



新华社记者 简以光摄
雪天,云南省气象局启动Ⅲ级应急响应,昆明遭遇降雪。一月二十三日和二十四日,受北



新华社记者 罗俊摄
介绍如何识别假火车票,安民民警在成都火车站设立宣传点,一月二十四日,四川成都铁路公



新华社记者 金良快摄
物质文化遗产“故宫陶宝”发起的非海宝众筹项目,由文化部认可,一月二十二日,由文化部



营养快餐

汤粥对付干燥过敏肌肤

萝卜排骨汤可润燥
猪肉富含维生素A,具有滋润润燥、丰肌泽肤的作用,适合干燥多风的天气食用。传统医学也认为,猪肉能滋养脏腑,滑润肌肤,补中益气。吃猪肉润燥的最佳烹调方式是熬排骨汤,加入可以解油除腻的萝卜或者海带,能减少胆固醇的摄入。
胡萝卜南瓜粥可美容
胡萝卜富含β胡萝卜素,它可以在小肠内转化成维生素A。维生素A能使人体的皮肤柔润、光泽,有弹性,被称为“美容维生素”。烹调胡萝卜有两点注意事项,一是要切碎、煮熟,才能使胡萝卜中的营养素充分释放出来,二是β胡萝卜素属于脂溶性营养素,所以应该用油炒胡萝卜,或将胡萝卜与其他含油脂类食物同食。
吃胡萝卜,不妨煲一锅胡萝卜南瓜粥。做法:1.大米、糯米洗净浸泡两小时;2.锅烧热水,倒入米,熬粥40分钟;3.放入去皮切块的南瓜和切碎的胡萝卜,熬煮30分钟至软烂即可。
蜂蜜鲜藕汁可润肠
在干燥多风的季节,人体内的水分流失较多,每天早晚各饮一杯蜂蜜,可补充水分,润肠通便,又可增加营养,预防感冒,清除体内毒素。美国免疫学专家研究发现,患有过敏症的人,如果平时能够坚持每天喝一勺蜂蜜,连续服用两年,可以远离气喘、瘙痒、咳嗽及干眼等季节性过敏症状。
除了直接饮用蜂蜜水,医生还推荐喝蜂蜜鲜藕汁。做法:取鲜藕适量,压榨汁液,按1杯鲜藕汁加蜂蜜1汤匙比例调匀服用,每日2-3次。

冬天皮肤干燥吃补水菜

冬季天气寒冷干燥,很多人会出现皮肤瘙痒、嘴唇眼角干裂,甚至皮肤皴裂等不适症状。要缓解这些不适,补水尤为重要。除喝水外,以下三种蔬菜是冬季补水的最佳选择,不妨一试。
白萝卜 俗话说“冬吃萝卜夏吃姜”,萝卜含水量高达93.4%,是冬季补水的首选。白萝卜生吃促消化,因为其辛辣的成分可促进胃液分泌,调整胃肠功能,还有很强的消炎作用。熟食能补气顺气,尤其和猪肉、羊肉等一起炖着吃,效果更好。此外,萝卜中的矿物质含量也很高,可以增强人体免疫力,预防感冒。
大白菜 冬季蔬菜水果的种类不多,为了保证维生素C的摄入,大自然“赐予”我们大白菜。大白菜中的维生素C含量高达30毫克-40毫克/100克,在同类蔬菜中属于高含量。维生素C有美容护肤的功效,再加上大白菜水分含量很高,所以大白菜是冬季必备蔬菜。
绿豆芽 绿豆芽味道鲜美,是滋养润燥、清热解暑的好选择。跟原豆相比,绿豆芽维生素含量增加,矿物质利用率提高,并且蛋白质和多糖更易吸收。绿豆芽富含的膳食纤维还可以改善胃肠道功能。同时,豆芽水分含量也高,可以补水。



扫一扫
欢迎关注科技改变生活微信公众号

马上就要过年了,不法分子的骗术也不断翻新,千方百计想通过各种渠道把你的钱骗入到他们的囊中。请关注——

遇到网络诈骗该怎么应对?

本报记者 申明

打破砂锅

春节临近,聚会、发红包、买年货、购机票……手机移动支付行为越来越多,网络诈骗呈现高发态势。近日,腾讯发布的《移动支付网络黑色产业链研究报告》显示,2015年新增的支付类病毒超过32.6万,全年被支付类病毒感染用户高达2505万,平均每天有8.1万多人遭受侵害。
网络欺诈一直是广大网民最关注的网络安全问题之一。据腾讯研究院副秘书长、网络黑产研究专家毛晟斌介绍,2015年腾讯安全中心接到关于诈骗的举报投诉下降了46%以上,但是网络诈骗态势仍然不容乐观。
带链接的短信千万不要点
节日临近,同事、朋友聚会增多,更有人趁节日办喜事。但如果你收到如聚会相册、结婚请帖或者是红包福利等带链接的短信,请务必警惕!这很有可能是一条手

机木马链接。
腾讯专项打击网络诈骗的雷霆行动负责人朱劲松表示,2015年以来,移动互联网欺诈行为更加往“高技术化”“综合化”及“多平台”发展。从前,大部分的网络诈骗属于社工诈骗,比如盗号冒充好友让你转账。如今,不法分子无须花费更多时间去诱骗受害人转账,而是通过伪基站发送各种木马钓鱼短信,比如假冒10086、银行、学校给用户发送短信,随短信附上一木马链接。用户点击之后,手机木马随即植入用户手机(大部分是安卓手机或者苹果越狱手机),盗取用户个人信息。
另外,特别值得注意的是,不法分子还经常用恶意二维码伪装成活动福利,在公共场所诱导用户扫描。其实,这些二维码背后可能就是手机木马,一扫描手机就可能被植入木马病毒。各种网银账号密码、短信验证

码将会被木马窃取,后果不堪设想。
“高知”人群成大额诈骗重灾区
而在此前腾讯安全发布的《2015反信息诈骗大数据报告》,首次对诈骗产业链进行了深度解剖,并对诈骗人群及被骗人群进行了画像分析。腾讯安全云部副总经理李旭阳介绍,数据显示,信息诈骗越来越精准,“高知”人群已成为大额诈骗的重灾区,“智商低才被骗”是一部分人对信息诈骗的认知误区。
《2015反信息诈骗大数据报告》显示,2015年全国接到诈骗信息的人数高达4.38亿,占总人口32%,相当于每3人中就有1人接到过诈骗信息。除影响广泛外,2015年信息诈骗大案、要案增多,整体呈高发态势。通过数据分析,发现40岁以上中老年人最容易上当受骗,占受骗总人数的62%,他们人数最多且不愿声张,职业多为事业单位职工、无业和离退休人员是高发人群,文化水平往往较高。

与受害人年龄层偏高不同,作案者则呈现年轻化态势,90后占犯罪人数的八成以上。他们在作案时间上多选择11点和16点。在传统的电话(短信)作案手段上,网络诈骗比重在迅速增加,且危害性最大。值得注意的是,用户对400、17X开头的虚拟运营商号码要仔细甄别。
针对春节将至这个网络诈骗的高峰期,腾讯移动支付与金融风险高级总监李海提出了几点建议:“1.安装手机安全软件;2.不要连接未知WiFi,点击不明链接或者扫描不明的二维码;3.不要使用简单相同的密码;账户异常的时候第一时间冻结账户,再去联系银行解卡、更换密码。”
反诈大数据引擎可自主预警
魔高一尺道高一丈。如今,互联网机构正积极与警方、金融机构合作,在安全防范上也越来越严密。

2013年年底,腾讯公司联合警方、运营商、银行等企事业单位,成立了天下无贼反信息诈骗联盟,通过大数据的开放共享和联合响应机制的建立,发动8亿网民的力量共同举报信息诈骗。截止到目前,联盟成员单位已经从成立之初的十几家发展到120余家,包括京东、维萨、银联等都相继加入到了联盟中。
如今,警企民协作反诈骗防御体系已经初见成效。截至2015年12月31日,该联盟共接群众来电132万余人次,咨询员直接劝阻2.2万余人避免被骗汇款,涉及金额达1.8亿元,帮助2.14万名事主快速止损被骗资金3.54亿元,避免挽回群众损失合计近5.34亿元。
李旭阳透露,基于8亿用户举报及联盟成员单位的数据共享,已经积累了海量反诈骗数据,其中包含诈骗电话、银行卡号、木马病毒、钓鱼网址等典型诈骗数据样本。并以这些大数据为基础开发了一个能够自主完成“学习、分析、发送预警信号”的反诈骗大数据引擎。



春运首日,由团中央、全国总工会等单位联合主办的2016年中国青年志愿者服务春运“暖冬行动”在西安北站正式启动。来自社会各界的400名青年志愿者在西安西站、北站开始服务春运。图为青年志愿者在向乘客讲解安全乘车常识。
新华社记者 陈昌奇摄

画中有话

广场舞学习和分享平台上线

数字时尚

科技日报(记者姜婧)跳广场舞的中老年人就不能有当舞蹈家的梦想?当然不是。1月17日,专为这一人群打造的舞蹈学习、分享和社交平台99广场舞网与移动端APP同时上线。“希望这一平台能帮助更多喜欢跳广场舞的人实现自

己的梦想,其实人人都是舞蹈家。”平台创始人之一,知名舞者杨艺在接受采访时表示。
中老年人一直是创业者关注的领域,广场舞无疑是一种非常巧妙的切入方式。国内有数家广场舞产品,而这个行业竞争的激烈时代才刚刚拉开序幕。杨艺分析,2015年是中国广场舞全面开花的一年,

而真正的赢家应该关注产品的高端化、专业化,创业者更应该把精力放在提供优质的内容上。
对此,平台CEO张宪坤介绍,项目上线前,99广场舞就签下了近百名名师、名队资源,包括广场舞明星老师、20强明星舞队、99舞蹈团等。目前已拥有很多独家版权作品,包括《闻鸡起舞》、《明星教你跳》、《基础广场舞》、《舞台广场舞》、《广场舞起来》等专业教程。在服务方面,平台提供1080P及更高质量的数字视频输出,手机可随时拍摄、随时上传等。



近日,索尼推出一款名为Symphonic Light的无线照明扬声器,这款产品将智能灯泡和无线音箱合二为一,并且设计风格也非常现代。

“云闪付”进入成都大街小巷

本报记者 张琦

生活风向标

将衣服,将腕上的手环靠近POS机,“滴”的一声过后,在POS机上输入交易密码,几秒钟时间,王先生就已经完成了一杯咖啡的支付。近日,四川成都的一家星巴克,王先生的“另类”支付方式吸引了许多好奇的目光。
“点亮屏幕,把手靠近POS终端感应区,再输入密码就能轻松搞定……”最近,成

都市区的德克士、红旗超市里,也陆续迎来了一些“刷手机”支付的顾客,看到宣传资料赶来尝鲜的张女士就是其中一位。
在移动支付日益为人熟知的今天,使用手机绑定的一些第三方支付平台进行消费支付已经并不罕见,随着NFC、HCE、TSM和Token等各类领先的支付创新技术应用,金融IC卡正加速推动移动支付的创新发展。近日,在中国银联举行的“智慧金融”成都站活动中,一系列围绕金融IC卡的创新应用

公益顺风车免费搭你回家过春节

低碳生活

科技日报(记者蒋秀娟)一年一度的公益顺风车免费搭你回家过春节活动再度来袭。无论是开车回家有空座,还是希望搭载顺风车回家过年,都可以通过发短消息或关注“顺风车”微信公众号,参与到春节拼车回家这一公益活动中来。
据了解,该活动主要为那些实在买不到票回家困难的游子提供“顺路搭乘”帮助,只要车主和乘客都是从同一地点出发,到达同一目的地,就可以实现顺风车搭乘匹配。针对目前普遍存在的“报名车主比报名乘客还多”的信任问题,该平台将施行实名认证,双方协议保证以及提供由中国人寿北京市分公司赠送的意外伤害险和意外医疗险。
据统计,今年春运全国旅客发送量将达到29.1亿人次。中国流动人口之多,使

得每年春运买票回家成为困扰大众的难题。“我们固然要呼吁政府增加运力,协调多方,但同时也开展互助,公益顺风车无疑提供了一个安全又靠谱的平台,让有能力有爱心的车主帮助漂泊在外的人顺路回家。”顺风车发起人之一、品牌中国秘书长王永介说,顺风车迄今已有18年的历史,旨在倡导节能减排、减缓交通压力、促进公众互信,项目通过技术手段将具备条件的车主匹配需要春节回家的乘客。顺风车回家过春节活动至今已举办四届,共帮助了10万名游子顺利回家。
今年的公益活动还得到了一批创业公司的支持,比如“汽车大师”将为参与活动的汽车提供免费检查,微微行为为活动提供技术平台,“映像”视频制作APP也专门推出了“顺风车”模板,让参与活动的朋友能够随时随地制作属于自己的顺风车视频。

科学应对“春运大考”挑战

李黔渝 张紫赞

茶余饭后

春运刚拉开大幕就遭遇“世纪寒潮大考”,部分地区已出现大雪、冻雨天气。面对特殊寒潮天气,春运前夕,交通运输部已启动公路交通突发事件一级预警,铁路、民航也启动应急预案,全力应对“春运大考”的挑战。但保障再充分,也可能遭遇“始料未及、从未想到”的突发情况。必须看到,已有部分地区受极寒天气影响,临时出现道路阻塞、交通中断等情况,影响到百姓顺利出行。在接下来的春运时间里,应当认真总结往年经验,关注寒潮等天气给春运带来的新特点,全力排查消除隐患,做到万无一失。
打造“平安春运”,必须强化安全监管,提升服务质量。尤其应重视公路交通运输这“最后一公里”。由于客运能力难以满

集中出行需求,每年春运总有一些车辆超速、超载、疲劳驾驶等。必须采取严防、严查、严管、严惩“四严”措施,严禁船舶、车辆“带病运营”,非法营运,消除安全隐患。
春运时间跨度长、各种因素变化多,应充分利用先进通讯技术,做好动态预警。长期以来,以政府部门为主导的应急系统缺乏灵活性是短板。因此,应改变政府独角戏的突发事件应急管理,尝试让民间组织、社会、个人共同参与,调动社会各方力量,共同应对突发状况的挑战。
“在家千日好,出门时时难”。今年春运期间,全国旅客发送量将达到29.1亿人次。百姓顺利平安回家,需要各方共同努力。希望更多相关部门想旅客所想,急旅客所急,创新服务形式与内容,让寒冷中的归家路多一些暖意。
(据新华社电)

作为“移动电子商务金融科技服务创新试点”城市的成都,近年来,金融IC卡在成都的公交、地铁、出租等公共交通领域已全面实现应用,在成都金沙、周边的阿坝、黄龙等旅游景区,金融IC卡也以其便捷性和安全性,日益成为备受游客青睐的支付选择。目前,全市银行的ATM改造率达到了85.7%,POS的改造率已达92.9%。
未来,成都还将逐步扩大金融IC卡在高速公路收费、路面停车等行业的应用,并适时加载医疗卫生、教育、民政、财税等相关政府服务功能,推进公用事业缴费、菜市场等民生领域用金融IC卡,同时规划建设四川省金融IC卡省级多应用平台,实现一卡多用、一卡通用。