

# 2月新规来了



签证协定)将于2月9日(农历除夕)正式生效。届时,双方持普通护照人员可免签入境对方国家从事旅游、探亲、商务等私人事务,停留不超过30日。

## 【地方】湖北:上调最低工资标准

自2月1日起,湖北调整全省最低工资标准。调整后,全日制就业劳动者月最低工资标准按区域划分为三档,依次为2210元、1950元、1800元。

## 重庆:民用无人机所有者应实名登记

《重庆市民用无人驾驶航空器公共安全管理办法》自2月1日起施行。办法要求,重庆市行政区域内的民用无人驾驶航空器所有者应当依法进行实名登记。涉及境外飞行的民用无人驾驶航空器,应当依法进行国籍登记。

## 北京:职业院校学生参加工伤保险

北京人社局等四部分发布的《关于职业学校实习学生参加工伤保险工作的通知》自2月1日起施行。通知提出,实习单位为接收的实习生按单险种参加工伤保险,并按时足额缴纳工伤保险费,工伤保险关系生效。

## 成都:人才入户放宽至大专

《成都市居住证积分管理办法》《成都市户籍迁入登记管理办法》自2月20日起施行,有效期3年。据两办法,成都东部新区、简阳市、都江堰市、彭州市、邛崃市、崇州市、金堂县、大邑县、蒲江县等9区域取消积分入户;合法稳定就业和合法稳定居住即可落户,需在成都市域范围内连续缴纳社保满6个月,并持有9个区域有效期内居住证;35周岁以下的全日制普通高校专科学历毕业生可落户成都,普通高校研究生学历毕业生落户取消了年龄限制。

## 沈阳:非居住空间不得出租供人员居住

《沈阳市租赁房屋治安管理规定》自2月1日起施行。规定明确,出租的房屋,其建筑、消防设备、出入口和通道等,应当符合消防安全和治安管理规定;危险和违法建筑的房屋,不得出租。出租房屋应当以原设计的房间为最小出租单位。人均租住建筑面积不得低于沈阳市的最低标准,承租人不得有法定赡养、扶养、抚养义务的除外。厨房、卫生间、阳台和储藏室以及其他非居住空间不得出租供人员居住。

## 上海:鼓励推广食安封签使用

《上海市网络餐饮服务食品安全监督管理办法(试行)》自2024年2月1日起施行,有效期至2026年1月31日。办法要求,入网食品经营者在第三方平台或自建交易网站上公示的信息应与其实体店经营地址、经营项目、店招等信息一致,不得进行虚假或者引人误解的商业宣传,欺骗、误导消费者。鼓励第三方平台在协议中明确网厨食品经营者实施“互联网+明厨亮灶”和使用“食安封签”的相关要求。

## 广东:老字号品牌创立时间不低于30年

《广东老字号认定管理办法》自2月18日起施行。《办法》对广东老字号应具备的基本条件作出了明确规定:品牌创立时间在30年(含)以上;具有广东民族特色和鲜明的岭南文化特征;面向居民生活提供经济价值、文化价值较高的产品、技艺或服务;在所属行业或领域内具有代表性、引领性和示范性,得到广泛的社会认同和赞誉。

## 中国和新加坡互免签证

《中华人民共和国政府与新加坡共和国政府关于互免持普通护照人员

# 国常会释放稳定资本市场强信号

日前召开的国务院常务会议,听取资本市场运行情况及工作考虑的汇报。业内人士表示,本次会议进一步表明了中央对资本市场的高度重视以及稳定资本市场的决心,会议针对当前A股市场面临的问题对症下药,有助于提振市场信心。

## 稳定市场预期

国常会强调,要进一步健全完善资本市场基础制度,更加注重投融资动态平衡,大力提升上市公司质量和投资价值,加大中长期资金入市力度,增强市场内在稳定性。要加强资本市场监管,对违法违规行为“零容忍”,打造规范透明的市场环境。要采取更加有力有效措施,着力稳市场、稳信心,要增强宏观政策取向一致性,加强政策工具创新和协调配合,巩固和增强经济回升向好态势,促进资本市场平稳健康发展。

业内人士认为,本次国常会是新一届政府首次专门听取关于资本市场运行情况的汇报,并作出明确部署,充分体现了维护资本市场稳定对于经济社会大局的重大意义。

“2024年以来,市场下跌速度有所加快,也出现了一些包括被动平仓等在内的流动性问题和市场失灵现象,需要推出一些强有力的措施,以稳定市场预期,提振投资者信心。此次国常会的召开强调了资本市场的地位,也表明了维护资本市场稳定对于经济社会大局的重要性,有助于增强市场信心。”中信建投证券首席策略分析师陈果对《经济参考报》记者表示。

广发证券发展研究中心策略联席首席分析师郑恺也认为,2024年开年至今,市场再次受到多重因素影响而弱势震荡,此时国常会再次提及资本市场

问题,尤其是提及投融资两端平衡的问题,有助于平抑市场波动,提振投资者信心。

招商基金研究部首席经济学家李湛表示,在当前点位,宏观部门协调一致出台更多有效措施,对于稳市场、稳信心而言,是非常必要的。此次国常会针对资本市场提出的要求,涉及更广范围。既要健全完善资本市场基础制度,更加注重投融资动态平衡,大力提升上市公司质量和投资价值,加大中长期资金入市力度,增强市场内在稳定性,也强调要加强资本市场监管,对违法违规行为“零容忍”,打造规范透明的市场环境。在此基础上,“要采取更加有力有效措施,着力稳市场、稳信心”,要增强宏观政策取向一致性,加强政策工具创新和协调配合,巩固和增强经济回升向好态势,促进资本市场平稳健康发展。

## 增强市场内在稳定性

国常会提出,要“增强市场内在稳定性”。业内人士认为,这需要投资端和融资端共同发力,建立长效资金机制。

“市场内在稳定性的提升需要内在环境与外部机制两方面共同实现。”郑恺对《经济参考报》记者表示,从内在环境来看,市场稳定性的前提是市场信心逐步到达有价格吸引力的、中长期的战略配置区间,恐慌性的抛售压力缓解,资金面的负反馈机制破解。本次会议对于稳定信心和扭转资金负反馈预期,将起到重要作用。

从外部机制来看,需要从健全投融资两端的机制来改善,投资端需要建立健全长期考核机制,积极推动各类中长期资金树立长期投资业绩导向;融资

端则需要合理把握IPO再融资节奏,强化上市公司分红导向并支持上市公司开展股份回购,这也是前期证券监管部门已经推进的有效措施。

陈果指出,增强市场内在稳定性,建立长效资金机制必不可少。A股市场资金一致性的顺周期投资或放大波动,需要加强业绩考核的长期化改革,引导长期资金和“耐心”的资本入市,以提升市场内在稳定性。

他表示,保险机构成立合资私募基金,保险公司当期报表业绩波动减少,可以真正转化为中长期资金,未来可考虑扩大试点规模,推动更多类似试点项目落地。另外,保险资管等投资机构的权益业绩考核周期可适当拉长,提高加强配置风险资产的灵活性。同时,要增加政策方面的支持,鼓励央企增持上市公司股票,增加分红、回购等行为也有助于市场内在稳定性的提升。

公开数据显示,2023年8月底以来,证监会加强逆周期调节,阶段性收紧IPO,合理把握新股发行节奏。与此同时,近年来证监会大力发展权益类基金,积极推动各类中长期资金参与资本市场。截至2023年底,社保基金、公募基金、保险资金、年金基金等各类专业机构投资者合计持有A股流通市值15.9万亿元,较2019年初增幅超1倍,持股占比从17%提升至23%。

## 当前市场安全边际充足

业内机构和专家认为,当前A股已经处于历史级别的高性价比区域,主要指数和机构重仓股估值已处于历史极端水平,安全边际充足。

“国常会针对中短期A股市场面临的问题对症下药,可能加速市场信心恢

复。”申万宏源首席策略分析师傅博涛表示,兜底系统性风险,稳定市场预期,政策力度加码的窗口已经打开。同时,长短期性价比均较高,正是长期配置的绝佳时点,积极引导长期资金入市正当其时。

中金公司指出,当前资产价格已经让投资者过于悲观预期,对市场有利的因素则在边际增加,包括:市场估值处于历史较极端水平,截至1月12日,沪深300指数的前向市盈率8.8倍,对应股权风险溢价位于历史均值上方1倍标准差以上,机构重仓蓝筹股的估值风险已经得到充分释放。去年底至今PSL重启、存款利率调降以及部分城市地产业政策优化等稳增长相关政策新次落地,对经济的支持效果也有望逐步显现。

中信证券也认为,主要指数和机构重仓股估值已处于历史极端水平。当前沪深300的PB仅为1.16,已低于2005年以来的数轮市场周期的底部;创业板指的PB仅比2012年12月初的底部略高;当前A股破净的比例为8.6%,与2019年以来的几轮市场底部接近。主要指数和机构重仓股的估值也仍处于历史低位,截至1月19日,沪深300和创业板的动态市盈率分别处于2010年以来20.7%和0.0%的历史分位数水平,主动型公募和北向资金的前100大重仓股的动态市盈率分别处于同期0.0%和2.3%的极低分位数水平。

中信建投证券指出,从历史上看,因为资金和情绪造成的快速调整往往是市场的最后一跌。主要宽基资产比价及估值位置等指标均反映出当前市场处于极低位置,安全边际充足。

经济参考报



1月30日,旅客在高铁列车上体验非遗文化。当日,中国铁路济南局集团有限公司青岛客运段在齐鲁环线G6955次列车上开展“年俗非遗进高铁”活动,让旅客在旅途中感受传统文化的魅力,营造浓郁的节日氛围。 新华网

# 2023年国企利润总额46332.8亿元

财政部日前发布统计数据显示,2023年全国国有及国有控股企业主要效益指标继续稳步增长,回升向好态势进一步巩固。其中,2023年国有企业利润总额46332.8亿元,同比增长7.4%。

统计显示,2023年,国有企业营业总收入857306.1亿元,同比增长

3.6%;国有企业应缴税费58745.8亿元,同比下降0.5%。此外,2023年12月末,国有企业资产负债率64.6%,上升0.3个百分点。

1月29日召开的中央企业、地方国资委考核分配工作会议提出,2024年中央企业将在前期试点探索、积累经验的基础上,全面推开

上市公司市值管理考核。国务院国资委将坚持过程和结果并重、激励和约束对等,量化评价中央企业控股上市公司市场表现,客观评价企业市值管理工作举措和成效,同时对踩红线、越底线的违规事项加强惩戒。

中国经济网

# 全球数字教育发展指数排名中国升至第9

日前,在2024世界数字教育大会闭幕式上,全球数字教育发展指数正式发布。中国指数排名从第24位跃升到第9位,前进15位。

全球数字教育发展指数是中国教育科学研究院创新应用基于证据的评价范式,所研制的评估各国数字教育整体发展水平的综合性指数。在过去三年,中国通过实施国家教育数字化战略行动,在数字资源建设应用、数字素养培养、数字教育体系构建3个方面取得明显进展。尤其是发挥数字教育发展比较优势,建成世界最大的教育资源中心——国家智慧教育公共服务平台,实现了公共数字教育整体规模化应用的跨越式发展。同时,中国也在较短时间内,在师生数字素养与教育治理的数字化方面,通过实施一系列推进措施,取

得了长足进步。

1月31日,《数字教育前沿(英文)》期刊宣布创刊。该刊为全英文季刊,由中国教育部主管、高等教育出版社主办。该刊聚焦数字技术和教育领域的跨学科研究,关注人工智能在教育中的应用、教育中的增强现实和虚拟现实、数据分析和学习分析、在线及混合学习、移动学习和微学习、数字公平和教育包容性等主题。

2024世界数字教育大会“教育数字化与学习型社会建设”平行会议30日在上海举行。来自35个国家和地区的教育部、高校、研究机构的240余位代表参会。会上介绍了中国将学习型社会作为国家战略推进的历程,分享了建设学习型社会的中国方案、中国经验、中国行动。 光明日报

# 腹部脂肪危害大 4个动作帮你燃脂瘦肚子

人体腹部是最容易堆积脂肪的部位之一。腹部脂肪不仅影响美观,更危害健康。天津市第一中心医院全科医学二科主任李俊峰在接受记者采访时表示,腹部中内脏脂肪的积累严重影响健康,可能导致糖尿病、心血管疾病等,甚至会增加患癌症的风险。

那么,燃烧腹部脂肪有哪些方法呢?李俊峰表示,消除腹部脂肪,饮食很重要,摄入反式脂肪会导致腹部脂肪过多,同时定期锻炼也很重要。有氧运动是减少腹部脂肪的有效方法,抗阻力训练也可以进一步帮助减少腹部脂肪。

李俊峰为大家带来4个简单易学的训练动作,帮你有效燃脂瘦肚子。

## 胯下击掌

站位,双脚与肩同宽,双臂自然下垂;提膝的同时在胯下击掌,膝盖尽可能提高;下肢保持挺直,不要弯腰。本动作亦可取坐位进行。每组30个,做5组。

## 交替提膝

坐位,双脚与肩同宽,双手放于胸前或伸直;呼气,抬起一侧的膝盖,碰到双手后放下;上半身保持挺直,换对侧做相同动作,左右膝盖交替进行。每组30个,做5组。

## 坐位卷腹抬腿

坐位,双腿伸直并拢,双手抓握椅子保持稳定;呼气时发力,腹部用力将腿部提至腹部,在最高点短暂停顿;吸气时缓慢下放双腿至起始位置,过程中保持腹部持续紧张。每组

30个,做5组。

## 肘触膝

坐位,双脚与肩同宽,上半身保持挺直,双手放于双耳两侧;提左膝与右肘触碰;缓慢回正;换对侧做相同动作,左右交替进行。本动作亦可取站位进行。每组30个,做5组。

李俊峰提示,以上训练动作,站位动作适用于中青年或少部分体质较好的老年人群;坐位动作更适用于中青年和大部分中老年人及体重基数较大的人群。

运动时动作尽量保持协调流畅;不过度运动;如感觉不适,可适当降低运动强度或暂停运动。

人民网



# 手写比键盘打字更能增强大脑连通性

发表在新一期《心理学前沿》上的一项研究表明,手写比键盘打字具有更高的大脑连通性,这凸显了让学生接触更多手写活动的必要性。

随着数字设备逐渐取代笔和纸,手写笔记在学校和大学中变得越来越不常见,因为使用键盘通常比手写更快。然而,后者被发现可提高拼写准确性和记忆力。

为了查明手写过程是否会增强大脑的连通性,挪威科技大学研究人员研究了两种书写模式所涉及的潜在神经网络。

研究人员收集了36名大学生的脑电图数据,这些学生被反复提示写下或键入屏幕上出现的单词。书写时,他们使用数字笔直接在触摸屏上书写草书;打字时,他们用一根手指按下键盘上的按键。高密度脑电图使用256个织在网中并放置在头上的小传感器来测量大脑的电活动,每次提示都会记录5秒钟。

结果表明,当参与者手写时,不同大脑区域的连通性会增加,但打字时则不会。使用笔时通过精确控制手部动作获得的视觉和运动信息,对促进学习的大脑连通模式有很大贡献。

尽管参与者使用数字笔进行手写,但研究人员表示,预计与使用真实笔在纸上书写时的结果相同。研究人员认为,由于形成字母时手指的运动可促进大脑的连通性,因此印刷体书写预计也具有与草书书写类似的学习益处。

相反,用同一根手指反复敲击键盘的简单动作对大脑的刺激较小。这也解释了为什么在电脑上学会书写和阅读的孩子可能难以区分彼此镜像的字母,例如“b”和“d”。因为他们没有用自己的身体感受到写出这些字母是什么感觉。

研究人员表示,有必要让学生有机会使用笔,而不是在课堂上打字。但跟上不断发展的技术进步也很重要。学生在手写课堂笔记时可得更多、记忆力更好,而在撰写长文本或论文时,使用带键盘的计算机可能更实用。

科技日报