺场馆、医疗养老设施等消费基础设施建设,到加大对交通、物流、仓储、供应链等商贸流通项目信贷支持力度,再到支持骨干市场设施、冷链物流基地、乡镇商贸中心、商场超市、集贸市场等改造升级……金融触角不断延伸,努力疏通消费链条上的每一个节点,促进提升消费供给效能。

引导金融机构加大金融供给,需要强化政策激励。设立服务消费与养老再贷款,用好用足支农支小再贷

款额度,支持符合条件的消费金融公司、汽车金融公司、金融租赁公司发行金融债券……这些意见中提到的金融工具将持续发力,帮助相关机构和企业获得更低成本的资金,为扩大消费营造良好的金融环境。

全方位提振消费是一个系统工程,需要把握好关键环节,打好政策“组合拳”。意见强调要夯实宏观经济基础,强化金融与财政、产业等政策协同联动,将支持增强居民消费能力作为金融发力的重要方向。

深入实施创业担保贷款政策,鼓励创新适应家庭财富管理需求的金融产品,支持居民就业增收,优化养老、健康等保险保障体系……一系列政策举措助力居民能消费、敢消费,正持续释放消费潜力。

看清方向、明确重点,金融机构正从消费供给和需求两端强化金融供给,推动加速金融“活水”持续流向消费领域,为推动经济发展添动能。

(新华社)