



内蒙古日记

北方新报

®



内蒙古新闻网



正北方网



官方微信



视频号

2025年4月29日 星期二 农历乙巳年四月初二 第6813号

北方新报

★内蒙古日报社主管主办 ★内蒙古新闻网传媒有限责任公司出版

这些补贴,你领了吗?

近期,各部委密集出台了一系列促消费惠民生的补贴政策,涉及文化旅游、电影消费、技能提升、农业、新能源汽车等多个领域,一起来看。

●景区、酒店、剧场促销!惠民补贴超10亿元

文化和旅游部指出,从4月21日至5月31日,引导旅游景区、旅行社、酒店民宿、院团剧场等推出门票减免、折扣套餐、联票优惠等优惠促销活动。以美团、支付宝、高德、携程、华住、喜马拉雅为代表的合作单位拟投入惠民补贴超10亿元。

●看电影有优惠!不少于10亿元
“中国电影消费年”将推出一系列电影消费惠民活动。中国工商银行、中国建设银行、中国银联、猫眼、淘票票等作为主要支持单位,预计投入不少于10亿元观影优惠补贴。

●这些车辆和电池更新有补贴!8万元、4.2万元

《2025年新能源城市公交车及动力电池更新补贴实施细则》指出,利用超长期特别国债资金,对更新新能源城市公交车的,每辆车平均补贴8万元;对更换动力电池的,每辆车平均补贴4.2万元。补贴

资金支持车龄8年及以上,即2017年12月31日前注册登记的城市公交车车辆更新,以及2025年12月31日前超出质保期或不满足安全运营条件的新能源城市公交车动力电池更换。

●技能提升有补贴!最高2000元
《关于延续实施失业保险稳岗惠民政策措施的通知》指出,参加失业保险12个月以上的企业在职职工或领取失业保险金人员,取得初级(五级)、中级(四级)、高级(三级)技能人员职业资格证书或职业技能等级证书的,可按规定相应领

取不超过1000元、1500元、2000元的技能提升补贴。

●种粮、养殖有补贴!到人到户

2025年中央财政强农惠农富农政策清单,包括9项稳定实施的中央财政到人到户农业补贴政策。具体包括耕地地力保护补贴、农机购置与应用补贴、小麦“一喷三防”补助、大豆玉米带状复合种植补助、玉米大豆生产者补贴和稻谷补贴、耕地轮作休耕补助、农业社会化服务补助、草原禁牧补助与草畜平衡奖励、农业保险保费补贴。

(本报综合报道)

草原云 内蒙古新闻网 北方新报 正北方网

健康体重一起行动

居民体重管理核心知识(2024年版)释义

四、平衡膳食,总量控制

健康体重取决于能量摄入与能量消耗的平衡。在控制总能量的基础上,保持平衡膳食模式并长期坚持,是保持健康体重的关键。

对于超重和肥胖人群,应降低每餐的能量摄入,少吃高能量食物,如油炸食品、含糖烘焙糕点、糖果、肥肉等;多吃富含膳食纤维的食物,如全谷物食物、新鲜蔬菜、水果等;规律饮食、控制进食速度、避免暴饮暴食等也有利于保持健康体重。

对于体重过轻者,首先应排除疾病原因,并根据目前的健康状况、膳食和运动情况,逐渐增加能量摄入至相应的推荐水平或稍高于推荐水平。

健康内蒙古
Healthy Inner Mongolia



●内蒙古自治区爱国卫生运动委员会办公室
●内蒙古自治区爱国卫生服务中心

制图:张文龙

总编辑:韩方志 本版主编:王讲波 版式设计:兰 峰 责任编辑:绍 文

新闻热线:0471-6651113 国内统一连续出版物号:CN 15-0052 邮发代号:15-21 广告许可证号:1500004000009 监督电话:0471-6635324 广告中心电话:0471-6635225 发行中心电话:0471-6659531 地址:呼和浩特市金桥开发区内蒙古日报社 邮编:010040 印刷单位:内蒙古日报社印务中心 地址:呼和浩特市金桥开发区乌尼尔西街 电话:0471-6635885