



收获 新华社发(赵东山摄) 源县悦庄镇中小村村农女在收获农家妇女开展冬季创业增收。图为沂山沂源县沂源县各级妇联积极引导



悼念 新华社记者 孙彦摄 遇难者亲属在南京市大屠杀纪念馆举行追悼会，部分幸存者及家属在追悼会上发言。十二月一日，南京大屠杀遇难者追悼会。



追溯 新华社发(杜志东摄) 在打印可实名追溯产品的二维码。大成食品公司生产管理信息中心，工作人员在河北省孟村回族自治县



秋色 王世友(侯澳摄) 佳观赏期。目前，已进入红枫、黄金槐等品种。目前已进入最佳观赏期。科技栽培技术，引进美国山东济宁任城区李营街道结合先

营养快餐

冬吃酸菜 开胃进补

过去,在东北人家有两样东西不可缺少:一是酸菜缸,二是腌酸菜用的大石头。在四川,则少不了泡菜坛子。可见,酸菜在东北人和四川人的餐桌上占有非常重要的地位。

如今,尽管可选择的食材越来越多了,但是酸菜依然以其酸爽可口、开胃促食欲的美味吸引着人们。

酸菜有助促进食欲,但要注意食盐摄入量

酸菜在我们的饮食中可以是开胃小菜、下饭菜,也可以作为调味料来制作菜肴,可分为东北酸菜、四川酸菜、贵州酸菜、云南富源酸菜等,不同地区的酸菜口味风格也不尽相同。

一般的酸菜都是用白菜或青菜制作的,当然也有用萝卜等制作酸菜的。

酸菜最大限度地保留了原有蔬菜的营养成分,富含维生素C、氨基酸、有机酸、膳食纤维等营养物质。

腌制得好的酸菜,能在化学反应的作用下散发酯类的清香和酸爽的味道,能够促进人们的食欲,因此深受人们欢迎。

但随着公众对健康知识越来越了解,也越来越对酸菜“敬而远之”。酸菜在腌制的过程中要添加大量的食盐,不但酸菜本身可能导致人体摄入过多的盐,不利于人体身体健康,在腌制的过程中还有可能因为腌制的工艺或经验不成熟等诸多原因,导致细菌混入、亚硝酸盐超标等情况,如果不小心引起食物中毒或亚硝酸盐中毒,将会严重损害人体健康。

因此,在吃酸菜时应当尤其当心不要腌制时间不够的酸菜,更不能常吃多吃。

酸菜好吃但不健康怎么办? 腌制酸菜加几粒维生素C

想自己在家做酸菜,又担心亚硝酸盐超标导致出现健康隐患该怎么办?

其实,只要掌握几个做酸菜的技巧和小心方法,就可以消除掉一部分酸菜的健康隐患了。

一是腌酸菜时,每公斤白菜放4粒维生素C,用以阻断亚硝酸盐的生成,加入维生素C400毫克或防腐剂苯甲酸50毫克,分别可阻断75%和98%的亚硝酸盐产生,还能防止酸菜发霉;

二是盐要放够量,否则细菌不能被完全抑制,会使硝酸盐还原成有害的亚硝酸盐;

三是保证腌制时间。一般情况下,腌制品在被腌制的4-8天内亚硝酸盐含量最高,第9天后开始下降,20天后开始消失,这个时候就可以食用了。

另外,吃腌菜时最好同食新鲜蔬菜水果,如辣椒、菜花、香菜、鲜橘、柚子等。这是因为这些果蔬中维生素C能与亚硝酸盐发生还原反应,阻止致癌物质生成。



扫一扫 欢迎关注科技改变生活微信公众平台

与建筑过程中出现垮塌等建筑事故相比,地下渗漏对建筑工程侵蚀是缓慢的,由于具有隐蔽性,因此对百姓生命及财产安全的潜在威胁更大。请关注——

建筑地下渗漏危害有多大?

本报记者 蒋秀娟

打破砂锅

随着城市化进程加快,越来越多的城市开始大力开发地下空间,但是建筑却不同程度地受到地下渗漏的威胁。据不完全统计,2012年我国建筑地下渗漏率高达80%。2014年7月4日,中国建筑防水协会和北京零点市场调查与分析公司联合发布《2013年全国建筑渗漏状况调查报告》指出,全国建筑地下渗漏率高达57.51%,个别城市重庆、无锡渗透率高达百分之百。

近日,“关注地下渗漏,提升建筑工程质量”主题座谈会在京召开。与会专家指出,建筑工程质量问题是系统工程,也是社会工程,关系百姓安危。要高度重视地下渗漏和建筑质量问题,探寻从根源阻断地下渗漏的解决路径,从根本上扭转建筑地下乱象,有效提升建筑工程质量,保障建筑安全。

我国建筑地下渗漏率偏高

中国土木工程学会理事长、住建部原副部长郭允冲介绍,按照有关统计资料,2013年我国的城市供水自来水渗漏率达15.49%,仅比2001年提高了0.2个百分点。此外,在我

国,地区之间的渗漏率差别很大,2013年渗漏率最高的是吉林省,达32.14%,其次是辽宁和黑龙江,分别达28.17%和22.30%。还有三个城市的渗漏率超过50%,渗漏率达30%-40%的城市有46个。“而西方发达国家的地下建筑渗漏率一般都在8%到10%,德国的渗漏率甚至小于5%,美国是8%左右,日本也是10%左右。”郭允冲说。

“建筑地下渗漏其实是地下结构质量的一面镜子。就像X光机,反映的是地下结构中我们肉眼看不见的深层问题。因为地下结构混凝土存在‘先天缺陷’,地下有害物质通过水的渗入,侵蚀地下结构,使钢筋锈蚀,进而破坏混凝土结构,对建筑地下工程造成后天伤害。如果一条缝隙出现泄露我们不认真对待,它的结构之间的钢筋就会逐渐锈断,加快混凝土的劣化,最终造成坍塌,从而成为灾难性的事故。”北京龙阳伟业科技股份有限公司董事长王伟指出,建筑地下渗漏最终的结果是:一方面,会缩短建筑寿命,另一方面,会直接威胁建筑安全。

社会对渗漏危害认识不足

“现在在施工过程中很多人简单凑合地

把防水做完,费用压的很低,漏了再堵,这是普遍的观点。另外还有一种现象,反正是漏水,干脆就不做防水,漏了以后再堵,再去修。实际上大家只是把防水作为功能问题,漏了去堵,没有把防水的渗漏问题上升到质量安全的问题上。”北京城建科技促进会常务副理事长王建明表示,“强调一下,这一定是结构安全质量问题,而管理问题是最主要的。”

中建总工程师、住建部科技委委员毛志兵认为,地下工程渗漏问题严重,一是由于长期以来社会的重视程度不够,人们对于地下工程防水技术复杂性、综合性认识不足。因此在设计和施工上对防水工程按程序简单化处理,缺乏有效的防水方案设计和选材,特别是设计过程中的施工裂缝问题,由于设计和施工不当,经常是造成渗漏的根源。其次,由于防水和管道线路没有很好配合,往往是造成渗漏主要的通道。再一个就是施工的问题,混凝土中掺入一些杂物,混凝土和砂浆的养护时间不足,都可能引起裂缝和渗漏问题。另外还有材料与材料性能问题,防水材料自身耐久性不够,施工性不够高。在一些工程当中很多人都是挑选一些所谓的低价中标者,技术先进性和技术合理性都相当弱。

“鉴于地下水是隐蔽性工程,可逆性非常低,一旦渗漏后修和查找特别困难,因此我们把地下渗漏提到很高的地位。把建筑结构和建筑质量列为地下防水质量两个并列重要事项。”万科集团高级副总裁毛大庆指出,“加强对容易出现渗漏问题关键节点的防水构造,做到防排结合,真正实现以自防为主,材料防水为辅。我们认为结构防水特别是混凝土的自防水,是结构防水的重中之重。”

亟须加强监管和延长工程质保

“城市管网建设也好,自来水渗透率管理也好,需要从几个方面来提高我国的城市规划、城市建设和质量标准。包括提高城市规划的科学性、前瞻性、可操作性;全面提高城市道路房屋建设的设计标准。”郭允冲指出,“西方国家的城市规划,城市建设的很严,而我国目前的现状都是随便改、随便建、随便拆。只有提高立法和执法,才能大规模提高工程质量和城市建设质量。”

毛大庆建议,要防止建筑渗漏,一是对于新型建材,特别是防水重大建材专项技术和专有材料的设计,加强专利保护和指定发明

人。另一个就是结合住建部《工程质量治理两年行动方案》,加大对违规违法的惩处力度,对混凝土质量特别是地下工程结构质量,必须实行终身负责制。延长地下水工程保修期,促使相关单位加强对地下结构和防水质量的管控和重视,可以适度在重大工程引入独立的第三方检查机制。

王伟认为,作为一个工程具有不可逆性,通过延长地下水工程保修期,会促使相关单位加强对地下结构质量的管理和重视。所以延长保修期,也能起到使相关方,不再过度依赖其他防水层,从而重视地下结构质量的作用。

“关于设计的可行性问题、施工的规范性问题,建筑材料的保障性等等,都是具体要落实的问题。”毛志兵指出。

政协提案委员会副主任赖明建议,“标准是反映技术进步的一个最重要手段,我们很多好的技术要及时的从企标变成行标变成国标;第二就是要加大新技术、新工艺推广;第三是要推动建筑产业大发展,这也是技术进步改善工程质量的的一个方法;第四是检验检测方法要进一步改善;第五要对市场环境加强建设,第六是加强技术进步的同时加强对工人的培训,加强设备的研究。”



画中有话 陕西省不断落实国家创新驱动发展战略,加快省内科技创新企业走上规模化产业化的道路。图为陕西西安非凡士机器人科技有限公司的一名工作人员利用3D扫描仪扫描立体人像。

搜巴打造新公益平台模式

数字时尚

科技日报讯(张雯)近日,掌宝科技联合中国公益事业联合会、中国福利基金会健康事业发展基金管理委员会等机构发起了“搜巴复明公益行动”,对贫困边远地区白内障人群进行医疗救助。

掌宝科技董事长董因勇介绍,在新上线

的“搜巴复明行动”捐赠平台上,用户不仅可以捐款捐物,还可以捐赠积分。积分按照一定比例折算成现金,一旦积分达到了一定金额(9000元),公司将捐出同等数额的现金给中国社会福利基金会健康事业发展基金管理委员会。

董因勇表示,公司计划在三年内,通过搜巴公益平台,将发动100万名粉丝积极参与这一行动,募集8000万元以上的“复明行动”专项资金,让10000名以上的白内障患者重见光明。

据悉,掌宝科技作为一家移动互联网企业,专注于移动互联网技术与移动新媒体的研究与服务,经过3年沉淀,研发出全国首款弹窗广告植入技术,并以用户打电话的刚需作为入口,以给用户看广告赠送积分的方式增强用户黏性,在此基础上打造移动媒体投放、粉丝用户发展、移动商家社区三大平台,旗下核心产品搜巴App于今年6月上线。



Pavlok 电击手环功能比较独特,它能够通过震动和电击等形式来帮助用户养成良好的作息习惯。同时,Pavlok手环还集成了社交元素,通过配套的移动应用或兼容的社交网站,让用户与好友之间可以互相看到运动计划和记录,如果其没有达到预定目标,好友可以启动电击操作来提醒该用户。

手机拼车绿色出行更方便

本报记者 申明

生活风向标

拼车作为一种新的出行方式,在北上广深这样出行需求较大的城市,正被越来越多的人接受。

“我每天要从志新桥去上地软件园,坐公交又慢又挤,打车需要40多元,自从和小的人拼上车后,感觉方便许多。”家住北京海淀志新村小区的李女士告诉记者,通过拼车类App,找到了住同一个小区的业主,上班也在软件园。“他开的是帕萨特,另外还有一个

人也拼车,每个人才给10元/次,3个人一路

聊聊天,还挺方便的。” “同一小区的居民上班方向一致,顺路拼个车,方便乘客出行,也降低了车主养车成本。这是绿色出行方式,减少路面拥堵和空气污染,还可以拉近大家的距离。”近日,在出席由IDG资本主办的“2014硅谷对话北京——共享经济与O2O中的C2C”峰会时,嘀嗒拼车CEO宋中杰表示,“在移动互联网浪潮下,用拼车方式解决私家车主闲置资源,为人们出行提供了一个新的出行方式。”

拼车是典型的P2P共享经济模式,私家车主可以在上班、下班的途中将自己空出

“钢化真空玻璃”安全保温隔音节能

低碳生活

科技日报讯(记者李禾)近日,中国高科技产业化研究会在北京主持召开了青岛亨达玻璃科技有限公司自主研发、世界首个“钢化真空玻璃”科技成果评价会。评价委员会认为,该成果技术水平国际领先,经济、社会效益显著,在建筑、家电、交通和太阳能光热、光伏利用等领域具有广阔应用前景。

评价委员会主任委员、北京新型材料建筑设计研究院教授薛孔宽说,该钢化真空玻璃采用特殊加热和冷却方式,特别低熔点玻璃粉和新型无机陶瓷材料支撑物,实现了玻璃表面应力大于109MPa(1兆帕约等于10公斤/平方厘米);产品获国家发明专利,还研制了具有独立自主知识产权的钢化

真空玻璃生产封装设备,实现了连续化生产;该成果已在国内多项建筑改造中得到应用,效果良好。

青岛亨达玻璃公司总经理王辉说,目前市场主要是普通真空玻璃及半钢化真空玻璃,其退火程度较大,表面应力低于90兆帕,不属于安全玻璃。

“作为新型建筑节能材料,真空玻璃采用保温瓶原理,以低熔点玻璃粉对两片玻璃进行封接等。该玻璃具备优良的绝热性、隔音性、较高日光照射性、红外光反射性及化学性能稳定性,具备保温、抗结露、隔声、节能、环保、附加值高等特点,是新一代的节能材料。产品广泛应用于中高档建筑和家电、车船等交通运输领域及太阳能利用领域。”王辉说。

广播电视用语就该规范

谭畅

茶余饭后

国家新闻出版广电总局近日发出通知,要求各类广播电视节目和广告严格按照规范写法标准使用汉字、词语、成语等,不得使用网络用语、网络缩略语、网络流行语等。这一通知旨在规范广播电视用语,让不规范用语退出广播电视用语必将产生积极作用。

使用规范语言是广播电视机构的责任。汉语是珍贵的文化遗产,成语因其结构固定、意义精辟而广受喜爱。广告文案广泛应用成语,正确使用成语,无疑是对语言文化的传承,但近些年来,越来越多的荧屏广告中涌现出“晋善晋美”“咳不容缓”等用法,曲解甚至背离了成语原意,极易给观众造成误导。

一些广播电视节目中甚至出现“十动然拒”“人眼不折”之类的网络用语,让不少听众和观众“受不了”。在网络环境中,这些生拼的用语或许还有网民能懂,但把它们从网络搬到电视荧屏里来,只会让更多不熟悉网络用语的观众“迷惑”,从而影响节目信息的传递。规范广播电视用语,让不规范用语退出,也得到广大网民欢迎。“这个非常有必要”“早该如此”“那类词汇并不适合在公共媒体传播”之类的留言,传递出理智声音。

广播电视用语不是小事。我们相信,在有关部门的严格要求和有效监督下,各广播电视播出机构必会承担起引领和示范职责,带头使用规范的语言文字,还广播电视节目一片清朗。(据新华社电)

成长中觅得先机,获得头等筹。

私家车拼车以前曾被视为“打黑车”,在年初的时候,北京市首次官方鼓励支持公益性合乘并将允许分摊合乘费用。新政策的实施让拼车行业合法化。

至于大家担心的安全性,宋中杰表示,用户必须以手机号码获得系统下行验证码验证通过方式注册,车主则需要提供车辆照片、行驶证、驾照,查验车主的驾驶证记录等方式认证。同时,拼车行程全程GPS监控,支付则是在线支付。另外,和中国人寿合作推出拼车险,给双方提供免费20万元拼车保险。

在确保了一系列安全问题之后,乘客才能够有更加放心的进行搭乘,使得拼车更像是一次朋友间谈天说地的旅程,宋中杰认为“这是完全基于共享经济产生的新社交模式。”