

坚持稳中求进工作总基调——坚定不移走中国特色金融发展之路⑧

稳中求进工作总基调是治国理政的重要原则，也是做好金融工作的方法论

在守住根基、稳住阵脚的基础上积极进取、攻坚克难，金融系统高质量发展才能取得长足进步，金融服务实体经济和国家战略的能力和效率才能大幅提升

稳中求进工作总基调是治国理政的重要原则，也是做好金融工作的方法论。今年以来，金融系统坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，坚持稳字当头、稳中求进，针对经济形势的变化，精准有力实施宏观调控，切实加强金融监管，着力扩大内需、提振信心，防范风险，推动经济运行持续回升向好。实践证明，把握好“稳”与“进”的辩证统一关系，才能为经济高质量发展营造良好的金融环境。

发展是硬道理，稳定也是硬道

理，抓发展、抓稳定两手都要硬。不久前召开的中央金融工作会议，高度概括坚定不移走中国特色金融发展之路的“八个坚持”，“坚持稳中求进工作总基调”是其中重要一条。这是工作要求，也是策略和方法。党的十八大以来，我国金融事业取得历史性成就的一条宝贵经验，就是在保持大局稳定的前提下谋进。前进道路上，要把稳中求进这个方法论运用好，贯彻到金融高质量发展各个方面，既稳定大局，稳扎稳打，又锐意进取、奋发有为，着力夯实“稳”的基础、更多激发“进”的动能，不断开创新时代金融工作新局面。

稳中求进，稳字当头，“稳”是主基调，是大局。改革是经济社会发展的强大动力，发展是解决一切经济社会问题的关键，稳定则是改革发展的前提。实施稳健的货币政策、坚持宏观审慎管理、加强和完善现代金融监管、保持汇率在合理均衡水平上基本稳定、促进资本市场平稳健康发展等一切金融工作，都是在保持大局稳定的前提下稳妥推进的。

金融稳，经济才能稳，市场才能

稳，人心才能稳。金融运行稳定，是保持经济健康发展的重要前提。防控金融风险也是深化金融改革的一个重要目标。只有金融事业发展的方向向稳、方针政策稳、战略部署稳，牢牢守住不发生系统性金融风险的底线，才能稳住宏观经济大盘，为深化金融供给侧结构性改革、推动金融高质量发展赢得有利条件和空间。

稳中求进，不是无所作为，不是强力维稳、机械求稳，而是要在把握好度的前提下奋发有为，争取最好结果。定向降准、债券融资、再贴现等“组合拳”连发，着力解决企业融资难题；机构整合、股权重构、市场退出等改革措施持续推出，中小金融机构改革化险稳妥推进；严厉打击违法违规金融活动，出台《防范和处置非法集资资金条例》，非法集资新发案件量、涉及金额和人数连续多年下降……在守住根基、稳住阵脚的基础上积极进取、攻坚克难，金融系统高质量发展才能取得长足进步，金融服务实体经济和国家战略的能力和效率才能大幅提升。

把握好“稳”与“进”的辩证统一关系，要坚持系统观念、底线思维，把实践作为检验各项政策和工作成效的标准。中央金融工作会议对当前和今后一个时期的金融工作作出部署。无论是“盘活被低效占用的金融资源”，还是“推动股票发行注册制走深走实”，无论是“稳步扩大金融领域制度型开放”，还是“稳慎扎实推进人民币国际化”，都要坚持稳中求进工作总基调，把握好平衡，把握好时机，把握好度，争取在“稳”与“进”的良性互动中，不断推动金融高质量发展取得新突破、实现新跃升。

越是问题复杂、任务重大，越要以稳谋进、以进固稳。认真学习贯彻中央金融工作会议精神，坚持稳中求进工作总基调，持续推进金融事业实践创新、理论创新、制度创新，坚定不移走中国特色金融发展之路，我们信心十足，步履坚定。

人民日报评论

这样做，助骨关节炎患者顺利过冬



卫生与健康

一觉醒来，关节僵硬、腿伸不直是怎么回事？上下楼梯时，膝盖隐隐作痛是什么原因？一到寒冷天气，关节为什么总是疼痛难忍……这些很可能是骨关节炎惹的祸。冬季是骨关节炎发病的高发季，骨关节炎患者该如何顺利过冬？怎样正确预防关节炎、养护关节？对此，专家进行了详细解答。

65岁以上人群中超过50%患有骨关节炎

入冬以来，受寒冷天气影响，部分患者的关节炎症状加重，去医院骨科就诊的患者数量增多。

什么是关节炎？北京积水潭医院矫形骨科主治医师宋洋介绍，关节炎是各种类型关节炎症性疾病的总称，大致可分为骨关节炎、类风湿性关节炎、感染性关节炎、痛风性关节炎、幼年特发性关节炎、继发性关节炎等。这是一种关节软骨发生退行性改变的疾病，很多时候被通俗称为“长骨刺”“骨质增生”等，实际上它不仅有骨的改变，也包括关节周围组织的滑膜、韧带、肌肉等软组织的变化。

“骨关节炎是最常见的关节炎类型，人们常说的‘老寒腿’，老年人腿脚不利索，基本在骨关节炎的范围。”宋洋介绍，骨关节炎是最常见的慢性疾病之一，它好发于中老年人，65岁以上人群中超过50%患有骨关节炎。世界卫生组织发布的数据显示，全球骨关节炎患病人数已超过5亿，国家卫健委发布的数据显示，我国骨关节炎的总患病率达15%，保守估计患者超过1亿。

宋洋介绍，在日常生活中可以根据以下症状判断自己是否得了关节炎——

关节疼痛：关节疼痛是骨关节炎最常见的临床表现，初期疼痛较轻微，然后逐渐加重，上下楼梯或下蹲立

时疼痛也会加重。

晨僵：骨关节炎可能会出现短暂的晨僵，也就是早晨起床时关节僵硬及出现发紧感，通常持续几分钟到十几分钟，很少超过半个小时。

功能障碍：关节炎发作会引起关节肿胀，周围组织水肿，有时会出现关节卡顿，经常出现伸不直或弯不到位等，活动受限。

宋洋提醒，如果关节出现以上这些症状且长时间不能缓解，应及时去医院就诊，以免长时间持续炎症反应对关节造成更为严重的破坏。

低温不是直接导致关节炎的诱因 冬至过后，就是一年中寒冷的三九天。老人经常说“现在不穿秋裤，老了会得关节炎”，骨关节炎是冻出来的吗？

“目前医学研究表明，低温并不是直接导致骨关节炎的诱因，但它会让关节炎的症状更加明显。”宋洋介绍，天冷时关节炎患者血管收缩，不利于血液循环和肌肉等软组织发挥功能，容易加重关节炎，因此建议骨关节炎患者做好防寒保暖工作；寒冷天气下，做好保暖更有利于关节健康，有的年轻人为了好看而穿得较单薄，不注意保护膝关节，可能会埋下骨关节炎的隐患。

宋洋介绍，骨关节炎通常是多个因素共同引发，常见的诱发因素包括年龄、体重、运动、外伤、体质因素等。其中，年龄是最为主要的因素。“我们都知道，随着使用时间的增加，汽车轮胎纹理逐渐磨损，到达一定时间就需要更换，关节也有同样的问题。”宋洋说，随着年龄的增加，关节软骨、半月板等结构都会发生不同程度的磨损，这种磨损会造成关节炎，导致关节出现疼痛、肿胀、活动困难等症状。

同时，体重也是对关节造成影响的重要因素。宋洋提醒，无论在什么年龄阶段，体重的增加都会直接对关节造成更大的压力，在进行站立、行走活动的时候，关节磨损的速度都会不同程度增压，更大的体重往往更容易引发骨关节炎。

宋洋介绍，运动对骨关节炎的影响包括运动方式和运动节律两个方面。不同的运动方式对关节造成的压力不同。下蹲对关节压力最大，临床上很多关节炎都由下蹲后起身过程中出现膝关节不舒服、没力气、疼痛开始的；其次，爬山、爬楼梯，上下坡度行走其实也是一种幅度较小的蹲起活动，本质上都是关节打弯活动，也会对关节造成更大的压力；再次就是负重行走，例如抱孩子走路、购物手提重物、买菜等，一般认为超过5公斤重就算负重行走。

不同的运动节律对关节造成的影响也不同。宋洋介绍，门诊中有些患者年龄不大，体重也不高，却也患了骨关节炎，这可能是不规律的活动造成的。这些患者往往有“冲击剂量”的运动经历，例如平时在办公室上班，没有运动习惯，周末或假期时突然进行爬山、徒步、打羽毛球、打篮球等远超过平时运动量的活动，如果不小心，容易引起关节炎的急性发作。

外伤也可能导致骨关节炎的发生。宋洋说，日常生活中难免发生磕磕碰碰的情况，由一次突发的外伤造成局部组织损伤，如果没有得到充分治疗就继续活动，虽然这种炎症大部分时间会自行康复，但如果日常生活中活动量大，很可能诱发关节周围组织炎症，患上骨关节炎。

体质因素对关节健康感受的影响也非常大。宋洋表示，体质情况因人而异，关节也是如此，临床中经常有患者问：“周围同事和我工作强度类似，生活节奏也差不多，但是一起爬山之后，为什么大家的反应都不一样？”其实，这就是体质强弱不同。疾病的康复也是一样，有的人快一些，有的人慢一些。

预防骨关节炎，运动需量力而为 随着年龄的增长，关节磨损会愈发严重。宋洋提醒，通过合理使用、适当预防能让关节长期保持良好的状态，即便步入老年，也能拥有健康的关节。

“首先是合理运动，包括运动形式

与节律。”宋洋介绍，有患者认为得了关节炎就不能运动了，实际上，不运动反而会导致肌肉萎缩和骨质疏松，对关节不利。适量、正确的运动，不仅不会加重软组织的损伤或关节炎症，还会加强关节的稳定性，预防关节软骨的进一步损伤，减轻关节炎的症状，延缓关节功能退化。他强调，要避免爬楼梯、爬山、深蹲等对关节压力较大的活动，推荐一些中等强度的运动形式，例如散步、慢跑、游泳、骑自行车等。在运动节律上，推荐养成规律运动的习惯，避免“冲击剂量”体育锻炼，特别是步入中年后、长期伏案工作的人群，一次突然的大剂量运动可能对关节造成严重的伤害。

其次是对负重的控制，包括自身的体重控制与负重。宋洋说，建议保持合理的体重，避免肥胖，否则会对关节带来直接的压力，但是也不能过于瘦弱，薄弱的肌肉会让关节容易受到损害。在日常生活中，建议减轻负重，一个典型的例子是老年人买菜，十几斤的菜拎回家对关节是非常大的挑战，建议尽量使用手拉车。对于年轻人而言，出现关节不舒服后要注意避免负重。

最后要对关节进行强化。宋洋提醒，强壮的肌肉可以使关节更稳定，更不容易受到伤害。每个人体质不同，需要针对个人体质进行强化。根据《骨关节炎诊疗指南(2018年版)》推荐，建议日常做一些直腿抬高、静蹲训练等动作，有助于保护膝关节，强化关节周围的肌肉。同时，还可以在活动时使用护膝、髌骨带等防护用品，这些用具的使用同样会让关节更稳固，有助于避免关节受伤。

在治疗方面，宋洋介绍，临床工作中对骨关节炎采取“阶梯治疗”原则。针对不同病情患者，从保守到手术，根据病变不同等级，采取针对性治疗。一种治疗方法无效了再尝试下一种，而不是“一步到位”，这也是众多临床实践得出的最有益于患者康复的治疗原则，具体需要骨科医生根据个人实际情况进行评估判断。

求，严格依法行政，进一步改进作风，坚持过紧日子，把更多的资金向基层倾斜、向民生倾斜。

严金海在报告最后号召，让我们更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，在区委坚强领导下，以团结凝聚力量，以奋斗成就梦想，为强国建设、民族复兴伟业作出新的更大贡献。

根据会议议程，大会印发了西藏自治区2023年国民经济和社会发展规划执行情况与2024年国民经济和社会发展规划草案的报告、西藏自治区2023年财政预算执行情况和2024年财政预算草案的报告，提请审查。

不是自治区十二届人大代表的自治区人民政府组成人员，出席自治区政协十二届二次会议的委员，自治区有关部门和地(市)、县(区)人大、政府等方面的主要负责人列席会议。

尼泊尔驻拉萨总领事馆负责人旁听了大会。

交通事故受害人从事多份工作，如何确定误工费标准？

以案释法

不幸被撞成十级伤残几个月内无法工作计算误工费时犯了难只因受害人除了一份固定工作还干着4份兼职

误工费赔偿标准引纠纷

2022年6月，贺某驾驶无牌普通二轮摩托车在湖南省衡阳市南岳区某路段与骑电动自行车的谭某发生碰撞，造成谭某受伤。经交警部门认定，在该起道路交通事故中，贺某驾车未保持安全距离负全部责任，谭某无责任。

后经司法鉴定，谭某右腕关节功能丧失37.5%，被评定为十级伤残，评定误工期120日、护理期45日、营养期60日。

因赔偿问题，谭某将贺某诉至湖南省衡阳市南岳区人民法院。审理过程中，双方就医药费等方面达成一致意见，但因原告谭某有多份工作，双方就误工费赔偿标准产生分歧。

法院：根据受害人近3年银行流水确定误工费赔偿标准

经法院查明，2021年10月，原告谭某与某公司签订了劳动合同书，合同期限自2021年10月起至法定的终止条件出现时止，工资为2970元/月。此外，根据2019年至2022年的银行工资流水，原告谭某还在4家单位兼职会计工作，且兼职时长均在1年以上。事故发生后，兼职单位均出具了证据证明谭某因伤不能再从事兼职工作。

法院认为，原告谭某因该起道路交通事故受伤致使无法正常工作，损害后果与侵权事实之间存在因果关系，被告贺某应当承担相应的侵权损害赔偿义务，赔偿原告谭某的误工损失。本案中，原告谭某的实际收入由一份固定工作收入和多份兼职会计工作收入组成，应当按原告实际损失，即原告近3年银行流水确定误工费的赔偿标准。

因此，法院判令被告贺某赔偿原告谭某的各项损失(含误工费)共计194505.51元。湖南省衡阳市中级人民法院二审维持原判。

法官：误工费应根据受害人实际减

(上接第一版D)加快推动传统边贸通道、互市点建设，做到应开尽开、应放尽放，以全面开放融入全国全区大发展格局，持续推动高质量发展。要防控风险确保稳定。不断铸牢中华民族共同体意识，牢固树立总体国家安全观，增强底线思维、极限思维，正

(上接第一版A)

习近平强调，纪检监察机关是推进党的自我革命的重要力量，肩负特殊政治责任和光荣使命任务，必须始终做到绝对忠诚、绝对可靠、绝对纯洁。要巩固拓展教育整顿成果，进一步筑牢政治忠诚，任何时候任何情况下都要同党中央同心同德，把增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”转化成听党指挥、为党尽责的实际行动。要坚持原则、勇于亮剑、敢斗善斗、担当尽责，坚定不移正风肃纪反腐，推动全面从严治党向纵深发展。要加强纪检监察干部队伍建设，常态化清除害群之马，坚决防治“灯下黑”，努力做自我革命的表率、遵规守纪的标杆，打造一支让党中央放心、让人民群众满意的纪检监察铁军。

李希在主持会议时指出，习近平总书记发表的重要讲话，总结了全面从严治党的新进展、新成效，深刻阐述党的自我革命的重要思想，科学回答我们党为什么要自我革命、为什么能自我革命、怎样推进自我革命等重大问题，明确提出“九个以”的实践要求，对持续发力、纵深推进反腐败斗争作出战略部署。讲话高瞻远瞩、视野宏阔、思想深邃、内涵丰富，是新时代新征程深入推进全面从严治党、党风廉

少的收入确定

误工费系受害人因误工减少的收入，根据受害人的误工时间和收入状况确定。不同案件中的受害人因生活在不同地区，从事不同职业，收入上必然存在差异，因侵权事故造成的误工费也不一致。

在计算误工费时，首先应当确定侵权人的侵权行为与实际损害后果存在因果关系，其次应当根据受害人实际减少的收入确定拟制的法定赔偿标准。如若受害人有固定收入，应当以侵权造成损害发生后，受害人财产减少的差额作为计算标准，即实行差额赔偿原则。如若受害人没有固定收入，应当按照定型化标准赔偿。

法条链接

《中华人民共和国民法典》

第一千一百六十五条

行为人因过错侵害他人民事权益造成损害的，应当承担侵权责任。

依照法律规定推定行为人有过错，其不能证明自己没有过错的，应当承担侵权责任。

第一千一百七十九条

侵害他人造成人身损害的，应当赔偿医疗费、护理费、交通费、营养费、住院伙食补助费等为治疗和康复支出的合理费用，以及因误工减少的收入。造成残疾的，还应当赔偿辅助器具费和残疾赔偿金；造成死亡的，还应当赔偿丧葬费和死亡赔偿金。

《最高人民法院关于审理人身损害赔偿案件适用法律若干问题的解释》

第七条

误工费根据受害人的误工时间和收入状况确定。

误工时间根据受害人接受治疗的医疗机构出具的证明确定。受害人因伤致残持续误工的，误工时间可以计算至定残日前一天。

受害人有固定收入的，误工费按照实际减少的收入计算。受害人无固定收入的，按照其最近三年的平均收入计算；受害人不能举证证明其最近三年的平均收入状况的，可以参照受诉法院所在地相同或者相近行业上一年度职工的平均工资计算。

(来源：中国普法微信公众号)

确处理发展和安全的关系，把维护政治安全放在首位，着力维护社会稳定，及时化解信访突出问题，强化边防安全防控，妥善处理好历史遗留问题，推进基层治理体系和治理能力现代化，为长治久安和高质量发展提供有力保障。

政建设和反腐败斗争的根本遵循。要深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神 and 习近平总书记关于党的自我革命的重要思想，坚定拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”，纵深推进全面从严治党，党的自我革命，为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业提供坚强保障。

中共中央政治局委员、中央书记处书记，全国人大常委会有关领导同志、国务委员，最高人民法院院长，最高人民检察院检察长，全国政协有关领导同志以及中央军委委员出席会议。

中央纪律检查委员会委员，中央和国家机关各部门、各人民团体主要负责同志，军队有关单位主要负责同志等参加会议。会议以电视电话会议形式举行，各省、自治区、直辖市和新疆生产建设兵团以及军队有关单位设分会场。

中国共产党第二十届中央纪律检查委员会第三次全体会议于1月8日在北京开幕。中央纪律检查委员会常务委员会主持会议。8日下午李希代表中央纪律检查委员会常务委员会作题为《深入学习贯彻习近平总书记关于党的自我革命的重要思想，纵深推进新征程纪检监察工作高质量发展》的工作报告。

遗失声明

隆子县浩轩综合超市不慎将烟草专卖零售许可证(许可证号：542231100287)(副本)丢失，声明作废。

西藏山南市智源人力资源服务有限公司(统一社会信用代码：9154220066833540L)不慎将公章(编码：5422010101951)丢失，声明作废。

西藏山南市第二建筑有限责任公司(统一社会信用代码：915420091966489X4)不慎将(西藏山南市第二建筑有限责任公司达孜区项目章)丢失，声明作废。