



# 耶伦要访华了 这回她唱“红脸”还是“白脸”

经财政部官网发布消息,经中美双方商定,美财政部部长珍妮特·耶伦将于7月6日至9日访华。而在启程赴华前,耶伦在一次采访中做出了重磅表态。

## 耶伦:与中国加强沟通很重要

早在今年2月初,耶伦就曾透露过希望能够访华的想法。她当时还曾强调,与中国加强在经济领域上的沟通非常重要。

而在耶伦亮明访华意愿后不久,美国财政部助理部长卡普罗斯便于2月底访华同中国同行举行了会晤,并讨论耶伦访华的可能性。不过,双方当时并未就此达成一致。

之后,美方一些官员也曾多次放风称中美正在讨论安排耶伦等人访华的可能性,但是,直到7月初,中美两国才正式敲定耶伦的访华行程。耶伦此次访华,将使她成为美国现总统拜登入主白宫以来第二位访华的拜登政府内阁官员。

在她之前,美国国务卿布林肯已于6月中旬实现了其任内首次中国行。据美国财政部官员介绍,耶伦此次访期间将在北京会见中国政府高级官员,双方预计将讨论“作为世界上最大的两个经济体,(中美)负责任地处理双边关系的重要性”。美财政部官员还称,美方打算通过耶伦此次访问深化和提升中美沟通频率,稳定双边关系,避免沟通不畅以及尽可能地扩大合作面。

## 美国:需要讨论两国之间的分歧

据美媒此前报道,耶伦6月底接受媒体采访

时曾表示,她希望访问中国以重建与中方的联系。

她说,中美两国之间存在分歧,正因如此,中美需要彼此讨论分歧,“这样我们就不会有误解,不会误解彼此的意图”。

而在释放出一系列看似对华友好的信号后,耶伦也声称,美国正在并将采取行动保护其“国家安全利益”,即使“这给美国带来了一些经济成本(压力)”。耶伦此言显然是在暗示,未来可能会继续采取行动打压中国经济发展。

## 中国: 不能一边沟通,一边损害对方利益

对于中美对话沟通,中方早就强调过,沟通要解决中美双方的关切,要有实际效果、解决问题,不能一边沟通,一边损害对方利益,不能说一套,做一套。结合布林肯的访华经历来看,中方确实说到做到。

据了解,在布林肯访华前,美方一些人曾对中方撂下“狠话”,比如美国务院亚太事务助理康达曾宣称,在布林肯访华期间,美方将明确、坦率提出美方在一系列问题上的关切,并称美方不期待通过此次访取得某种突破,而后来,在布林肯访华期间,中方官员不仅就台湾问题等一系列涉及中方核心利益的议题阐明了立场,亮明了态度,还通过一系列会见会谈和美方达成了一些积极共识和成果。

(本报综合)

# 东京闹市区发生爆炸 至少4人受伤



当地时间3日15时15分左右,日本东京都港区新桥车站附近一栋大楼内发生爆炸,造成至少4人受伤。

据东京都警视厅消息,事发现场是一家咖啡厅,店长、店员和两名路人受轻伤。

新桥位于东京都繁华街区,餐厅、写字楼林立。目前东京都消防部门已迅速赶往现场救援。

(据中国新闻网)

爆炸现场。图据新华网

# 壶口瀑布“安全墙”已拆除

今年5月,黄河壶口瀑布景区沿线公路“围墙挡景”事件曾引发广泛关注。景区方面此前回应称,砌墙主要是因为此路段悬崖高差大、易落石,出于安全考虑而建。但由于其遮挡住了壶口瀑布的核心景观,因此还是引发了网友的争议。

陕西省宜川县黄河壶口风景名胜景区管理局相关负责人表示,面对舆论的关切,当地管理部门邀请了交通、地质、景观、文旅等方面专家,进行多次讨论,最终确定了整改方案。据了解,“安全墙”拆除以后,将通过在该路段强化交通管理,加挂温馨提示音箱、增加交警巡逻等措施,保障道路交通安全、畅通、有序,防止因人车逗留发生交通拥堵和事故。同时,相关部门将对该路段进行边坡治理,采取危石清理、挂网等措施,努力把安全隐患降到最低。

(据央视新闻)

# 中纪委打下今年第25“虎”

中纪委网站发布消息,西藏自治区政协党组成员、副主席姜杰涉嫌严重违法,目前正接受中央纪委国家监委纪律审查和监察调查。

近两年西藏落马的“老虎”还有西藏自治区政府原副主席张永泽、西藏自治区人大常委会原副主任纪国刚。

今年来,政协系统已有八只“老虎”落马。其他七只分别为:黑龙江省政协副主席曲敏,浙江省政协党组成员、副主席朱从玖,山东省政协党组成员、副主席孙述涛,贵州省政协党组成员、原副主席李再勇,辽宁省大连市政协主席、党组书记郝安军,湖南省政协党组成员、原副主席易鹏飞,山东省青岛市政协主席汲斌昌等。

(据上观新闻)

# 法国骚乱蔓延至瑞士 7人在洛桑被捕

据瑞士资讯7月1日报道,当日洛桑发生骚乱,7人被捕。报道称,受到法国骚乱的影响,一百多名年轻人聚集在洛桑。据警方称,部分商店遭到财产损失,几家商店橱窗被砸碎。警方表示,被捕的7人中,有6名年龄在15岁至17岁之间的未成年人。

除了法国和瑞士,在比利时一些城市也出现了骚乱和打砸活动。

法国内政部长达尔马宁7月1日宣布,已在全国部署4.5万名警察和宪兵维持治安。达尔马宁当天对媒体说,内政部除在全境加强警力外,还向马赛和里昂两个骚乱严重的城市增派了特警、装甲车和直升机等执法力量。

(据澎湃新闻)

# 股市上半年人均赚3.91万,你赚到了吗?

6月30日下午3点整,A股2023年上半年,收官了。

这半年里,股市真的可以用魔幻来形容。有高开低走的,也有意外爆红的;有大声唱红的,也有不断翻绿的。

## 板块:AI一枝独秀,大蓝筹表现低迷

今年A股上半年的指数不太好看,但板块方面却有不少亮点。

A股最靓的仔,肯定是AI,其实美股也是,英伟达成为全球最受瞩目的大热股票,股价大涨,冲上万亿美元市值。港股就不好说了,因为AI概念公司相对少一些。

从板块涨幅来看,AI相关概念当仁不让,基本是霸屏的存在,个股方面同样如此。

众多的概念股,半年时间,甚至更短的几个月时间内,股价翻倍,甚至好几倍的,都不在少数,让大家开了眼界。众多的券商、投资机构开始大肆炒作10年

前的移动互联网投资盛世再现。

在上半年行将结束的最后两个星期,AI板块开启了大回调,一些概念股几天时间就跌去了30%。实际上,是因为这些股票在短时间内急涨,大股东也好,机构也罢,甚至不少股民,浮盈已经相当可观,获利了结是情理之中的事。

昔日爆红的大蓝筹、大白马,上半年的表现都比较低迷。高贸、美容等受困于消费数据,地产、建材这些板块又受困于行业低迷,虽然年初有过一轮接一轮的政策刺激,但实际效果依然不及预期,特别是地产板块。

## 人均赚3.91万,你赚到了吗?

令人纠结的上半年总算过完了。

我们用以前的统计方法,为各位股民粗略地算一笔账,看看大家是赚了还是亏了。

2022年底,A股的总市值84.88万亿;截至2023

年6月30日收盘,A股总市值93.42万亿,增加了8.54万亿,股民数为2.18亿,人均盈利3.91万。

当然了,这个计算方法非常简单粗暴,并不能完全代表投资者的盈利情况。而总市值能够增加,很大一部分原因要归功于中特估,因为里面的概念股基本都是市值非常庞大的央企,这些央企对于整个股市市值的权重比较大,所以会有这样的结果。即使这些央企的股价高峰出现在3月份,现在不少已经高位回调,但相对于年初,涨幅还是不小的。

AI虽然也很热闹,而且个股的涨幅要远远高于中特估概念股,无奈市值普遍都不是太高,有的连中特估概念股的零头都不够,所以对于整体市值的影响并不大。

下半年,一方面,宏观经济预期还没有根本性的扭转;另一方面,低迷的经济数据,又使得市场对于政策的预期升温,因为也只有政策,才有能力扭转市场预期。

(据第一财经)



# 夏日生活安全指南来了,请查收

盛夏来临,气温不断升高,用电量剧增,生活中一些细节稍不留意就容易引发火灾、酿成灾害。此外,高温、雷雨、暴雨等灾害性天气多发于此时,给安全生活带来很多不利因素。这里,整理了一些夏季安全常识和容易发生的安全事故,希望对大家有所帮助。

## 家用电器注意事项

炎炎夏日,高温不断,人们生产生活用电量增加,随之而来的用电风险也增大。为此,提醒每个家庭在用电时要“减负”,经常自查自纠,千万别让他们“上火”。

### 空调

空调开机前,应查看有无螺丝松动、网扇移位以及其他异物,防止意外;空调器必须接地或接零保护;空调器周围不得堆放易燃物品;在离开时,切记将空调拉闸断电。

### 电动车

不要将电动车停在底层楼道和楼梯间,不要私拉电线充电,充电时间一般不应超过8小时。

## 厨房用火注意事项

厨房是动用明火烹饪烧水,外加放置燃料、食用油以及使用燃气多的地方。因此要注意正确放置燃料,小心使用燃气灶具,这样才可避免火灾发生,确保家人安全。

◆尽量使用不燃材料制作厨房构件。炉灶与可燃物之间应保持安全距离,防止引燃和辐射热造成火灾;

◆炉具使用完毕,立即熄灭火焰,关闭气源,通风散热;

## 孩童防火教育

夏季炎热多雨,许多小孩子喜欢外出玩耍,进行一些户外活动,有哪些安全问题是需要注意的呢?

◆教育孩子认识火灾的危害性,做到不玩火,不随意摆弄电器设备,防止受到伤害;

◆教会孩子认识一些消防标志,让他们认识到什么是安全出口,什么是疏散的方向,哪些地方哪些东西不能玩,哪些东西是危险品等;

## 用车注意事项

夏日气温升高,天气酷热,通风设备不好,机动车辆长时间超负荷运行,发动机油污严重等原因,自燃事故时有发生。

◆要注意车辆的正常保养和维修;

◆配备专用车辆灭火器;不要在仪表盘上放气体打火机、空气清新剂、发胶、喷雾式防晒用品、灭蚊剂等受热膨胀后容易爆炸引起火灾的物品;

### 电风扇

注意不能进水,以防引起短路,发现出现异常响声、冒烟、有焦味、外壳带电麻子等现象时,应迅速采取断电措施。

### 洗衣机

用完后要关闭开关,拔掉插头;不要用湿手接触带电设备,不要用湿布抹擦带电设备;洗衣机上盖不能堆放重物或者发热的物品,避免引发火灾。

### 电视、电脑

夏天使用电视,最重要的是要注意散热,夏季尽量不要使用布罩,尤其是在电视机工作的时候,不要将电视机覆盖在机箱上,避免因电路老化发生火灾引发周围可燃物助燃。

◆及时清理炉灶、排气扇、灶面及其他灶具,避免因油垢堆积过多而引起火灾;

◆定期清理吸油烟机中的油污,防止夏天温度过高,导致油烟机中自燃;

◆离家或睡觉前要检查厨房电器具是否断电,燃气阀门是否关闭,明火是否熄灭;

◆厨房应按要求配备相应的消防装置,要熟悉报警程序和各种消防设施,学会使用灭火器材,遇有火灾,设法扑救。

◆教会孩子怎样拨打“119”火警电话,怎样报火警;

◆告诉孩子火灾发生时,哪些地方不能呆,身上着火了怎么办;教会孩子如何弯腰匍匐前进,如何保护自己;

◆告诉孩子在无法逃生时应该呆在什么地方,如何让消防队及时找到他们等。还可以根据孩子的年龄层次,适当教会他们更多的消防知识。

◆车辆进入小区,请有序、规范停放,切勿占用消防通道。

多一份细心就会少一份隐患,多一份关注就会少一份危险。让我们从自己做起,从身边做起,时刻提高警惕,强化自我防范意识,珍爱生命,关注安全。

(来源:澎湃)

# 这几个运动和夏天更配

你知道夏季应该进行一些什么运动吗?

不少人都认为夏季进行运动,就是汗流浹背、吃苦受累,但是其实我们也可以轻松地过夏季的运动训练。

### 瑜伽

偷偷地告诉你,瑜伽非常适合在这个炎炎夏日进行,帮助我们放松心情。因为瑜伽是静态的拉伸运动组成,在进行瑜伽运动的时候,完全不会感受到疲劳,反而会因此而感受到轻松和愉快,同时,我们还可以通过瑜伽减肥,改善便秘,提高身体的柔韧度,帮助调整身心。

### 游泳

游泳比较适合炎热的夏天,可以帮助我们的身体彻底放松下来,感受凉爽和消除炎热。

在进行游泳前,我们需要做好热身运动,接着需要让身体适应水温,把水池中的水淋在身上,适应水池的水温才可以下去参加运动。在进行运动后我们还需要清洁身体,因为水池中的水往往是添加了消毒剂等化学物质,如果不及时清洁身体就会对身体有害。

### 慢跑

慢跑绝对可以满足你度过清凉一夏的需求。因为慢跑在所有的运动中,不管是有氧运动还是无氧运动,都是一项轻松的运动,而且可以帮助身体提高免疫力、促进新陈代谢、提高骨骼密度、燃烧脂肪、增加心肺功能、提升心情、维持健康。如果你想要在夏日里进行轻松而温和的运动,不想因为大运动量而汗流浹背,就可以多多参加慢跑。

### 靠墙站

靠墙站可以帮助我们的身体变瘦变苗条,帮助消化食物,预防小肚腩的发生,让我们的体态更好。而且,只要饭后15分钟,就可以帮助自己获取这么多的好处。

顾名思义,靠墙站就是贴在墙上进行站立,这个动作听起来很简单但是做起来可不简单,它是有标准的,需要按照标准来做才能达到效果,否则与一般的站立无异,没什么效果。靠墙站的标准动作:下颚微收,后脑勺贴墙,肩胛骨向后收,使整个肩胛骨贴合在墙面上,且两肩要在同一水平线上。手臂放松下垂。挺胸,腹横肌收紧,尽量进行腹式呼吸,确保胸部和腹部不要做过多活动。臀部发力夹紧,大腿内侧肌肉发力收紧,小腿尽量向墙面贴近,保持整个腿部伸直。双脚赤裸,脚掌并拢,脚后跟贴墙。

以上4个运动,可以在眼下的天气里尝试尝试。运动,贵在坚持,无论冬夏。(来源:网络综合)

# 炎炎夏日,如何“吃喝玩乐”

在感觉渴的时候,人体其实已经处于缺水状态,这个时候过量饮水,肠胃会难以适应,从而给身体造成负担。平时,我们就应该及时补充水分,由于夏天人体的许多微量元素会随着水分流失而流失,所以可以适当喝点盐水。要提醒的是,尽量少喝饮料,比如果汁、可乐、雪碧、汽水等饮料中含有较多的糖精和电解质,喝多了肠胃会产生不良反应,影响消化和食欲。

夏季防暑有三大宝,醋、热茶和豆浆。醋可以帮助消食、促进肠胃蠕动、生津消暑;热茶可以帮助人体调节由于高温引起的失衡状态,以热制热;豆浆可以补充养分,不会引发上火。晨起一杯水,这杯水呢,可以补充一夜所消耗的水分,降低血液浓度,促进血液循环,维持体液正常水平。

很多人喜欢夏天玩得大汗淋漓,其实未尝不可,但一定要带上水,休息时要记得及时补充水分。另外,害怕被晒,或者皮肤天生比较脆弱的人,出门一定要记得做好防晒工作。太阳短波辐射最强烈的时间是上午10点到下午3点左右,最好避开这个时

间段出门。午后的这个时间可以休息片刻,但时间不宜过长。因为中枢神经会加深抑制,脑内血流量会相对减少,从而减慢代谢过程,致使醒来后周身不适,反而更加困倦。如果一定要出去,太阳镜、遮阳帽、遮阳伞一样都不能少,宗旨就是不要让皮肤在太阳下裸露太长时间。最好穿透气性好的棉质或者真丝面料的衣服。骑车记得穿长袖衬衫。

长时间的户外运动,要带防暑药品,清凉油、风油精、人丹等。条件允许的情况下,利用身边的条件适当降低体温,防止身体的水分过分蒸发。

有些小伙伴喜欢宅在家上网、看电视,感觉好不惬意。那在家,空调是必不可少度的夏伙伴,空调温度不宜过低,一般控制在26度为宜。室内外温差太大,容易导致中暑。

另外,建议早晚开窗通风,给人体一个调节换气的过程。在家也不要长时间保持一个动作,上网、看电视建议要定时休息,放松眼睛和身体。

(来源:网络综合)