

习近平签令 发布《国际军事合作工作条例》 建立新时代国际军事合作格局

据新华社北京 2 月 19 日电 中央军委主席习近平日前签署命令,发布《国际军事合作工作条例》,自 2021 年 3 月 1 日起施行。

《国际军事合作工作条例》坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入贯彻习近平强军思想,围绕实现党在新时代的强军目标,把人民

军队全面建成世界一流军队,坚持服务大局、积极作为、合作共赢,强化底线思维、法治思维,统筹协调内外资源,综合运用各种合作形式,促进建立新时代国际军事合作格局,对于有效维护国家主权、安全、发展利益,促进国际地区和平稳定,推动构建人类命运共同体,具有重要意义。

习近平主持中央深改委会议并发表重要讲话

发挥改革在构建新发展格局中关键作用

>>>详见新民网 www.xinmin.cn

习近平给上海市新四军历史研究会百岁老战士们回信

多讲讲党的故事党的光荣传统优良作风

>>>详见第 2 版

写信者之一、新四军老战士
陆道南上午接受本报记者专访

把红色基因传承好 把红色传统发扬好

确保问题整改到位 切实抓好巡视整改

>>>详见第 3 版

■ 抓好巡视整改意义重大、责任重大,是必须答好的“政治答卷”,是上海创造新奇迹、展现新气象的重要动力,是深化全面从严治党的重要任务



白玉兰提前报春

■ 随着气温回暖,申城街头和公园里的白玉兰花悄然绽放报春。

图为人民广场的白玉兰迎风绽放
首席记者 刘歆 摄
(相关报道见第 4 版)

今天大回暖 入春有悬念

下周一冷空气赶到,最高气温骤降 10℃

本报讯(记者 马丹)暖气团“掌权”,申城今天大回暖,最高气温升至 23℃ 上下。据上海中心气象台预报,明后天白天最高气温预计会冲高到 24℃。气象专家提醒,尽管白天暖意十足,昼夜温差仍然很大,将超过 10℃,市民早出晚归需调整着装。

上海气象意义上的人春标准为:立春后,连续 5 天日平均气温超过 10℃,5 天里的首日即为该年的人春

日。上海常年入春日为 3 月 17 日。大回暖让申城再次启动入春“倒计时”。本次能否一举入春?气象专家表示,目前来看,入春仍然留有悬念。下周一,冷空气就将赶到,气温会有“一日回到解放前”的感觉,届时最高气温将骤降 10℃ 左右,重回 1 字头。冷暖空气交锋也使得晴好天气暂告一个段落,下周后半期阴雨天气增多,阴冷体感重返。

丹丹看天气



春捂防感冒,但别瞎捂

15℃是临界温度 捂的持续时间也别太长

冬春交替,乍暖还寒。气象专家提醒市民,棉衣别急着收纳,做好“春捂”谨防感冒,但是,春捂不等于瞎捂,也是大有讲究。

俗语常提“春捂秋冻,不生杂病”。这是因为人体适应气温需要一个过程,太冷或者太热都不好。冬季到春季转换过程中,尽管天气日渐转暖,但是,寒气仍未消散,“春捂”就是为了调节人体的恒定

温度,让人的体温保持在 37℃ 左右,慢慢适应季节变化。

春捂要讲究科学。从气象角度来说,“春捂”有四个要素,一是把握“春捂”时机,也就是在冷空气到来前 24-48 小时未雨绸缪;二是把握“春捂”气温,15℃ 是春捂的临界温度,尤其是对儿童、老人等需要“春捂”的敏感人群来说,15℃ 可以视为捂与不捂的临界温度;三是注

意“春捂”温差,日夜温差大于 8℃ 正是春捂的信号;四是“春捂”持续时间不宜过长,7 到 14 天正是恰到好处。气温回冷需及时加衣御寒,此后即使气温回升了,也得再捂 7 天左右,让体弱的孩子和老人逐渐适应气候变化。气象专家建议,用冬季的抗风外衣、厚重羽绒服等来春捂未必可取,保暖宽松的毛衣、棉服是更佳的选择。 本报记者 马丹