

“海南启动全岛封关运作准备”引发热议 海南封关“封”的是什么？

近日，“海南启动全岛封关运作准备”引发热议。

目前，海南全岛封关运作各项准备工作任务均已取得阶段性进展，全面启动全岛封关运作准备，确保今年具备封关硬件条件、明年完成封关各项准备、2025年底前实现全岛封关运作。

海南全岛封关运作意味着什么？会给我们带来哪些影响？



▲这是在海南省洋浦经济开发区拍摄的洋浦国际集装箱码头。据新华网

什么是封关？

“封关”是一个海关术语，即海南全岛成为一个“境内关外”区域，海南岛内可以享受零关税等优惠政策。在这一特定区域内，“封关”的概念也可以简称为：一线放开，二线管住，岛内自由。

一线放开，指境外及区内的货物可以不受海关监管自由出入境，即自贸区(港)与境外实现货物、资金和人员等要素自由流动。

二线管住，指从自贸区(港)出入国境内其他区域的货物，纳入全国海关通关一体化。

会产生什么影响？

封关运作的影响主要体现在以下两个方面。

一是进出口贸易。海南省委深改办(自贸港工委办)二级主任科员杨临介绍，封关运作后，一方面，海南自由贸易港的绝大多数进口商品(征税商品目录以外)是免关税的；另一方面，禁限类清单以外的货物可以实现自由进出，海南与世界各地的贸易将更加频繁，促进进出口贸易繁荣发展，促使海南更多地

实行常规监管，要征收相应的税收，并纳入贸易统计。

由此可见，“一线”是对外，“二线”为对内，岛内是自由的。“封关”不是“封岛”，恰恰相反，全岛封关运作意味着海南自贸港与外部的联通将更加顺畅，是更高水平的开放。另一方面，全岛封关运作下，海南自贸港和内地在货物、物品、运输工具出入等方面的联通是“有管理”的联通，这也为自贸港的制度建设带来挑战和机遇。

参与到国际分工中。

二是岛内外普通消费者。封关运作后，一方面，进口商品进入到海南可以享受免税待遇，因此，岛内消费者可以以较低价格购买国际商品；另一方面，将面向更多国家实行更加开放的免签政策，将会有更多的外来人才到海南开展商务、旅游等。

(据央视新闻)

解读近年来最大范围降水过程

多灾种叠加 灾害风险不可忽视

北方大风、剧烈降温、雨雪天气，南方区域性暴雨、强对流天气……中央气象台预报显示，4月初，今年以来最大范围强降雨天气过程影响我国，中东部地区出现大范围降水过程，中央气象台发布暴雨蓝色预警和强对流天气蓝色预警。针对此次天气过程的成因、主要影响时段、影响范围以及防护措施，中央气象台首席预报员孙军进行解读。

成因几何？

这次天气过程主要受两个天气系统影响，一个是北方的冷空气，另一个是来自南方地区的江淮气旋。

北方地区主要受冷空气影响，4月2日上午，冷空气已到达河套地区至甘肃东部一带，新疆、甘肃大部、内蒙古西部、宁夏等地出现大风降温天气。接下来，冷空气会继续东移南下，给中东部大部地区带来大风降温天气。而南方多地主要受江淮气旋影响，出现

区域性暴雨过程。

孙军分析说，截至4月2日，冷空气和江淮气旋还没有交汇。大概在4月4日左右，东移南下的冷空气和不断加强发展的江淮气旋将会相遇。冷暖空气对峙，导致包括短时强降雨、大风、局地冰雹等在内的混合型强对流天气将影响河南、湖北、安徽、湖南、江西、贵州、重庆等地。

影响到底有多强？

总体来看，这次天气过程将会经历一个循序渐进式的发展历程。孙军说，4月2日至4日是降水、大风降温的主要时段。

在降水方面，4月2日至5日，甘肃东部、宁夏、河北北部和内蒙古中东部等地有中到大雪或雨夹雪，内蒙古中部等地局地暴雪或大暴雪，主要降雪时段为4月2日至3日；西北地区东南部、西南地区东部、江汉、江淮、江南、华南、黄淮以及东北地区南部等地有中到大雨，河南、湖北、湖南、安徽、江西、浙江、广西、广东和福建等地的部分地区有暴雨，局地大暴雨，主要降雨时段为4月2日至4日。值得关注的是，100毫米以上降水覆盖面积达23万平方公里。南方部分地区还将伴有雷雨大风、冰雹等强对流天气。

在大风降温方面，4月2日至5日，北方大部地区气温下降6℃至10℃，内蒙古等地部分地区降温幅度超过12℃，南方地区气温下降4℃至8℃，降温幅度达到10℃以上的国土面积达94万平方公里。

孙军说，这次降水有利于增加中东部地区水资源，黄淮及以南地区要抓住有利时机做好库塘蓄水工作，补充生产生活用水储备。另一方面，要防范多种灾害性天气叠加带来的灾害风险。南方要加强暴雨和强对流天气防御，湖北、湖南、江西、浙江、广西等地应加强灾害隐患点巡查，防范强降雨可能引发的山洪、地质灾害和城乡积涝等。

(据中国气象局网站)

马克龙将率大批企业高管访华

据香港《南华早报》网站4月1日报道，法国总统马克龙将率领一批企业高管前往中国。爱丽舍宫消息人士透露，随着马克龙寻求巩固与世界第二大经济体的商业和文化联系，空中客车公司和阿尔斯通公司的高层将与一大批艺术家和电影制片人共同前往北京。

马克龙计划于4日乘飞机离开巴黎前往中国。报道称，马克龙的议程将包括试图争取中国支持结束俄乌冲突。有官员说，他认为，如果北京决定利用与俄罗斯的秘密关系施加影响，就有可能“改变事态发展”。

此外，马克龙还将寻求促进与北京的商业关系，以应对华盛顿的新一揽子国内补贴计划，巴黎担心这些补贴会吸引欧洲企业前往美国。

(据参考消息)

德国不再向乌提供现有武器

据路透社当地时间4月1日报道，德国国防部长皮斯托里斯表示，德国军队无法在2030年前完全填补现有缺口，不会再向乌克兰提供联邦国防军现有武器装备。

“我们都知道，现有的缺口不可能在2030年前完全填补……这需要花费数年时间。每个人都知这一点。”皮斯托里斯接受采访时说，“坦率地说，与其他国家一样，我们的库存有限。作为国防部长，我不能把一切都给出去。”

自2022年1月到2023年1月，德国已向乌克兰提供了约25亿美元的军事援助。

(据中国新闻网)

泰国部分酒店价格上涨 旅游业流失300万劳动力

泰国在4月迎来一年当中最大的传统节日宋干节，也被称为泰国新年。随着旅游旺季的到来，一些热门景点的酒店上调了房价。

为应对旅游旺季，普吉岛部分酒店房价上涨了7%至12%，有的海景房价达到每晚1万泰铢(约合人民币2000元)以上。

有业内人士指出，由于劳动密集型的泰国旅游业而言，劳动力短缺是行业出现“涨价潮”的主要原因之一。数据显示，过去两年间，泰国300多万劳动力离开了旅游行业，而目前至少需要扩充10%的人力，也就是20万到40万人，才能基本满足当前的市场需求。劳工短缺不仅是数量上的，旅游业还急需拥有专业技能的服务人员，特别是厨师、司机、按摩技师、多语种导游等。

(据央视财经)

特朗普即将接受传讯

据美国福克斯新闻网2日报道，美国前总统特朗普将于4月4日接受传讯。美国执法人员已制定好其传讯具体安排。

特朗普预计于当地时间4月4日上午11时左右抵达纽约最高法院，传讯持续15至30分钟。出于安全原因，特朗普不会公开露面，也不会被戴上手铐。

法官胡安·莫尔康将宣读对特朗普的指控并要求其认罪。这名法官此前曾处理过特朗普首席财务官艾伦·魏塞尔伯格的税务欺诈诉讼案件。对特朗普的起诉书细节未公布，消息人士曾透露，起诉书中包括了30多项与商业欺诈有关的指控。

(据海外网)

“助眠神器”真有用吗？记者调查发现……

如今，市场上的助眠产品非常丰富，从助眠糖、助眠香薰、助眠香，再到助眠音响、哄睡师，还有助眠仪、睡眠床垫、睡眠枕头……入睡困难的人们在眼下助眠保健品、枕头睡眠枕、手握助眠仪、打开助眠音箱后，真能睡个好觉吗？记者就此进行了调查。



▲市场上的一款智能睡眠仪。(网络供图)

助眠产品层出不穷

近日，记者在各大电商平台看到，智能睡眠仪的价格相差悬殊，从一百多元到四五千元不等。这些产品的用法也不同，有的是睡觉时握在手中，有的是戴在脑门上，还有的是夹在耳垂上。不过这些产品的工作原理基本相同，都是采用微电流刺激来达到改善睡眠的目的，并在功效上宣称可“减轻入睡难症状”“缓解睡眠困难”等。

记者还发现网上不少日用品也被开发成助眠产品，在原有功能的基础上附加了助眠功能，如助眠枕、助眠眼罩、助眠音响、助眠香薰等。比如枕头，有的在结构上稍加改变，更符合人体工学，有的则是添加中药成分，还有的在枕头中增加了音乐功能，可以在睡觉时开启音乐；再比如助眠眼罩，在眼罩中增加了音乐、热敷的功能；助眠音箱则内置了来自自然界的各种白噪音，如虫鸣、泉水流淌、雨打芭蕉的声音，还有助眠香薰、助眠喷雾，号称可以散发出让人情绪舒缓的香气，有助于快速睡眠。相同的一点是，这些打上了“助眠”标签的产品价格都比同类产品略贵。

真有效还是忽悠？

价格不同、技术原理也不同，这些助眠产品的功效又如何呢？记者浏览了大量使用者的留言，有的反馈效果不错，有的说有点儿效果，还有的说根本没用了。

“助眠产品在一定范围内对部分人群的睡眠障碍有调节、缓解、改善的作用，但不会有奇效。”采访中，国家心理咨询师刘志明对记者说，“市面上的微电流治疗仪、磁刺激治疗仪等助眠设备，医院也在使用。但是市场上售卖的产品输出单位数值要小于医院的设备，安全性提高了，但是治疗效果会降低。经颅磁刺激技术的产品在医院一般是治疗抑郁症等精神疾病时使用的，其中一个功效就是缓解精神疾病引起的失眠。所以在选用助眠产品的时候要全面了解，谨慎选择。”

夏境心理咨询中心高级心理咨询师张晗告诉记者：“睡眠障碍引发的原因是多样的，有的是心理问题造成的，比如焦虑症，还有其他疾病引起的。因此要先搞清睡眠障碍的原因，才能对症下药缓解的方式。多数失眠、入睡困难的人都是因为白天工作压力大、精神紧张、焦虑。助眠产品能够影响人们的睡眠质量，但却不能起决定性作用。”

张晗还表示，不建议没有睡眠问题的人使用助眠产品，人们睡觉时所需的条件越少越好。原本睡眠没有问题的人，如果制造一种声音来辅助睡觉，时间长了会产生依赖，没有了反而有可能睡不着。

(据中国消费者报)

一个“癌”字三个口 这些“食物刺客”要远离

癌症的发生、发展与饮食密切相关，目前由饮食所诱发的癌症数仍处于上升之中。一个“癌”字三个口，很多癌症都是人们在不知不觉中一口一口吃出来的。

国际癌症研究机构(IARC)按对人的致癌危险性，将致癌物分为4类。其中1类致癌物级别最高，即对人体具有明确致癌性，有确凿证据表明其余会增加患癌风险，2A类致癌物次之。这些物质存在于我们日常饮食的方方面面。

► 烧烤虽然好吃，但别贪多。(网络供图)

1. 钟爱油炸与熏烤?“美食陷阱”别贪吃

如油条、薯条和烧烤，在反复高温煎炸、熏制后会产生致癌物苯并吡，且温度越高，时间越长、越糊，含量越高。长期吸入或食用此类食物容易诱发肺癌、肝癌、肠癌、胃癌等。在日常烹饪中，要避免食用油反复加热利用，也要注意把握好温度和时间。注意通风，不要让油烟聚集。

2. 霉变食物要及时“断舍离”，小心“致命杀手”黄曲霉素

如发霉的花生和玉米、劣质花生油、变质大米等，其中含有黄曲霉素，可诱发肝癌、胃癌、大肠癌等。因此，要避免吃霉变或怀疑变质食品。当吃到变苦的瓜子，一定要及时吐掉并且漱口，日常储存食物要注意防霉，保持干燥通风。

3. 抵不住加工肉制品、高盐腌制品诱惑？爱吃也要管住嘴

这类食物口感和味道都非常具有吸引力，比如香肠、泡菜、咸鱼、咸肉，这些食物中含有的亚硝酸盐本身并不致癌，而是通过跟胃内生物胺结合，形成了致癌物亚硝胺才具有了致癌性，主要会引起食管癌、胃癌、肝癌、大肠癌等。另外还需要强

(据北京青年报)

春季肝旺易脾虚

春分后的养生应以调和阴阳平衡为养生原则，广东省妇幼保健院中医科副主任医师宋曙霞提醒，由于春季肝火旺盛，容易出现脾虚的症状，因此，要注意预防慢性胃肠炎、胃腸型感冒等疾病。

在这个时节该如何调理养生？宋曙霞认为，在饮食上可多吃有芬芳气味的蔬菜，如韭菜、香菜、葱、蒜、荠菜、香椿等，以疏肝柔肝。另外，俗语称“春日吃春芽”，也就是说这个季节可吃鲜绿的嫩芽，比如豆芽、蒜苗、豆苗、莴苣等，禁食或少食辛辣刺激食物，以免肝火上升。

在日常起居上，此时昼夜温差较大、冷暖交替，因此在衣着方面要适时增减。需要提醒的是，春分后夜晚时间缩短，为保证充足的睡眠需要早睡早起，这样有助于体内的阳气升发。

宋曙霞还强调，由于春季气压不稳，人的情绪也容易波动起伏。“中医称，春季肝易亢进而易动怒，这就可能导致高血压、心脏疾病的高发，平时血压高的人此时应调整好心态，保持心境平和。春季肝火旺盛，很容易出现脾虚的症状，此时要注意预防慢性胃肠炎、胃腸型感冒等疾病。”

由于天气转暖，户外活动增加，过敏体质者要注意防止花粉过敏症及预防过敏性鼻炎、过敏性哮喘、荨麻疹等疾病的发生。

(据羊城晚报)

多地花粉过敏指数“爆表”

春季是过敏的高发期。据中国天气网推出的全国花粉过敏指数地图显示，近期，多地花粉过敏指数“爆表”。对此专家表示，过敏季感人群众应及时做好防护。

专家表示，春季花粉过敏的“元凶”往往不是颜色鲜艳的观赏花，而是那些看起来不像会开花的树木类、杂草类植物。花粉高发时节，过敏人群应尽量避免在上午10点到下午5点花粉浓度较高时段外出，如果外出要适当做好防护。

首都医科大学附属北京世纪坛医院变态反应中心主任王学艳表示，针对花粉过敏人群，其实外出时一定要佩戴口罩，佩戴防花粉硅胶眼罩，回来时要洗脸、洗澡、洗衣服、清洗鼻腔，对个别症状严重的可以考虑使用花粉阻隔剂，尤其是孕妇和儿童在医生指导下合理用药。

专家提醒，花粉过敏症状严重者要及时就医。除了用药之外，还可以针对病因，在查明过敏原的基础上进行特异性免疫治疗，使患者再接触该过敏原后，症状减轻甚至不再发病，减少用药或不再用药。

(据央视视)

