

快乐暑期 暑期到来,宁夏银川市朝阳街道...



志愿者卡 汇款等功能,新华社记者彭昭之摄...



方便纳税 信公众号,新华社记者任正来摄...



剪纸传承 剪纸技艺,新华社记者林善传摄...



营养快餐

夏季营养菜谱

一到夏天,就有一些人食欲不振,导致“无病三分虚”...

银杞养阴汤

做法:将银耳泡开,煮熟后再放入枸杞和茉莉花一同煮开了就可以喝了...

绿豆南瓜汤

做法:清水烧沸后,先下绿豆煮沸2分钟,淋入少许凉水,再次烧沸后将去皮的南瓜块下入锅内...

银耳羹

做法:先用温水泡过银耳,加水适量,急火煮沸改用文火煮熟,至银耳酥烂,加入冰糖,搅拌至溶化...

虫草子鸡

做法:把半只鸭切成块状,将2.5克虫草放置在鸭肉上,同时将荷叶切成碎片,加入盐和葱段等作料...

参麦甲鱼

做法:甲鱼洗净后去内脏,与作料一起放在锅里煮沸。用纱布包好的麦冬和西洋参,与甲鱼一起隔水蒸,一般一个半小时后就可以出锅了...

夏季饮食三佳

最佳调味品——食醋

营养专家认为,盛夏出汗多,多吃点醋能提高胃酸浓度,增进食欲并促进消化液的分泌...

最佳肉食——鸭肉

营养专家认为,夏季天气燥热,宜吃清淡的食物。鸭肉具有高蛋白低脂肪的优点,鸭肉中蛋白质含量为16%—20%,比猪肉(13.3%)高,而脂肪含量(19.7%)比猪肉(37%)低...

最佳蔬菜——苦瓜

专家表示,夏季高温吃点苦瓜等苦味菜大有裨益。有研究表明,苦瓜含有降低血糖的物质,能够预防和改善糖尿病的并发症,且能提高食欲...

车联网是随着交通出行问题越来越严重所应运而生的一种物联网技术。如果进行合理地规划和设计,未来车联网或将在交通安全方面大有作为。请关注——

车联网将如何改变人们出行?

实习生 范圆圆

未来车联网必然是一种兼容通讯模式

车联网是以车内网、车际网和车载移动互联网为基础的交互信息网。它最核心的技术——联网,是整个车联网能够互联互通的基石...

另外,有了车联网,驾驶员通过车载显示屏就可以看到路况,从而有效减少由收费站、十字路口的等待导致的交通拥堵,实现全局优化顺畅的通行...

车联网还可帮助汽车制造企业跟踪售后汽车的运行状况。这些与汽车性能有关的数据可以反馈给汽车制造企业。通过数据就可以知道哪些配件是需要维修的,哪些是需要改进的...

如果车联网应用起来之后,人们就不会担心到底道路上信息采集器的覆盖率不够,任何一个路段实时的信息都可以实时地反馈给交通管理部门,通过大数据的分析,为城市规划的发展,为公众提供应急信息服务...

实验室正在重点研究,怎样使不同的网络环境实现智能切换,从而为不同的应用服务提供支持。比如,车辆状态的跟踪、路况信息、车辆的远程诊断,可以使用3G通信技术;WiFi技术带宽非常宽,适合于路测;DSRC作为整个体系里面最突出的新成员,特点是延迟非常低,在自动组时仅有5毫秒的延时...

有报道指出,目前,国际上几大标准化组织都已经开展了制定DSRC标准的工作,其中以美国的ASTM/IEEE、日本的ISO/TC204和欧洲的CEN/TC278标准体系为代表。由于各国的标准不同,未来DSRC的标准走向还有待观察...

车联网是有很大发展前景的技术

车联网最早可追溯到2000年左右,美国最先开始。欧洲紧随其后,在车路通信、车路控制方面也设立了重大研究计划。目前正专门攻关技术应用。我国从2005年到2008年开始重视这方面的研究,国家科技部863计划在“十一五”末启动了主题项目构建我国的体系框架...

在企业的牵头下,目前我国已经攻克了车路协同、交通协调控制等交通智能化的关键技术。

车联网系统实施之前,还是会有一些安全方面的考虑。比如,如果有车装了预警终端,有的没有装,这会对安全造成什么影响等,田大新表示。目前,美国密西根大学牵头在安娜堡市进行测试。测试区域是一个封闭的环境,在区域里面所有的车辆和路侧的信号灯全都安装了通信终端,包括3000辆车。主要是为了解决一些具体的功能,相关应用的效果做一个实时测试分析,搜集有关数据...

“车联网是一个具有很大发展前景的技术,也是现在新一代高新技术在交通行业充分应用的必然”,交通运输部科技司副司长洪晓枫说。目前,交通运输部正在研究交通运输行业信息化、智能化的规划。

北京市交通委员会副主任李晓明说,车联网现在炒得比较火,对于在国内推动比较有利。现在车联网和智能交通这一块,在中关村做研究的信息公司就已经不下百家。但产业发端、技术支撑,不能仅靠政府和财政支持。不过,政府可以提供一个开放竞争的市场,并制定统一的标准。再借用市场和力量,共同办这件事。”



7月14日,安徽省合肥市清溪路社区组织10多名小朋友参观辖区污水处理厂,通过实地了解生活污水处理的流程,引导孩子们树立节约用水、保护水资源的意识。图为小朋友们在参观污水处理厂。新华社记者 张端摄

移动音频成世界杯资讯主入口

数字时尚

移动互联网的迅猛发展,在刚刚落幕的2014年巴西世界杯上,音频和移动成为两大关键词。除传统媒体之外,手机电台成为世界杯资讯主要入口之一。来自易观数据调查显示,巴西世界杯期间,整个手机电台市场月度活跃用户和收听时长均创下新高。其中,主打音频直播和自制的考拉FM,6月启动次数较5月增长34%,月度活跃用户量和收听时长创新高,远远超出排名第二的蜻蜓FM,月度时长更是超出后者近3倍,成为了移动音频领域的大赢家。

随着用户向智能机迁移,此次世界杯上,各类媒体均不约而同地以“移动”为主战场,依靠旗下手机端APP产品打组合拳。例如腾讯的微信和手机QQ、搜狐的搜狐新闻客户端和搜狐视频客户端、新浪的微博、网易的网



7月10日,手机淘宝和支付宝钱包启动“药品安全计划”。只要使用这两个客户端扫描全国市面上任意一盒药品包装上的条形码和药品监管码,就能获得该药品的真伪提示、用法、禁忌、生产批次及流通过程等信息。本报记者 陈杰

肉油盐食用过量致近1/5人口罹患慢性病

给您提个醒

科技日报讯(记者翟剑)在7月11日召开的食物与营养教育示范基地建设研讨会上,来自国家食物与营养咨询委员会的专家警告说,我国居民超重率、肥胖率居高不下,全国近1/5人口被确诊为慢性病患者,其主要原因在膳食结构不合理,肉类食物消费过多,同时烹调用油、食盐摄入量普遍超标。专家呼吁,采取差别化的干预措施,改善食物与营养结构,由吃得饱向吃得好、吃得科学转变,已是刻不容缓。

农业部食物与营养发展研究所副所长王东阳研究员指出,与公众高度关注的食品安全问题相比,食物营养问题是一种更量大面广、更常态化的存在,同时又不易为人察觉。不重视食物与营养问题,既会造成资源浪费,更可能影响一代甚至几代国民的身体素质。

他表示,当前我们面临的食物与营养最突出的问题是,在仍需解决部分人群营养不良问题的同时,以营养过剩为主要特征的偏离均衡营养的食物消费行为越来越普遍。王东阳强调,“数量最大的是食物营养改进型人群”。其特征是已稳定解决温饱,衣食无忧。但缺乏食物营养知识,加上琳琅满目的美食诱惑,普遍存在肉类油脂等动物

性食物消费过多等不合理膳食行为,尤其是在流动人口集中及新型城镇化地区,人们饮食结构发生很大改变,谷类食物消费明显下降,动物性食物消费快速上升。

“口味重是有普遍性的膳食习惯。”王东阳介绍,目前居民家庭人均每日烹调用油摄入量49.1克,城乡无明显差异,而人均每日摄入量超过10克为摄入量过多;有72.6%的家庭人均每日食盐摄入量超过6克,27.5%的家庭超过12克,18.1%的家庭超过15克,而按照中国居民膳食指南推荐标准,每人每天食盐摄入量不超过6克。

肉、油、盐食用过量导致的脑血管病、癌症、呼吸系统疾病和心脏病等慢性病“已使个人、家庭、社会不堪重负”。王东阳强调,慢性病所造成疾病负担占全国总疾病负担的70%,如不采取有力措施,未来20年,中国40岁以上人群中主要慢性病患者人数将增长一到两倍,慢性病导致的负担将增长80%以上。

国家食物与营养咨询委员会主任委员万宝瑞呼吁,从现在起,在坚持食物数量安全、质量安全的同时,吃多少都有了新的量化指标,我国居民吃什么、吃多少都有了新的量化指标,这些指标是膳食搭配的参考值,应根据自身情况,通过营养配餐进行合理的增减或取舍。因此,“实施不同形式的结构性营养配餐将是今后发展方向”。

京津冀电信用户通话免漫游费

生活风向标

据新华社电(记者李峥巍 张能)京津冀通信资费一体化又有新进展。记者14日从中国电信北京分公司获悉,该公司推出针对北京电信用户的“畅游包”业务,开通后,新老用户在京津冀三地间通话将享受“市话”待遇,无漫游费且数据流量也将执行统一价。

据介绍,此项名为“京津冀畅游包”的叠加业务包月服务费为2元。开通此业务后,京津冀区域内电信手机用户拨打电话费用统一为0.11元/分,接听电话免费,使用数据流量价格统一为0.003元/10KB。此外,用户开通还可获赠来电显示、彩铃、邮箱等业务。

北京电信工作人员介绍,“畅游包”业务捆绑话费,适合在京津冀三地流动的老用户,后付费语音用户,老用户可直接捆绑叠加,新用户可搭配套餐合约购买。目前,该业务可以在北京电信网上营业厅预约、登记办理意向。

随着京津冀地区一体化进程的加速,长途及漫游资费过高成为区域一体化进程下的壁垒。早前,京津冀三地消协联合向国家发改委、工信部以及三大运营商发函,呼吁逐步降低并直至取消京津冀地区长途及漫游通讯资费。

业内人士表示,京津冀畅游包的推出,不仅降低了跨区域用户的通话资费,在一定程度上也将有效促进京津冀一体化进程的加速。

青奥会:利用发电厂废蒸汽来制冷

低碳生活

新华社南京7月15日电(记者王恒志)利用发电厂废蒸汽为青奥村制冷,采集太阳能用于地下室辅助照明、遍布青奥村的雨水收集系统……即将完工的南京青奥会青奥村建设处处贯穿着绿色环保理念,其中利用发电厂废蒸汽为青奥村制冷的青奥村能源中心能满足120万平方米的制冷制热需求。

记者在青奥村中看到,坐落在青奥村交通中心旁的能源中心已经建成,这座使用冷热电联供技术的能源中心占地3300平方米,看上去像个大海参。南京远大能源公司总工程师马敬介绍说,这座能源中心最大优势和特点就是节能,中心利用电厂的余热蒸汽,通过非电空调设备制取6℃冷水,输送到青奥村各换热站,向各建筑提供中央空调冷源。到了冬季,也可以利用电厂余热蒸

汽通过板换供热,同时能源站内燃气发电机烟气及高温缸套水驱动吸收式热泵提取板换余热采暖,效率很高。

青奥会期间预计天气会比较炎热。据悉,为全面保障青奥会期间的服务,能源中心采用电能、蒸汽、天然气三种能源相互备用的方式,目前调试工作正在进行中。青奥会期间,如果遇到蒸汽来源中断或者停电,能源中心自备发电机组就会启动天然气发电,保障能源中心自身运转。

马敬告诉记者,青奥村能源中心使用的蒸汽来自板桥的华润电厂,15日蒸汽就可接入到位。青奥能源中心能满足120万平方米的制冷制热需求,青奥会举办期间,将为青奥村、奥林匹克博物馆及南京国际青年文化中心提供制冷服务。未来,青奥村还将建设二期工程,能源中心将满足周边更多需求。