



汶川突发山洪泥石流 已致4人遇难

当地紧急转移群众900余人

27日凌晨,四川汶川县境内受强降雨影响,绵虬镇板子沟、威州镇新桥沟两处突发山洪泥石流灾害,造成7名群众失联。灾害发生后,汶川县迅速组织抢险救援工作,启动防汛Ⅱ级应急响应,紧急避险转移群众900余人,无房屋受损。

截至目前,灾害已造成4人遇难,经现场确认,其中2名遇难者是绵虬镇板子沟村失联的一对夫妻。失联的7人中,有5人来自绵虬镇板子沟。

马先生是绵虬镇板子沟的一名地质灾害监测员,他向记者讲述了10多个小时前的惊险一幕。26日晚,天空下起了雨,晚上10点20分左右,他当时已经睡了,村支书打电话来说上游发生了泥石流,让他马上去看看辖区情况,并赶紧通知村民撤离。

挂了电话后,马先生赶紧起床,拿着电筒外出查看,但没看到发生泥石流的迹象。他又沿着河道巡查了一番,正在纳闷的时候,远处突然传来了震耳欲聋的声响,泥石流瞬间到达,“当时整个地面都在抖,声音很大,像地震一样。”

听到声响后,马先生一边往高处跑一边大声呼喊提醒村民紧急避险,村民连忙起床转移到安全地带,也有来不及转移的村民和一名外地货车司机,不幸被泥石流冲走失踪。



27日凌晨汶川板子沟突遭泥石流“洗劫”。图据澎湃新闻

多位村民向记者证实,失联的两对夫妻中,已有一对夫妻被找到但不幸遇难。另一对尚未找到的失联夫妻中,一人是当地村干部。一位马姓村民告诉记者,失联的5个人来自三个家庭,包括当地两对夫妻,一名来自宜宾在当地务工多年的货车司机。事发时,有人进沟,准备将停在当地拉石头的大货车开出来,不幸被泥石流冲走。

目前,救援人员正在沿河搜索其他失联人员。
(据红星新闻、央视新闻客户端)

又有地方从鸭菜中吃出鼠头,鼠身去哪了

据6月27日重庆秀山县市场监管局通报,网传“在秀山县中医院食堂饭中疑似吃出老鼠头”,接到舆情通报后,该局第一时间会同相关部门查封了实物,并展开调查核实工作。经认定,该异物为老鼠头。老鼠头如何进入盒饭等详细情况正在进一步核实。

6月27日,有网友爆料称,在秀山县中医院食堂买盒饭,在魔芋烧鸭这道菜中吃出老鼠头。涉事医院行政办公室工作人员在接受媒体采访时表示,事情正在调查处理中,暂时还不能下结论。

当天结论就来了,异物确实是老鼠头。当地的处理值得点赞的地方有两个:一是,实物并没有丢弃,而是被相关部门及时封存;二是,当地处置速度很快,当天发通报,更没有出现“指鼠为鸭脖”的荒唐事。

此事引发网友热议。有网友说,老鼠头混到菜里了,那老鼠身体去哪里了?也有网友称,恶心的不仅是吃到老鼠头,而是想到老鼠的身体是不是也进了消费者的胃里。

(据极目新闻)

西方参与了瓦格纳事件吗?

普京:西方希望俄罗斯自相残杀,“打错了算盘”

俄罗斯总统弗拉基米尔·普京26日发表电视讲话,对私营军事实体瓦格纳组织人员去向做出安排,同时批评一些国家希望俄罗斯出现“自相残杀”的想法是“打错算盘”。俄外交部部长拉夫罗夫26日接受采访时表示,俄方正调查西方情报部门是否参与了瓦格纳事件。

俄罗斯的“敌人”有这些

普京电视讲话时长大约5分钟,讲话中没有提及瓦格纳组织创始人普里戈任。普京强调,他从事件一开始就作出了“一切必要决定”,“武装叛乱在任何情况下都会被平息”。他批评“组织叛乱的人”背叛了国家和人民,也背叛和欺骗了那些被拉进叛乱中的人。“这正是俄罗斯的敌人……想要的结果——俄罗斯军人自相残杀。”在讲话中,普京点名的“敌人”包括“基辅的新纳粹分子”及其“西方赞助人”,以及俄罗斯的“各类叛国者”。

按照普京的说法,上述敌人希望俄罗斯“最终失败”,俄罗斯社会“分裂”及“内斗”,但他们“打错了算盘”。普京还披露,他针对瓦格纳事件采取的措施旨在避免大规模流血冲突,同时给那些“犯错误的人”时间来重新思考。

普京接见平息叛乱军人

俄罗斯总统弗拉基米尔·普京27日接见参与平息瓦格纳事件的强力部门代表,感谢他们“遏制了内战”。他

同时披露,俄政府过去一年向瓦格纳集团支付超过860亿卢布(约合10亿美元)。

“你们让我们的祖国免于动荡,实际上遏制了内战。”普京说,强力部门迅速、精准部署使得极其危险的局势得到控制,并让叛乱参与者看到“军队和人民不站在他们那边”。

按照普京的说法,尽管瓦格纳资金来自国家财政拨款,普里戈任作为这家私营军事企业的老板却从涉军生意中大赚特赚,过去一年,“他通过向军方供应食品和提供餐饮服务赚了800亿卢布(约合9.4亿美元)”。

西方参与了吗? 俄方正调查

针对西方国家在瓦格纳事件中扮演的角色,俄外交部部长谢尔盖·拉夫罗夫26日说,俄方正调查西方情报部门是否参与这一事件。

美国《华盛顿邮报》24日援引美方官员的话报道,早在6月中旬,美情报机构已根据所获情报,判断普里戈任计划对俄国防部门采取军事行动。拉夫罗夫26日说,美方早就知道即将发生叛乱,但决定不告诉任何人,“这显然是希望叛乱能够成功”。

不过,西方多名官员已否认参与瓦格纳事件。据拉夫罗夫披露,美国驻俄罗斯大使已向俄方表示,这一事件是俄罗斯内政,美方与此无关。美国总统拜登26日说,这一事件是“俄罗斯内部斗争”,他已在电话会议上与美国的主要盟友讨论过相关问题。

北大西洋公约组织秘书长延斯·斯托尔滕贝格同样强调,瓦格纳事件是“俄罗斯内部事务”。
(据新华网)

最新QS世界大学排名发布 北大清华排第几

在6月28日发布的2024QS世界大学排名中,北京大学成为中国(大陆)高校中唯一一所位于全球前20的院校,排名全球第17位。清华大学排名全球第25名,是亚洲排名第三高的学校。

本次排名覆盖来自104个高等教育系统的1500所大学。此次排名中,中国(大陆)高校进入本榜数量位列全球第三,有71所高校上榜,仅次于美国(199所)和英国(91所)。中国(大陆)高校进入研究影响力全球前50和前100名的高校数量居于全球第一,分别是13所和18所。

亚洲排名最好的高校为新加坡国立大学,位于全球第8名。

中国(大陆)高校进入该榜单全球排名前100的高校共有5所,除北京大学和清华大学外,还有浙江大学(全球排名第44)、复旦大学(全球排名第50)、上海交通大学(全球排名第51)。(据澎湃新闻)

新版《新华字典》删除“倭寇”一词?

近日,网传新版《新华字典》中将“倭寇”一词删除,引发关注。

据中国出版传媒商报社第一时间调查了解,此报道不实。真实情况如下:

- 1.《新华字典》作为小型字典,重在收字,从上世纪50年代至今,所有版本中,在“倭”字下都未曾收录“倭寇”这一词语,因此所谓“新版删除”该词不属实。
- 2.商务印书馆出版的《现代汉语词典》和《新华词典》,作为中型词典,各个版本里均一直收录有“倭寇”一词。

《新华字典》是我国首部现代汉语字典。几十年来,《新华字典》经过十余次修订,不断跟进时代,适应读者需求。先后荣获第四届国家图书奖荣誉奖、第三届国家辞书奖特别奖、第三届中国出版政府奖图书奖提名奖等。
(据新华网)

《消失的她》《我爱你!》《别叫我“赌神”》……

80 多部电影扎堆暑假档

电影《消失的她》还在影院里名利双收,暑假档就已经悄然而至了。今年的暑假档电影可谓是大片云集,这当中不仅有口碑票房双佳的《我爱你!》《别叫我“赌神”》等影片,还有让影迷们期待已久的《封神第一部》《八角笼中》等电影,更有《变形金刚:超能勇士崛起》《蜘蛛侠·纵横宇宙》《碟中谍7:致命清算(上)》等系列电影,有业内人士认为,今年的暑假档将会成为100亿级的大市场。

据灯塔专业版数据显示,截至目前,暑假档确定上映的电影已经达到80多部,其中不少影片虽然还未上映,却已收获不错的预售票房,票房预售已超20亿元,这有望推动电影市场回暖提速。
(据每日商报)

很多癌症是“省”出来的 生活中这“6省”您有吗?

据估计,我国新发癌症病例近406.4万,约241.35万人死于癌症。也就是说,每天都有一万多人确诊癌症。癌症除了遗传和环境因素外,还有很多与生活习惯有关,特别是一些看似“节省”的好习惯,却恰恰是导致癌症的“元凶”。

省钱 买打折不新鲜果蔬

一些人图省钱,买折扣力度大、不新鲜的水果蔬菜,而且常常一买买很多,短时间内吃不完。这样的果蔬,有的已经部分腐坏,有的在贮存过程中慢慢发霉,腐烂变质。为了不浪费,很多朋友常常把腐坏的部分去掉继续吃。

但是,食物一旦发霉,没发霉的地方也可能存在霉菌、细菌及毒素,长期吃腐烂变质、发霉的食物,对肝脏的损伤很大,有致肝癌的可能。

省菜 经常吃剩菜

生活中很多朋友做饭时习惯多做,分量很大,一顿甚至几顿都吃不完,然后反复加热继续吃,一直到吃完为止。

剩菜尤其是剩下的绿叶菜中,亚硝酸盐含量较高。长期食用,亚硝酸盐便在体内积累,积累到一定程度,会增加消化道癌风险。

饭菜可以隔夜吃,尽量不要隔夜吃。因此,烹调的时候要大致计算好,不要做太多,每顿尽量吃完。

省心 吃超加工的食物

一些人图省心,不喜欢做饭,经常购买即食的超加工食物,比如香肠、汉堡、方便面、比萨、卤味等,这些食物大多糖分、盐分或脂肪的含量高,而且通常保质期很长,如果油脂酸败了,就可能成为身体的“衰老杀手”。

再比如火腿肠、香肠这些加工肉制品,通常含有亚硝酸盐,因此应尽量限制食用频率。

所以,建议大家尽量少吃这类超加工食物。

省电 抽油烟机关太早

一些中老年朋友为了省电,炒完菜随手会把抽油烟机关掉。但是,这种行为却会为健康带来隐患。厨房油烟含有醛、酮、酸等有害物质,长期接触,轻则出现食欲不振、头晕恶心,严重的还会出现头痛、胸闷、耳鸣,长期吸入厨房油烟中的苯并芘、二硝基苯酚等致癌物,会增加肺癌风险。

使用抽油烟机时应该遵循早开晚关原则,炒完菜后让抽油烟机再运行3至5分钟。

省油 吃擦锅饭

有的老年朋友为了省油,会将剩下的菜汤拌米饭或粥,然后吃进肚子里,也有一些朋友有“擦锅”的习惯,炒完一锅菜盛出来,锅里还剩些油渣,这时用米饭或馒头再把锅擦干净。这样做会导致主食能量密度大幅提高,长此以往容易患高血脂。

此外,汤中油、盐含量一般较高,所以用肉汤、菜汤泡饭很容易带来高油高盐的风险。还可导致肥胖,肥胖与乳腺癌(绝经后)、结肠直肠癌、子宫内膜癌等13种癌症有密切关系。

省力 久坐不运动

久坐会引发很多健康问题,还会致癌。而避免久坐适量运动可以显著降低乳腺癌、子宫内膜癌、肝癌、肾癌和结肠癌的发生风险。

走路不光能防癌,锻炼身体,还能呼吸新鲜空气,调节视力,愉悦心情,好处多多。如果不方便进行其他运动,一般成人可以每天快走6000至10000步,每天走,大步走,每天连续走30至40分钟,每周累计200分钟以上,争取达到300分钟。注意,特殊患病人群,运动还是要遵医嘱。

(据《老年生活报》)



粽子虽易消化 但升糖指数高

端午节已过,但家中可能还剩下不少粽子,不少老年朋友担心,粽子不好消化不能多吃,但放久了又怕浪费。

许多人认为粽子不好消化,可能与糯米的黏有关。但事实恰恰相反,研究显示,糯米进入人体后的整个消化过程比你想象的快多了。如果早上8时吃的粽子,到中午(4小时后)就该饿了,胃接近排空状态,到下午,粽子里的糯米早就被小肠吸收,变成存进身体的能量。此时,可能会剩下一些难消化的肥肉、脂肪还在小肠里“挣扎”。

不过,粽子里的糯米本质是一种高升糖指数的主食,消化快易吸收,糖尿病患者尤其要注意。优先选择配料少油少糖少盐的粽子,尽量用蒸煮,而非油炸的烹调方式;一次不要吃太多,适当搭配富含膳食纤维的食物;谨慎食用含蜜枣和豆沙的甜粽。

(据《浙江老年报》)

这些症状提示 胃蠕动减弱

夏季,在体检过程中发现很多人出现食欲不振、餐后饱胀、恶心甚至呕吐的症状,其实多数是因为胃蠕动减弱。胃蠕动一方面使食物与胃液充分混合,以发挥消化作用;另一方面,胃蠕动可搅拌和粉碎食物,将胃内容物通过幽门送向十二指肠。

常见胃蠕动减弱有三个类型:胃蠕动频率减弱,胃蠕动幅度降低,胃蠕动起点降低。

胃蠕动频率减弱会影响胃的排空能力,导致腹胀,可以通过做简单的腹部运动来改善。胃蠕动幅度降低会影响胃搅拌和粉碎食物的能力,造成消化不良,可通过药物改善。胃蠕动起点降低则会影响胃运输食物的能力,造成餐后腹胀和恶心,建议少食多餐,反复咀嚼,提高胃的蠕动起点。

(据《燕赵老年报》)

祛湿“黄金期” 拍拍这两处

湿气重,有什么方式可以缓解?专家表示,可以尝试拍打肘窝或腘窝。

具体做法为:四指紧紧并拢,用手指指尖拍打肘窝或者腘窝,注意要垂直拍打,不要前、后、左、右来回蹭,拍打力度以不感觉疼痛为宜,每个部位拍打3分钟即可。

但需注意,几类人群不宜拍打肘窝或腘窝。

骨质疏松人群:骨质疏松严重的话,用力拍打可能会加重骨折风险。皮肤溃瘍人群:尤其是在肘窝或腘窝位置有溃瘍的,拍打可能会加重溃瘍。有出血性疾病人群:拍打可能会引起出血加重的情况,这对疾病恢复非常不利。此外,肿瘤患者不建议拍打这两处。

(据 CCTV 生活圈)