

毕,小长假期间正式对游人开放。闲区的火车文化休闲街装修布置完节日期间,天津滨海新区黄港休火车文化



微信好玩 近日,围绕微信最新平台规则和玩法的“微信公开课”活动在北京开课。活动全面展示了微信连接一切



开园迎客 新华社发(小利利摄) 的游客可以在互动区与小动物们亲密接触。



安度五一 启用集雷达、透雾、跟踪于一体的新型海港口视频监控,福建泉州公安边防大队五一期间,为实现全天候对沿海一线



营养快餐

十种食物美牙固齿

一说到牙齿,很多人都对自己的牙齿不满意,于是想到了美白牙齿。随着社会的进步,美白牙齿的方法也越来越多。你知道一些食物也可以美白牙齿吗?那么,美白牙齿吃什么呢?

- 多吃芹菜等粗纤维食物 韭菜、芹菜等粗纤维食物对美白牙齿很有效,原因非常好理解:咀嚼粗纤维食物时,粗纤维能摩擦牙齿,从而清除牙齿上的残留食物和滋生在牙齿表面的细菌,减少蛀牙。 多吃富含维生素的食物 一些富含维生素的食物,比如西红柿、菠菜等对于美白牙齿是非常有效的。维生素C是维护牙龈健康的重要营养素,人体过于缺乏维生素C,会导致牙龈很容易出现问题,比如牙龈松动、牙龈充血等。 多食用富含钙质的食物 钙质是牙齿健康必需的物质,所以在日常生活中多摄入钙质有利于牙齿的健康美白。奶制品、豆制品都是富含钙质的食物,比如牛奶、奶酪等。乳酪不但是一种很好的钙来源,而且乳酪中的钙质和磷酸盐能平衡口腔里的酸碱值,减少口腔中细菌活动滋生的可能,从而减少蛀牙,还能够增强钙质,坚固牙齿。 适当饮用绿茶 绿茶富含牙齿必需的氟,而氟是美白和坚固牙齿必需的物质,很多牙膏中都含有这种物质。氟能和牙齿中的磷灰石结合,从而达到抗酸防蛀的效果。绿茶除了富含氟,还能清新口气。 苹果 虽然咀嚼苹果的嘎吱嘎吱声可能会令人讨厌,但这种水果有益于牙齿健康。苹果的脆劲能增强牙龈的力量,它较高的含水量能增加唾液的分泌量,对引起口臭和牙斑的细菌群落进行分散和中和。 发酵粉 可以暂时性地不用牙膏,尝试使用这种日常生活中常见的化学物质。小苏打是一种碱性物质,具有漂白牙齿的作用。这种温和的研磨物质能洗刷掉牙齿表面的斑点和污渍。 芹菜和胡萝卜 这两种食物较高的含水量能通过刺激唾液的分泌量起到美白牙齿的作用。它们能冲刷掉残留在口腔中的食物残渣,增加牙龈的咀嚼力量。 花椰菜 与甜菜和蔓越橘不同,这种质地松脆的蔬菜并不会残留在牙齿表面,所以不会形成难看的污渍。这种十字花科蔬菜能洗刷牙齿表面,相当于对口腔卫生进行了简单和自然的护理。 奶酪 质地稍硬硬的奶酪富含钙质,能够起到增强牙齿和牙龈力量的作用。此外,大部分奶酪都接近于无色,因此它不会弄脏牙齿。 橙子 这种颜色鲜亮的水果中含有的柠檬酸会对牙齿起到美白作用,但过量食用会磨掉牙齿表面的珐琅质,所以只能适量食用。

- 含淀粉的食物 耶鲁大学医学研究发现,土豆片和面包这类含淀粉的食物,很容易陷在牙缝中,这会滋养细菌,形成牙菌斑。 酒精 也许你并没有意识到这一点,但是酒精的确会伤害牙齿,根据耶鲁大学医学研究会研究发现,酒精会减少唾液自然分泌量。这就又回到那个原理上,唾液能帮助清理食物残渣,中和酸性物质。 硬糖 成天到晚的吮吸水分会伤害牙齿,那么同理可证,坚硬的糖块对口腔健康来说也是不利的。甜的糖块简直会带来双重灾难,它不仅会附着在牙齿上,还会长时间停留在口腔中直到被分解为止。

三种食物吃后刷牙

含淀粉的食物 耶鲁大学医学研究发现,土豆片和面包这类含淀粉的食物,很容易陷在牙缝中,这会滋养细菌,形成牙菌斑。 酒精 也许你并没有意识到这一点,但是酒精的确会伤害牙齿,根据耶鲁大学医学研究会研究发现,酒精会减少唾液自然分泌量。这就又回到那个原理上,唾液能帮助清理食物残渣,中和酸性物质。 硬糖 成天到晚的吮吸水分会伤害牙齿,那么同理可证,坚硬的糖块对口腔健康来说也是不利的。甜的糖块简直会带来双重灾难,它不仅会附着在牙齿上,还会长时间停留在口腔中直到被分解为止。

日前,“北京绿色防控示范基地服务平台”开通,人们坐在家中便知哪儿的蔬菜瓜果最放心。请关注——

绿色防控平台让人们吃上放心菜

本报记者 范建

打破砂锅

从毒豇豆到毒生姜,从毒香蕉到毒苹果。接二连三的农产品安全事件,使消费者上街买菜心存不安:普通市场买的菜不放心,超市买的菜难说,甚至精品专柜买的菜也还是不放心!现在,到底有没有安全的菜?到哪里能买到安全的菜?

开通“北京绿色防控平台”

说能买到放心菜,又担心上了“大忽悠”的当。于是,还是眼见为实的好。比如,看到放心菜生产的全过程,下什么种,浇什么水,施什么肥,打什么药,有没有全程监控,是不是绿色、有机、无公害。要做到看遍全过程,消费者很难全部过眼,关键是政府、科技工作者、生产者、消费者等各方面都要讲诚信,由这几方面合一办的绿色防控技术体系基础就是讲诚信。目前,北京市农业局在全市建立的20个绿色防控技术基地,就是专门冲着消费者吃上放心菜设计的。

4月22日,“北京绿色防控示范基地服务平台”一开通,一些得到消息的市民便从这琳琅满目的绿色果蔬平台上,便捷地查出在京

平谷锦华庄园、昌平特菜园、通州的北菜园等20个绿色防控技术防控基地。那里就可以买到新鲜安全放心的瓜果和蔬菜。在这里,消费者随时可以看到各个蔬菜基地的生产情况、日常管理情况、农药残留抽检情况、管理部门对基地的考核情况等。人坐家中便知哪儿的蔬菜瓜果最放心。

科技日报记者30日来到北三环路边门脸的北京植保站展示大厅现场,亲身体验一把“北京绿色防控平台”。“北京绿色防控平台”“联网着北京市郊20个绿色防控基地,那里生产的有机、绿色和无公害瓜果蔬菜有数百种,全程由科技人员管控把关。这里的农产品供应给北京一些大型超市以及配送给定点单位和社区及网上消费群体。然而,依靠现有技术生产安全蔬菜,农业技术和生产服务部门心里有底,消费者心里未必有底。为了让市民懂得植保技术和理念,北京市植保站建起了“安全农产品绿色防控技术展示厅”,用图文、音像、实物、模型等多种形式,对现代植保绿色防控技术进行全方位展示。市民通过平台不但可以了解现代植保新技术,而且能关注绿色防控示范基地的实时生产动态。还可以

通过网站、微博和微信,使消费者与蔬菜生产基地拉近了距离,人们可以足不出户就能查看文字、图片和视频等,实时了解纳入绿色服务平台的蔬菜生产基地生产情况,包括采取的技术措施、作物生长情况、产品成熟度和供应信息等。

第二个误区是打了药的蔬菜虽然卖给了别人,看起来自己没有吃。但自己吃的菜都来自水、土、空气和阳光,不管是谁,只要是打过药的地方,就会渗透到土壤、空气、地下水,你的菜都离不开呼吸的空气,土壤里产出的果蔬庄稼,喝的地下水。被污染的源头,照样害的是自己。

构建平台服务生产者消费者 周春江说,要树立植保体系、源头控制、全程控制、科学用药这四个新型的植保理念,在一整套绿色防控技术体系下,确保绿色防控基地生产出安全放心的蔬菜和水果。通过实时互动、咨询和交流,消费者从这个平台上知道安全农产品是怎样生产出来的,到哪里可以买到安全放心的蔬菜产品,自然建立起



五一前夕,一只长19.2米,宽5.4米,名为“青春号”的巨大“纸船”亮相上海浦东东大嘉玛拉雅艺术中心广场。这只巨大“纸船”旨在唤醒“70、80后”的童年记忆,回味美好往昔,而“纸船”也会在晚上化身露天影院,为观众播放青春题材的电影。

“OSO”模式引领家居购物国际化

数字时尚

科技日报讯(马东)4月28日,首个定位于“高品质家居生活国际购物平台”的美兹网正式上线。来自全球的家具供应商、美兹网线下服务体验店加盟商,以及来自银行、投资公司共300余人一起见证了这一时刻。



苹果公司推出的这款穿戴装置iWatch产品,是一个采用曲面玻璃、类似手表风格的iOS设备,支持蓝牙技术、配置1.5英寸OLED显示屏。

业界称,美兹网正在引领家居互联网电商开创新模式,对美兹网首创的“OSO”模式,即线上商城+直接服务+线下体验“分时定价系统”“美兹微顾问”“团秒”这四大创新十分认可。据介绍,“OSO”模式不是线上与线下的简单组合,而是一种突出顾客体验的新型商业体系。美兹网线上商城和线下服务体验店的产品款式、价格、促销政策及服务标准都保持一致。线上,美兹网不仅展示、销售、推广商品,而且有专业人员为顾客提供一对一咨询服务;在线下实体店,顾客不仅能得到免费装修、安装、售后服务,还可享受一对一专门客服人员的全程专属跟踪服务。这样,美兹网就以“直接服务”为连接点,实现了线上与线下的无缝联动。据悉,美兹网上线首批产品包括十几个品类的上万件家具产品,其中有相当数量的意大利、美国等原装进口产品。

未来的台式电脑将会越来越小

本报记者 申明

科学与生活

与笔记本电脑的轻薄相比,台式电脑给我们的印象往往是“傻大粗”。然而,随着技术的发展,台式电脑也变得越来越时尚,越来越小巧。记者日前在联想举办的“大客户PC业务研讨会”上,看到的一款只有笔记本电脑大小的台式电脑瞬间颠覆了我们的印象。这台名为“小Q”的电脑拥有“魔鬼身材”,机箱体积仅为1升,却在节能、扩展性、散热等方面都有良好的表现。要知道,传统上我们的电脑机箱体积为20升。在会议现场,记者看到即使置身于冰柜和烤箱里冰火两重天的严苛环境下,“小Q”也依然可以正常运行。不要小看体积的改变,这代表着未来应用场景的更多可能性。一升的体积可以让“小Q”轻松的外挂在显示器之后,亦或安装至桌下。甚至可以放在客厅的角落里,当做智能家居系统的中枢,让你体验到远程遥控家电、红外人体探测、IP摄像头监测的智能生活。“小型化是今后台式电脑的趋势之一。”联想中国区大客户事业部PC产品营销总经

场,记者看到即使置身于冰柜和烤箱里冰火两重天的严苛环境下,“小Q”也依然可以正常运行。不要小看体积的改变,这代表着未来应用场景的更多可能性。一升的体积可以让“小Q”轻松的外挂在显示器之后,亦或安装至桌下。甚至可以放在客厅的角落里,当做智能家居系统的中枢,让你体验到远程遥控家电、红外人体探测、IP摄像头监测的智能生活。“小型化是今后台式电脑的趋势之一。”联想中国区大客户事业部PC产品营销总经

博物馆展品可以“搬”回家

本报记者 吴佳坤

生活风向标

欣赏艺术展品一定要去博物馆吗?未必。近日,由国际版权交易中心等机构联合推出的“艺宅配”艺术品鉴赏服务,让人们足不出户就能欣赏到博物馆级的名画之美。 汇心堂艺术管理机构艺术总监吴华介绍说,此次平台联合光大银行推出的“艺宅配”服务是一项艺术品鉴赏公益金融服务,人们不用排队去博物馆,就可以欣赏到水印版画大师陈琦、绝版木刻大师贺昆等艺术大家的作品。参与者只需申请办理“艺宅配”艺术品鉴赏资金监管服务,就可以享受艺术品免费鉴赏服务。 “艺宅配”艺术品鉴赏公益服务除了由国家级综合性文化产业要素市场和文化经

济价值转化平台——国际版权交易中心确权保真,以及第三方评估机构评估以外,还通过艺术品资源专业管理体系、多维度保真体系、银行资金安全监管体系三大体系来保障参与者的权益。 专家提出,由于儿童从两岁左右开始进入审美敏感期,及时的艺术教育对儿童未来的发展影响深远,“艺宅配”艺术品鉴赏公益活动将优先接受拥有3—15岁孩子家庭申请人的申请。 据了解,国际版权交易中心依托完备合规的交易制度和限量收藏品交易流通系统,打造了规则完备、体系健全、确权保真的“国家级原创版画交易平台”,已于2013年7月正式启动。该平台将沿用国际版权交易中心原有的交易机制,拥有“两审、两证、两全”的基本特点。

两大电视产品争锋节日市场

本报记者 马爱平

锐观察

五一节前,有业内观察人士分析,今年节日电视市场是两大产品市场的竞争和融合,其一是以4K、智能电视为首的主流产品市场,其二是以新一代互联网电视为代表的产品市场。 在主流产品市场上,经过数年的市场培育,4K超高清电视、智能电视逐渐迎来发展高峰,成为部分用户的首选;同时,与主流市场既有融合又有差异的新兴市场,虽然目前该市场占据的份额并不大,但也初具规模,

对五一彩电市场竞争态势带来影响。 作为较早推动互联网转型的彩电企业,TCL提出五一市场,让新兴产品发挥重要作用。据了解,TCL打造的互联网电视阵容,产品线多、内容丰富,如TCL TV+爱奇艺电视,拥有丰富海量的视频内容和智能便捷的操控方式;TV+游戏电视,拥有强大的双屏融合游戏平台 and 媲美X-BOX的操控体验,已吸引游戏娱乐爱好者,其所建立的生态圈模式,通过多年积淀,形成了涵盖智能电视、智能手机、智能家居、视频通讯等产品群。

小型化仅仅是未来的电脑的形态之一。随着技术的进步,触摸、语音、手势、生物识别等科幻电影里出现的场景都将出现在你的面前。 此外,多模式也将是未来的趋势之一。近日,联想集团首席运营官兰奇在接受记者采访时表示,平板电脑和笔记本、和键盘相互的融合,一体电脑相互的融合,将会成为PC发展的一个重要趋势。 “比如说,你的笔记本屏幕是可以触摸的,笔记本电脑也可以当作平板电脑来用,相当于把它变成一个可以反转、可以触摸,变成一种多模式的电脑。所以在我看来,这种多模式的电脑市场将会很快的回暖。” 对于近来PC已步入黄昏的说法,兰奇认为,他已经看到明显的回暖状态。“PC市场会有非常广阔的前景。”