



电子阅览室

新华社记者 李瑞果摄
成年人、老年人等。图为社区居民在上网
办支持下开设电子阅览室,服务社区未
香河县城西社区在所属新华街道



枸杞“身份证”

新华社记者 彭昭之摄
的枸杞拥有了全新的二维码追溯身份的
的宁夏中卫县,从这里外销全国和出口
近日,在素有“中国枸杞之乡”称号



返乡养龙虾

新华社记者 范培坤摄
高原高寒地区利用天然泉水试验养殖
人,在大学毕业后回到家乡,成功地在
魏学恒是甘肃省永登县龙泉寺镇



哈密奇石宴

新华社发(秦增乐摄)
众的目光。
哈密奇石组成的奇石亮相,吸引了公
览会在国家会议中心开幕,一百零八种新
近日,二〇一五年北京国际旅游博

营养快餐

茄子怎样吃更营养

五彩虎皮茄子卷

材料:茄子一大根、梅肉半斤、糖、生抽、胡椒、黄酒、葱姜末、一只鸡蛋、辣椒三两、蒜。

做法:1.取一大根茄子,切成5mm左右的片,表面刷一层薄油,进热锅,煎到两面出现虎纹;2.做肉馅:梅肉半斤,加糖、生抽、胡椒、黄酒、葱姜末、一只鸡蛋拌一下;另外,三两辣椒切丁,蒜切末;3.热锅温油,滑肉馅,再加入全部材料,翻炒至熟,肉馅就做好了;4.茄子上均匀的铺上肉馅,再从左右卷起来即可。

肉末蒸茄子

材料:茄子250克、猪肉120克、洋葱20克,料酒1茶匙、蚝油2茶匙、盐少许、水淀粉1.5茶匙、油2茶匙。

做法:1.猪肉剁成肉末,放入碗中,加入切细的洋葱碎,料酒,蚝油,再根据口味决定是否加一点点盐,淋入水淀粉,拌匀,最后加入油拌匀,腌制10—20分钟;2.茄子洗净去蒂,切片,放入蒸锅蒸软(如茄子水份大,建议用微波炉),取出,刀切或手撕(手撕口感更好)成细条状(茄子皮富含维他命P,最好保留),铺在蒸碗底,铺满一层后,铺一层肉馅儿,再铺一层茄子,重复做完,最上面一层是肉馅儿;3.蒸锅大火烧开,放入蒸碗,蒸10分钟即可。

烧茄子

做法:第一步需要用油炸切好的茄子,也就是“过油”。这时候油温很高,一般会达到180℃左右,这么高的温度造成了类黄酮的严重损失,茄子的保健作用也就去其大半了。

蒜泥茄子

做法:1.茄子用淡盐水洗净;2.撕成长条状;3.放在笼屉上蒸制,用筷子一扎能透了即可。

吃茄子有讲究

按颜色选茄子

茄子有很多品种,从颜色上分,有黑茄、紫茄、绿茄、白茄以及许多中间类型。由于类黄酮存在最多的部位是有色表皮和果肉结合的地方,所以深紫色或黑色的茄子才是保健的上品,白茄子是最差的。

吃茄子不削皮

要记住,烹调茄子的时候一定要去掉茄皮,才能达到保健的效果。把茄子切成块或切成丝之后在水中长时间浸泡,也会让宝贵的营养物质和类黄酮溶解在水中,被白白地扔掉。所以茄子要在下锅之前切好,避免浸泡,尽快烹调。

烹茄子宜清爽

既然茄子里面的保健物质怕热,烹调时应当避免油炸,可以采取蒸熟凉拌、急火快炒等方式。如果一定要油炸,提倡挂糊后再油炸,以减少类黄酮的损失。而且要注意,炸茄子的油一定要新鲜,不能是反复用过的油。

看体质吃茄子

茄子虽然营养丰富,能防病保健,但它性寒滑,脾胃虚寒、容易腹泻的人不宜多吃。体质热的人和有心血管疾病危险的人可以适当多吃。



扫一扫

欢迎关注科技改变生活微信公众号

一直以来,消费领域就是一个模式不断创新、反映时代灵敏度的领域,随着互联网金融的发展如今引入贷款消费新模式。请关注——

消费贷款真的可以零利息吗?

本报记者 蒋秀娟 实习生 梁伟

打破砂锅

在互联网时代,得益于消费金融行业潜力大、政策利好、国民信贷需求旺盛等因素,互联网金融一直保持着高速增长。随着消费群体的年轻化、消费观念的改变和消费习惯的升级,消费金融领域也不断出现许多惠及老百姓的消费新模式。

“10万元以内,免息一年,分期还款,无任何手续费”,正是迎合这股互联网热潮,专注于互联网金融与消费的优优宝金融近期高调对外宣称,区别于传统的小额贷款、P2P和互联网分期平台,优优宝将为装修、旅游、教育、美容、婚庆等消费领域提供免息贷款。

然而,对于习惯相信“天下没有免费的午餐”的老百姓而言,这样一种互联网金融消费模式能值得信赖吗?

互联网金融+“0利息”模式

“让老百姓承担利息成本去做消费是不符合逻辑的”,优优宝金融的创始人兼CEO陈京表示,要真正增进民众消费意愿,释放社会消费潜力,帮助客户获得免息贷款用于消费是一个很好的办法。

陈京介绍,只要申请者有半年以上固定工作,且个人信用记录良好即可申请。申请渠道非常方便,添加优优宝微信公众号,一分钟就能搞定,省却了跑网点和柜台的繁琐流程。申请成功后就能得到一笔0成本、纯信用的消费基金,用于消费者生活服务领域的支出。

何谓0成本?陈京解释,首先这笔消费基金是免费提供,不同于P2P提供的小额贷款,优优宝不收取任何利息,更没有所谓的手续费、顾问费、办理费等各种变相利息明目。

其次,在使用这笔消费基金时,优优宝的主张是“你的消费你做主”,即用户自己选商家、选产品、定价格,只是到了最后需要付费阶段,由优优宝支付。这就避免了通过服务产品加价变相收取资金利息的可能性。

北京六方四合科技中心总监 Martin 认为,“互联网金融+消费”简化了程序,节约了成本,刺激了需求,给老百姓的生活带来了很大的方便。在“互联网+”的时代浪潮下,实行免息分期是非常聪明的战略选择,在这种模式下,消费者、免息分期公司、合作企业三方都可以从中受益。

实现O2O商业形态闭环

对于优优宝的这种“免费午餐”,曾有不少

消费者担心“羊毛出在羊身上”——优优宝会不会通过隐形加价,暗中调价来获取利润。对此,陈京形象地比喻:“互联网的 innovation,是让羊毛出在牛身上。”首先,优优宝通过自身信用以及还款保险等“筹码”帮助消费者从合作银行获取消费贷款。其中,消费者只需要分期归还本金,利息则由优优宝承担。其次,优优宝凭借大量的“用户平台”与大量商户合作来获取利益,从而实现“羊毛出在牛身上”。

“无论是线上还是线下,广告费永远是商家的痛点。”优优宝联合创始人兼COO苏宇表示,实现O2O营销模式的核心是在线支付,在此基础上,优优宝实现了进一步创新,即替用户免息支付,解决消费者资金困扰,满足用户的消费需求,从而深入到消费产业链,实现O2O商业形态闭环。

苏宇表示,不是所有的厂家都能加入优优宝商家联盟,必须符合优优宝的标准,保证市场口碑和服务质量等。同时确保用户享受与市场价一样乃至更低的价格和优质的消费体验。“以家装为例,优优宝与多家品牌建材材、辅材、施工方、设计工作室等厂家直接合作。这样,传统家装行业的诸多黑幕将跟随‘装修公司’等中间环节一起出局,消费者从而就可获得透明、标准化的家装服务。若若个性

化装修,还可选择PK报价,保证价格优势。”

如今,优优宝已实现对2500多个线下商家对本地生活O2O生态的布局,包括了出境旅游、装修建材家具、教育培训、青少年教育、美容保养等多个消费领域。此外,用户在消费过程中如遇到任何问题和纠纷,都可以拨打“优管家”售后热线,优优宝会迅速介入用户和商家,提供解决方案让用户满意。

个人消费贷款与征信系统绑定

“登录优优宝免息分期网站,找到自己想要申请的项目,点开后进行申请,几分钟后优优宝客服就与我联系了,资料准备齐全后优优宝免息分期的工作人员会上门取件。然后,他们将审核资料递交到银行,5个工作日就可接到审核通过的电话。最后,优优宝工作人员会上门办理分期服务。从申请到最后报名不过5—6天的时间,既不用去旅行社,也不用去贷款公司,在家里就可以轻松申请非常方便。”优优宝用户石女士介绍。

貌似这样的模式都是从消费者最便利的角度来提供服务,然而对于企业而言,如果消费者出现违约,逾期不还,最后成了一笔坏账怎么办?

对此,陈京解释,通过与大型国有银行和保险公司合作,消费者的个人贷款行为已与个人的征信系统绑定,一旦消费者出现违约行为,征信系统会发出“警报”,成为所有银行的“通缉犯”,“届时可能连坐飞机、买火车票之类的行为都受到影响。”陈京说,“可能每一个有信用的人都不希望为了几万块钱,把自己的信誉搭上,从而影响到日后的一些消费行为。”

“对于个人消费金融企业而言,成功与否的关键在于其风控系统特别是信用风险模型的精准度。从某种意义上说,互联网金融消费未来的增长速度、覆盖范围、融资形式很大程度上取决于人民银行征信数据的共享机制和民间征信机构、征信业务的发展程度。”SMAC董事长兼CEO郝建明曾对外表示。

中国社科院对外经贸国际金融中心副主任、中国互联网金融诚信联盟秘书长袁善祥在接受媒体采访时也认为,P2P在美国等国家能够在线上快速完成交易,就在于拥有完善的征信体系,且P2P机构能够与之相连。在贷款时,P2P平台可以从征信机构处便捷、低成本地了解借款人的信用状况。同时,由于信用体系完善,这些平台的坏账率也在可控范围内,平台可以进一步扩大规模。



新华社客户端新版总下载量达到5204万

数字时尚

据新华社电(记者朱斯哲)新版新华社客户端自6月8日上线以来,用户下载量、活跃度迅速提升。截至28日零时,新华社客户端总下载量达到5204万。

新版新华社客户端在已有118项改进和创新的基础上,实时听取网友建议,持续改

进用户体验。产品创新让新华社雄厚的原创新闻能力更富时代魅力,首次推出的“动新闻”栏目,用3D动漫技术还原新闻现场,单条阅读量过千万,还吸引了国外顶级电视台来洽谈购买。

独特的“问记者”功能,请新华社记者与网民在客户端页面上互动,就最新热点事件交流问答,分享采访背后的故事。这些创新

手段综合提升了新华社客户端的活跃度,目前单条稿件最高评论数量已达10万条。目前,统一搭建在“新华社”客户端上的全国党政企客户端集群已经覆盖全国各省、自治区、直辖市;正在迅速覆盖全国所有地级和县级行政单位,成为全国各地党政机关在移动互联网上发布政务、服务信息的统一平台。

这款客户端还让贴心服务如影随形,网民不仅能读到国内国际大事,找到本地实用资讯,而且通过地理位置识别,还可获得衣食住行等方面的便民服务。



这款USB Type-C接口,其最大数据传输速度可达10Gbit/秒,达到了USB 3.1的标准;Type-C接口插座的尺寸仅为8.3mm×2.5mm,从正反两面均可插入。配备标准规格连接线可通过3A电流,相比较目前市场上的1A或者2A电流充电,可以大大提升手机的充电速度。

癫痫患者选择怀孕时机应慎重

本报记者 李颖

给您提个醒

怀孕对每个女性朋友来说都是一件大喜事,但是,对于癫痫患者来说,她们既渴望做母亲,又背负着能否健康孕育的心理负担。她们能不能怀孕生子?遗传概率有多高?怀孕期间还能服药吗?

在第九个“国际癫痫关爱日”到来之际,中国抗癫痫协会和北京大学第一医院共同举办了“6·28国际癫痫关爱日大型公益活动”。在科普讲座上,首都医科大学宣武医院

神经内科主任医师孙伟表示,癫痫病人如在医生指导下早期治疗,合理选药、用药,并长期坚持,一般治疗效果还是不错的,大多数的患者都能像正常人一样结婚、生育。问题主要取决于怀孕是否会使癫痫病人的病情加重以及癫痫对胎儿有什么影响,因此一定要慎重选择怀孕的最佳时机。

怀孕极易导致癫痫复发,怀孕前已患有癫痫,病情又未能完全控制的,孕后由于体内钠盐滞留、电解质紊乱、情绪紧张、内分泌和呼吸方式改变等等的变化,都可以使

癫痫发作变得频繁;恶心呕吐等早孕反应,使吸收抗癫痫药物受到阻碍,使血浆中的药物浓度下降,促使癫痫复发。与此相似,抗癫痫药物在体内的代谢也会因怀孕而发生变化。血浆加大清除力度,血液浓度也会下降。所以癫痫病人在怀孕期间应该增加1/3量的抗癫痫药,以防止癫痫复发。但由于抗癫痫药物有造成胎儿畸形的作用,增加药量应当慎重。

因此,患有癫痫的妇女婚后若想生育,须提前做好应对准备。具体方法是:在连续、系

统服用抗癫痫药物治疗,保持3—5年内无复发现状,脑电图正常后,先逐渐减量,直至停药(药物应在6—14个月内逐渐减量至完全停药),最后检查证实病情完全缓解时再怀孕生育。这样做相对来说是比较安全的。

患癫痫病的女性,若想生一个正常健壮的孩子,就必须选择在病情相对稳定时期怀孕,或在医生的指导下,采用合理剂量和最小副作用的药物进行治疗,并制定控制发作的最佳方案,尽量防止畸形胎儿的出生。“病情严重的癫痫患者最好不要生育。”孙伟表示,女性癫痫患者在自身癫痫发作频繁,未得到很好治疗的情况下,建议最好不要考虑生育,一则怀孕有风险,二则对后代影响较大。经过合理治疗,病情稳定得到控制之后,再作生育的打算。

我国500多个城市试点智慧城市

生活风向标

据新华社电(记者韦慧)目前我国有超过500个城市进行智慧城市试点,计划投资超万亿。国家信息中心信息研究部副主任单志广26日在杭州透露,国家正建设跨部门的智慧城市协调机制和监督考核机制,制定智慧城市的能力和成效评价体系,以加强智慧城市的指导和监督,各地智慧城市建设的效果须经国家认可。

目前,我国已经先后发布了三批智慧城市试点。统计显示,目前我国已经有超过500个城市在进行智慧城市试点,并均出台了相应规划,计划投资规模超过万亿元。从

实际效果看,智慧城市在城市交通、医疗、政务管理等领域取得了广泛成果。

6月26日在杭州举行的“2015中国城市发展论坛”上,单志广说,国家信息中心等部门正在制定智慧城市的能力和成效评价体系、考核体系,以加强智慧城市的指导和监督,而智慧城市建设要用实效取得国家的认可。

据单志广介绍,国家发改委从去年10月起牵头协调25个部委,成立了促进智慧城市健康发展的国际协调工作组,工作组已开始定期召开国际会议和专家会议,强调理性务实工作,并研究智慧城市与“一带一路”、京津冀一体化、长江经济带建设等发展结合,并努力推进智慧城市建设的标准化。

脑梗突发送哪家医院?

科学与生活

据新华社电(记者胡浩)脑梗卒中治疗必须争分夺秒,如果患者被送往不具备救治条件的医院,就有可能延误宝贵的抢救时间。6月27日,国家卫计委神经内科医疗质量控制中心、中国卒中学会、中国卒中中心联盟发布《中国卒中中心建设指南》及中国卒中中心联盟(CSCA)成员医院名单,为患者救治指明方向。

“指南及医院名单的公布,将为卒中救治提供明确的指导和帮助。今后卒中患者发病,家属只需在短时间里把病人送往离病人最近的卒中中心医院,即可获得及时、专业、规范的救治,这将为卒中患者争取关键的救命时间。”首都医科大学附属北京天坛医院神经内科主任医师王拥军教授表示,脑

梗急救不仅要“快”,更要送“对”医院。脑梗发生后,很多患者在第一时间被送往就近医院或者家属有熟人的医院,但这些医院可能未必具备溶栓条件,也不一定有针对性脑梗患者的快速应急机制。

他介绍,国际标准规定,脑梗患者从进入医院的大门到开始静脉溶栓的时间应控制在60分钟以内,但在我国,许多大医院都不能达到这个要求,该时间是发达国家的近2倍,甚至更长。

为加快卒中病人救治流程,指南明确了卒中中心建设的具体标准,并在预防、护理等多方面提出了详细、规范的要求。目前,首都医科大学宣武医院、第二炮兵总医院、天津医科大学总医院等15家医院已成为首批中国高级卒中中心,201家医院有卒中急诊绿色通道,455家医院申请加入中国卒中中心联盟。