

每天综合体育活动时间不低于2小时

三部门发文防控儿童青少年高度近视

据教育部网站消息,近日,教育部、国家卫生健康委、国家疾控局联合印发《关于防控儿童青少年高度近视的通知》(以下简称《通知》),推动各地、学校和家庭持续践行健康第一教育理念,科学认识、切实防控儿童青少年高度近视。

《通知》明确了高度近视的内涵和危害,高度近视通常是指近视度数大于等于600度或眼轴长度大于等于26毫米的屈光不正状态。儿童青少年近视程度一旦发展为高度近视,可能会演变成病理性近视,增加发生视网膜脱离、黄斑病变、青光眼、白内障等并发症风险,造成不可逆的视力损害,是致盲性眼病的主要原因之一。

《通知》就主动预防高度近视发生提出了6个方面的防控举措。

一是保障用眼环境。各地教育部门要指导中小学校落实教室、宿舍、图书馆(阅览室)等采光照明要求,使用并定期维护符合国家标准要求、有利于视力健康的照明设施,采购高度和学生身高、发育相匹配的可调节式课桌椅,减少教学过程中电子产品使用时长。

二是增加户外活动。中小学校要严格落实中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时,推行“课间15分钟”。引导已近视的学生进一步增加户外活动时间。

三是加强日常护眼。中小學生可通过经常性远眺等方式放松眼睛,保持“一拳一尺一寸”的正确读写姿势,坚持规范做眼保健操。

四是掌握近视底数。各地教育部门要组织和督促中小学校严格

落实中小學生每学年1次健康体检和每学期2次视力监测,准确报送视力监测主要信息。

五是跟踪重点对象。中小学校要在健康体检或视力监测中重点关注每年近视度数增长超过50度或眼轴长度增长超过0.2毫米的学生。

六是家校医协同防控。中小学校要及时向家长反馈学生近视度数增长过快等情况,提醒家长带孩子到医疗机构进行全面眼健康检查,遵照医嘱采取科学的防控措施延缓近视发展。

《通知》要求,各地教育、卫生健康、疾控部门要加强对防控高度近视的宣传教育,医疗机构、中小学校要为高度近视的学生建立视觉健康档案,规范记录眼轴长度、眼底检查、矫正视力等信息,及时发现高度近视并发病风险并进行针对性干预。建议家长做好孩子高度近视后的防控工作,至少每半年带孩子到医疗机构进行1次全面的眼健康随访检查,出现异常情况及时就医。鼓励中小学校教育引导已高度近视的学生主动缩短连续近距离用时时长,减少连续使用视屏类电子产品时间。已高度近视的学生要注意避免可能对眼球和头部有直接冲击或明显震荡的剧烈运动,可在运动时佩戴合适的防护眼镜,防止眼外伤。各地教育部门要指导中小学校面向已高度近视的学生加强心理健康教育 and 关心关爱,帮助他们正确认识眼健康状况,积极应对高度近视带来的影响。

据中新网

围绕扩内需 国家发改委拟从三方面发力

新华社北京10月20日电(记者 何晓 魏玉坤)内需是拉动经济增长的主动力和稳定锚。记者20日获悉,国家发展改革委将会同有关部门,以更大力度、更实举措有效扩大内需,重点从三方面发力。

“一是坚持惠民生和促消费相结合,大力提振消费。”国家发展改革委国民经济综合司副司长左刚在当日举办的国家发展改革委新闻发布会上说,统筹促就业、增收入、稳预期,合理提高公共服务支出占财政支出比重,加大直达消费者的普惠政策力度;推动商品消费扩容升级,促进新能源汽车、智能产品等商品消费。

他表示,另一个发力点是坚持投资于物和投资于人紧密结合,积极扩大有效投资。具体而言,强化“十五五”规划纲要109项重大工程与“六张网”规划建设协同推进,

组织做好六网协同场景示范;用好超长期特别国债资金,加快新型政策性金融工具资金投放使用,加大对社会民生、科技创新、产业升级、安全韧性等领域补短板、锻长板支持力度;完善民营企业参与重大项目长效机制,常态化向民营企业推介投资项目,用好民间投资专项担保政策工具。

“三是完善扩大内需体制机制,促进供需高效畅通循环。”左刚表示,出台全国统一大市场建设条例,统一产权保护、市场准入等基础制度规则,完善有利于统一大市场建设的统计、税收、考核制度,清理优化不合理限制性措施;持续深化地方政府投融资模式、居民收入分配制度等方面改革;完善相关标准体系,提升商品和服务供给质量;高标准联通市场设施,降低全社会流通成本。

南水北调东线启动 2026—2027年度全线调水

记者从中国南水北调集团了解到,10月20日,南水北调东线一期工程启动2026—2027年度全线调水。

这是南水北调东线通水十四年以来最早一次启动调水。本调水

年度计划向江苏省净增供水5.61亿立方米,安徽省净增供水0.42亿立方米,山东省净增供水6.65亿立方米。苏鲁省际工程台儿庄泵站计划向山东省调水10.07亿立方米。

据央视新闻客户端

“衣脉同心——民族服饰的多元共生”展在北京举行



10月20日在“衣脉同心——民族服饰的多元共生”展上拍摄的鄂伦春族袍皮女袍。

当天,该展览在北京服装学院通州校区举行。展览精选北京服装学院民族服饰博物馆百余件馆藏民族服饰精品,从民族服饰礼仪盛装、服饰制作精湛技艺、服饰材料多元形态三个维度,呈现不同时期、不同地域异彩纷呈的中华服饰风貌。

新华社记者 鞠焕宗 摄

三季度 1.92 亿人次出入境 免签入境外国人同比上升 24.1%

10月20日,国家移民管理局召开新闻发布会,发布2026年三季度移民管理主要数据。

三季度,全国移民管理机构累计查验出入境人员1.92亿人次,同比上升7.9%;其中内地(大陆)居民9596万人次、港澳台居民7314万人次、外国人2327.2万人次,同比分

别上升7.4%、6.4%、15.6%。其中,免签入境外国人达899.2万人次,占入境外国人总数的77.5%,同比上升24.1%。入境外籍旅客排名前十位的国家为俄罗斯、韩国、越南、马来西亚、美国、蒙古国、日本、新加坡、泰国、澳大利亚,占入境旅客总数的63.9%。

据央视新闻客户端

出行请注意！ 新疆两条自驾公路 冬季通行调整

记者从新疆文化和旅游厅了解到,因冬季来临,阿禾公路开启冬季通行模式、伊昭公路部分路段实施冬季交通封闭。

阿禾公路自2026年10月16日起正式开启冬季通行模式,仅允许已安装雪地胎的7座以下(含7座)四驱越野车通行。

阿勒泰市往返禾木双向通行时段为10:00~14:00。

阿勒泰市至野卡峡通行时段

为10:00~17:00。

所有进入阿禾公路的车辆请于当天20:00前驶离。

伊昭公路部分路段实施冬季交通封闭,S237(伊昭公路)伊宁至昭苏K35+000—K72+000段自2026年10月20日10时起道路封闭,2027年开放时间另行通告。前往昭苏县的车辆,请绕行G577线通行。

据央视新闻客户端

哥伦比亚一架“黑鹰”坠机 机上15人全部生还

新华社波哥大10月19日电(记者 李子健)哥伦比亚军方19日证实,一架载有15名军人的UH-60型黑鹰直升机当天在该国西南部考卡省发生坠机事故,机上人员全部生还,部分人员受伤。

哥军方在一份声明中说,事故发生是在考卡省因萨市,当时这架直升机正在执行军事物资补给和人

员运输任务,随后意外坠机。

哥军方表示,机上15名军人全部生还,其中部分人员受伤。目前,所有人员均已接受医疗救治,健康状况稳定。

哥军方还表示,事故发生后已启动相关应急程序,并派遣专家和技术人员前往事发地点展开调查,以确定事故原因。