

央行：指导商业银行依法有序调整存量个人住房贷款利率

# 更好满足居民刚性和改善性住房需求

新华社北京8月1日电（记者吴雨）中国人民银行1日表示，将因城施策精准实施差别化住房信贷政策，继续引导个人住房贷款利率和首付比例下行，更好满足居民刚性和改善性住房需求。指导商业银行依法有序调整存量个人住房贷款利率。

中国人民银行、国家外汇管理局当日召开的下半年工作会议提出，继续精准有力实施稳健的货币政策，持续改善和稳定市场预期，为实体经济稳定增长营造良好的货币金融环境。发挥总量和结构性货

币政策工具作用，大力支持科技创新、绿色发展和中小微企业发展。继续深化利率市场化改革，促进企业综合融资成本和居民信贷利率稳中有降。坚持“两个毫不动摇”，切实优化民营企业的融资环境。

会议提出，支持房地产市场平稳健康发展。落实好“金融十六条”，延长保交楼贷款支持计划实施期限，保持房地产融资平稳有序，加大对住房租赁、城中村改造、保障性住房建设等金融支持力度。

在防范化解重点领域金融风险方面，

会议要求，统筹协调金融支持地方债务风险化解工作。继续推动重点地区和机构风险处置，丰富防范化解系统性风险的工具和手段，牢牢守住不发生系统性金融风险的底线。

会议提出，加强和改善外汇政策供给，维护外汇市场稳健运行。密切关注跨境资金流动情况，加强宏观审慎管理和预期引导，保持人民币汇率在合理均衡水平上基本稳定。深入推进贸易外汇便利化等政策措施。维护外汇市场健康秩序，严厉打击地下钱庄、跨境赌博等违法违规活动。

此外，中国人民银行、国家外汇管理局还将深化金融国际合作和金融业高水平开放。简化境外投资者投资中国市场程序，丰富可投资资产种类。持续提升金融服务和管理水平。持续推进数字人民币研发试点。

据介绍，下半年，中国人民银行、国家外汇管理局系统将精准有力实施宏观调控，加强逆周期调节和政策储备，扎实推动经济高质量发展。



## 第八届全国学生军事训练营开营

新华社北京8月1日电（于晓泉、刘健）由教育部、军委国防动员部共同主办的第八届全国学生军事训练营，8月1日在战略支援部队航天工程大学开营，来自全国31个省（自治区、直辖市）和新疆生产建设兵团的576名学生代表将参加为期14天的军事训练活动。

本届军事训练营以“筑梦航天·点燃青春”为主题，课目设计既充分体现军味战味、又突出航天元素，着眼增强参训学生对人民军队的了解，开设理想信念和航天知识专题讲座，赴中国共产党历史展览馆和中国人民革命军事博物馆开展党史军史学习教育；着眼强化参训学生身心素质，开展轻武器实弹射击、识图用图、医疗救护、行军拉练训练；着眼增强参训学生对航天强国的全面认识，赴多个航天领域

科研院所观摩，开设航天发射直播公开课；着眼激发参训学生对人民军队的崇敬热爱，组织学唱军歌、升国旗仪式、长城宣誓等活动，观看航天题材励志影片，举办军地青年军营联欢会。

举办全国学生军事训练营旨在通过军事理论与军事技能相结合、实地见学与训练体验相结合的方式，教育引导广大青年学生学习掌握军事知识，传承军队优良传统，弘扬军兵种特色文化，全面激发学生献身国防、报效国家热情，推动形成全社会关心国防、热爱国防、建设国防、保卫国防的思想共识和行动自觉。全国学生军事训练营2014年开始举办，自2017年起每届依托一个军兵种、聚焦一个主题举办，起到了极其鲜明的示范引领作用，收到了很好的政治、国防和社会效益。

## “清朗·优化营商环境网络环境 保护企业合法权益”专项行动

### 处置8425个账号

新华社北京8月1日电 国家网信办1日通报，国家网信办近期深入推进“清朗·优化营商环境 网络环境 保护企业合法权益”专项行动，部署指导地方网信办积极受理处置涉企、企业家的不法信息，督促微信、微博、抖音等网站平台快速核查处置涉企投诉举报。截至目前，重点网站平台清理涉企虚假不实等信息8.6万余条，依法依约处置账号8425个。

通报称，网信部门依法严肃查处“全球电动车联盟”“电动车联盟网”“电动车717”“铠

枪”等账号持续发布并集纳电动汽车企业、金融机构等负面信息，要挟相关企业与其开展高额商业合作的问题；查处“拉上窗帘”“网易航空”“基建不倒翁”“谭祖亮科技”等账号捏造、传播虚假不实信息，恶意抹黑攻击国产大飞机C919等违规行为，以及“新铁流”“铁君”“后视镜里de未来”“航空微读”等账号蹭炒涉企热点事件、传播涉企不实信息的问题。

网信部门集中处置假冒仿冒“国家电力投资集团”“中国烟草”“中国化工”“华润集

团”“中国船舶”“国家电网”“交大家教”等账号2800余个，集中处置假冒仿冒企业内设部门“瑞幸咖啡加盟部”“小天鹅美的洗衣机直营部”“广交会预定部”等账号750个，以及盗用知名企业家肖像注册的账号530个。

据悉，国家网信办将持续聚焦网上破坏网络营商环境的各类问题，进一步加强涉企信息举报受理，督促网站平台拓宽举报受理渠道，强化问题网站平台和账号管理。



## 青海化隆油菜花开

日前，位于青海省东部的海东市化隆县，一处海拔约3000米的油菜种植基地内，大片油菜花盛开，宛如金黄色地毯，铺陈在高原。中新社发

## 暑期出游长时间坐车腿肿 当心下肢深静脉血栓

新华社北京8月1日电（记者田晓航）暑期正是出游旺季，有的人在旅途中长时间坐车后，发现小腿变粗并伴有疼痛。护理专家提醒，这可能是下肢深静脉血栓形成，此时应尽快就医，明确诊断，切勿自行按摩小腿。

北京协和医院血管外科护师王欢介绍，人体的下肢静脉日常像“水管”一样源源不断地运输血液，而发生下肢深静脉血栓好比“水管”里出现“淤泥”，导致“水管”堵塞，血液无法回流，引起一系列症状。长期卧床或久坐、不运动、饮水少、手术、怀孕及分娩、某些先天性疾病等因素，都可能导致下肢深静脉血栓形成。

“血流淤滞、血液高凝状

态和静脉壁损伤是下肢深静脉血栓的三大‘帮凶’。”王欢说，久坐、长期卧床的人群或者老年人往往运动量减少，血流速度变慢，叠加“喝水少”等其他因素，就容易引起血液在腿部深静脉内凝聚，形成血凝块阻塞管腔，导致静脉血液无法正常回流；患有某些遗传性疾病或癌症的人，血液更黏稠，容易出现血液高凝状态；而重大手术或者化疗时的一些操作会对静脉壁造成损伤，受损的静脉内皮暴露在凝血因子攻击之下，更易形成血栓。

“长时间乘车或坐飞机的同时如果还很少喝水，就很容易诱发下肢深静脉血栓导致腿肿，这时候如果按摩腿部，

就可能使血栓顺着血流流动到肺动脉，从而发生肺动脉栓塞，危及生命。”北京协和医院血管外科主管护师郭明华说，久坐之后下肢突发肿胀时正确的做法是减少运动，尽快去医院进行超声检查，确诊后及时应用抗凝药物治疗。

专家提醒，长时间坐车时应提前穿上预防血栓的医用弹力袜，旅途中注意经常起来活动，不方便活动时可坐着做踝泵运动（勾脚尖、绷脚尖结合旋转脚踝的运动）。日常预防下肢深静脉血栓，则要尽量避免长时间卧床和不运动；手术后要听从医护人员指导，有计划地进行功能锻炼。同时，要及时补充水分，不让血液变得太过黏滞。