



习近平会见德国总理朔尔茨

4月16日上午,国家主席习近平在北京钓鱼台国宾馆会见德国总理朔尔茨。

习近平指出,今年是中德建立全方位战略伙伴关系10周年。10年来,尽管国际形势发生很大变化,但中德关系始终稳健发展,各领域合作不断巩固和深化,为两国各自发展提供了动力。当前,世界百年变局加速演进,人类社会面

临的风险挑战增多,要解决这些问题,离不开大国合作。中德是世界第二、第三大经济体,巩固和发展中德关系的意义超越双边关系范畴,对亚欧大陆乃至整个世界都有重要影响。两国要从长远和战略角度看待和发展双边关系,携手为世界注入更多稳定性和确定性。

(据央视新闻)

爷爷买保险,孙子是受益人 奶奶要求变更未获支持

赵大爷生前花十余万元投保了一份分红型保险,受益人为儿孙两人。赵大爷去世后,妻子王大妈将儿女、孙子等继承人以及保险公司一并告上法院,要求变更自己为投保人和保险受益人。记者近日获悉,西城法院驳回了王大妈的诉讼请求。

20多年前,赵大爷买了一款分红型保险,将当时还不到10岁的孙子小赵列为生存受益人,其父亲是小赵身故后的保险受益人,保费交了近18万元。

几年前,赵大爷去世了。因为保险会将分红按约定支付给投保人,赵大爷的妻子王大妈希望将投保人和受益人变更为自己。由于没得到家人的同意,王大妈将自己的一儿两女、孙子小赵以及保险公司一并起诉。

两个女儿和孙子都没有出庭应诉。保险公司表示,王大妈申请变更投保人和受益人应遵守法律法规规定。想要变更受益人必须取得被保险人小赵同意,且书面告知保险公司才行。而且保险分红属于投保人赵大爷的遗产,在未征得赵大爷全部法定继承人同意的情况下,也无法直接将投保人变更成王大妈。

法院认为,案涉保险为分红型保险,保单利益由投保人赵大爷享有。在赵大爷死后,尚未分配的红利转化为遗产。王大妈要求变更投保人以达到一人享有赵大爷遗产的目的,于法无据。根据保险法规定,投保人或被保险人可以变更受益人并书面通知保险人,而王大妈并非投保人,也无权要求变更受益人。最终,法院驳回了王大妈的全部诉讼请求。

(据北京日报客户端)



采集仪式在希腊举行 巴黎奥运会圣火火种

4月16日,扮演最高女祭司的演员玛丽·米娜(前右)取得圣火,点燃第一棒火炬手——希腊运动员、东京奥运会男子赛艇项目金牌得主斯特凡诺斯·恩图斯科斯手中的火炬。

当日,2024年巴黎奥运会圣火火种采集仪式在希腊伯罗奔尼撒半岛的古奥林匹亚遗址举行。

(文图据新华网)

市值一夜狂泻2200亿元

特斯拉全球裁员10%

美东时间4月15日,特斯拉股价低开低走,一度跌超6%。截至收盘,特斯拉跌5.59%,报收于161.48美元;总市值为5143亿美元,一夜之间缩水304.33亿美元(约合人民币超2200亿元)。

据外媒报道,特斯拉周一向全体员工发出一封电子邮件,宣布全球裁员超10%。

特斯拉CEO埃隆·马斯克称裁员是“艰难的决定”,并表示“没有什么比这更让我讨厌的了,但又必须这么做”。

随后,又有媒体报道称,本次裁员在有些部门的比例可能高达20%。截至2023年末,特斯拉全球拥有员工超14万人。若以最低比例10%计算,本次裁员将涉及最少1.4万人。目前,两名重要高管在同日宣布离职。一名是特斯拉电池、电机和

能源产品工程的高级副总裁德鲁·巴格利诺(Drew Baglino),另一位是曾任特斯拉公共政策和业务发展副总裁的罗汉·帕特尔(Rohan Patel)。

其中巴格利诺的离职尤为引人注目,他在特斯拉服务了长达18年,经常在产品发布活动上与马斯克同台,并共同主持过公司的财报电话会议。

记者从知情人士处获悉,特斯拉中国的员工也已收到裁员信息,针对被裁员工的赔偿标准为“n+3(即在本单位工作年限加3个月)”倍的工资。

进入2024年以来,特斯拉股价已经跌去超30%,但目前依旧没有让投资人重拾信心的重大利好消息出现。

(据澎湃新闻)

巴黎奥运会开幕式 可能放弃塞纳河方案

巴黎奥运会开幕式,7月26日将在塞纳河上举行。但法国总统马克龙15日说,如果安全风险过高,可能会放弃塞纳河上举办,备选计划正在研究。

“我们也在同时研究其他计划,如果届时面临过高的安全风险。”马克龙说,“我们可能会限制人数,将开幕式放在特罗卡德罗广场,甚至改在法兰西体育场。”

将开幕式从传统的体育场移到开放的城市空间,原本是巴黎奥组委一次极具想象力的设计。按组委会目前的方案,届时将有约10500名运动员搭船沿塞纳河由东向西航行约6公里,至埃菲尔铁塔对岸的特罗卡德罗广场参加庆祝仪式。河岸两边,将有约30万名观众观看。

但从方案提出之初,现场安保就成为最大难题。法国面临的潜在恐袭风险增加,也是组委会和法国政府不得不考虑的因素。

(据央视财经)

缅甸城镇 遭11枚火箭炮袭击

4人死亡12人受伤

缅甸国家管理委员会15日发布消息说,恐怖分子14日晚炮击曼德勒省彬乌伦镇,造成4人死亡、12人受伤。

消息说,恐怖分子从彬乌伦镇西边向镇区发射了11枚火箭炮,炮弹落入医院、寺庙、酒店等建筑物,造成包括2名僧侣在内的4人死亡、12人受伤,目前伤者已得到救治。安全部队已加强安保,追捕实施破坏的恐怖分子。

另据缅甸国家管理委员会14日发布的消息,恐怖分子在曼德勒省干埃达赞镇区市政泼水节庆祝台附近制造爆炸事件,造成12人受伤。

近几日正值缅甸传统泼水节。据缅甸媒体报道,恐怖分子在泼水节期间使用无人机、火箭炮和自制炸弹向城镇和村庄发动袭击,制造恐慌。

(据新华网)

约旦拦截了数十架无人机 遭伊朗警告“勿插手”

伊朗半官方的法尔斯通讯社14日援引伊朗武装部队一名消息人士的话报道,如果约旦“协助”以色列拦截导弹和无人机,将成为伊方下一个“打击目标”。伊朗方面在报复性打击以色列的过程中“密切监控约旦动向”,在发动袭击前向约旦和其他地区国家发出“必要警告”。

约旦外交大臣艾曼·萨法迪14日召见伊朗驻约旦大使,就伊朗方面警告约旦不要阻碍其打击以色列提出抗议,认为这是干涉约旦内政。

约旦政府13日出于“周边安全局势”考虑,临时关闭领空,14日重新开放。萨法迪说,约旦将对抗任何飞越约旦领空的导弹,不管来自伊朗还是以以色列。

伊朗官方14日宣布动用无人机和导弹打击以色列军事目标,以报复以色列1日袭击伊朗驻叙利亚大使馆领事部门等行为。沙特“阿拉伯新闻网”报道,伊朗向以色列发射的数十架无人机在飞越约旦北部和中部时遭约方击落。

(据环球时报)

世界最年老的大猩猩67岁了

13日,大猩猩法图迎来了67岁生日,德国柏林动物园为它准备了包括各色果蔬在内的丰盛寿宴。据德国之声报道,它是该园最年长的“居民”,也是世界上寿命最长的大猩猩。

据报道,法图出生于1957年,1959年来到当时的西柏林动物园。动物园的兽医舒勒表示,在任何其他动物园中都没有比法图年纪更大的大猩猩,“由于野生动物的寿命不会那么长,因此我们基本上可以说,即使包括野外的大猩猩在内,也没有比它寿命更长的同类。”

报道称,法图在动物园有自己单独的生活区,基本不跟其他大猩猩接触。

(据都市快报)



冷冻食品也是健康食品 该如何选购和保存

新鲜的农副产品大家都喜欢,但不是每个人都能够时时刻刻吃到应季蔬菜、新鲜鱼肉。这时,我们可以考虑冷冻食品,通过合理选购与保存来保证人体所需的营养素。

那么,冷冻食品到底营养如何?咱们分类来看看。

◎冷冻蔬果

蔬果采摘后依然会进行呼吸作用,从农场运输到市场,从市场到消费者的家中,再到被烹饪的那一刻,其实已经消耗了自身的很多营养成分。

而冷冻蔬果在采摘后立刻被冻结保存,再经过冷链物流,过程中均保持着很低的温度,此时呼吸作用几乎停滞,活性酶类成分失活,细菌等微生物也无法生长繁殖,反而减少了营养素的自身消耗,更有利于保持蔬果的新鲜和营养物质。

虽然冷冻蔬菜会经过清洗、漂烫、冷却、切分、甩水等一系列预先处理,从而丢失一部分水溶性维生素。但是在我们自己处理清洗新鲜蔬果时也会造成一部分水溶性维生素的丢失,这两者差异其实并不大。

◎冷冻肉类

肉类在温度极低的条件下,水分被冻成冰晶,导致蛋白质冷冻变性及一系列理化性质的变化,的确会影响到口感,较新鲜肉类更为干硬。

但冷冻的肉类,蛋白质和矿物质的含量基本不会在保存过程中发生变化,虽然会损失小部分可溶性蛋白质、盐类、维生素等水溶性营养物质,但整体营养成分得以保留。

◎冷冻鱼类

市面上的海鱼通常以冷冻为主,很多消费者会介意这一点而停止选购海鱼。

其实现在的技术已经逐渐发展成熟,冷冻不保鲜已经成为过去,海鱼在捕捞时可以随船被速冻,大部分冷冻时还是活的,因此冰冻状态下,

无论是营养流失还是口感影响都不太大。

而且海鱼与淡水鱼相比含有更多的ω-3脂肪酸,具有调节血脂、降低炎性反应的功效,同时对于阿尔兹海默症有预防作用。

从营养丰富的角度看,冷冻海鱼比淡水鱼更有优势。冷冻鱼的挑选方法与鲜鱼基本一致,主要是看鱼嘴、鱼腮、鱼眼、鱼体。

可以按以下标准挑选:鱼嘴紧闭,口内无异物。鱼鳃紧闭干净,颜色为鲜红色。鱼眼微凸明亮,眼珠黑白分明。鱼体清洁透明,肉质结实有弹性。

◎如何选择冷冻食品

1. 阅读食物标签 阅读食物标签是选购冷冻食品的首要原则。部分商家会在产品中添加过多的糖、盐、饱和脂肪以及一些食品添加剂,通过食品标签我们可以了解其营养成分,尤其是脂肪、盐、糖的含量,以及是否添加防腐剂。在选购时优先选择没有额外添加物的产品。

2. 注意保存 产品说明中一般会介绍到该产品的保存条件,应该严格遵守说明进行保存。

尤其需要注意的是,不可以将食物反复冷冻解冻,因为在这个过程中,细菌可能大量繁殖,导致食物变质。建议将食物按照每次食用量提前分装好,再进行冻存,按需使用。

3. 冰箱环境 冷冻食品要尽快吃完,一般以一个月为期限进行合理规划选购。不建议将冷冻室产品先放到冷藏室解冻,容易造成交叉感染。因为上层的温度通常更为稳定,细菌经常会往下侵袭。建议冰箱中的物品摆放顺序为:必须加热的食物放在下层,直接食用的产品放在上层。

此外,建议家中冰箱每2~3个月清洗一次,可以用食醋进行清洗。

(据《家庭医生报》)

午睡可养精蓄锐 这四个坑别踩

中午小憩一会儿,能保证下午有充足精力,但专家提醒,午睡有4个“坑”别踩。

时间过长。午睡时间过长会使人越睡越累。一般情况下,建议午睡时间30分钟以内。

吃完就睡。饭后胃内食物较多,胃肠加强蠕动,血液循环加快。饭后立刻午睡,大脑和全身供血量相对减少,身体会感觉不适,加上午睡时间短,睡醒后会感觉累。

趴着睡。睡觉时心率相对较慢,流经各内脏器官的血流速度也较慢,大脑血液灌注相对减少,坐着午睡醒来时,可能会引起“脑缺血”,从而感觉累或头晕。

睡醒马上站起来。不管是午睡还是夜间睡醒,尽量不要立马起来。建议先坐着休息3-5分钟,简单地蹬蹬腿或活动下胳膊。

(据养生中国)

用好生姜 有助应对两种情况

生姜是家庭常用调料,同时也是一味具有解表散寒、温中止呕、温肺止咳、解毒效用的常用中药。

感冒:风寒感冒初期,头痛、鼻塞、流涕、恶风等症表现较轻者,以生姜10克切丝与红糖煮沸,顿服。

呕吐:若胃脘部不适而呕吐者,可以生姜10片与清半夏10克煮水频服,这就是临床常用治疗呕吐的经典名方——小半夏汤。若呕吐清水、胃脘部隐隐作痛者,可取生姜10克切成丝,饴糖30克,开水泡焖15分钟后,顿服。

生姜辛温走窜,易助火生热,伤阴动血,因此,有五官肿痛之症者禁食,出血患者慎用;患有疮疡、痔疮、泌尿系感染者禁食。

另外,变质生姜不要吃,腐烂的生姜会产生一种毒性很强的物质——黄樟素,能使肝细胞变性,诱发肝癌和食道癌。

(据《中国中医药报》)

毛巾变硬如何处理

毛巾变硬主要是因为水中游离的钙、镁离子与肥皂结合,生成化学物质附着在毛巾表面所致。

为防止毛巾发硬,除了经常清洗,应当将毛巾放在碱水锅里煮15分钟,煮后将毛巾取出并用清水彻底冲洗干净。或者准备一些开水,倒入一些白醋,放入毛巾浸泡20分钟左右,中间稍微进行揉搓,然后捞出用清水洗净、晾干,毛巾就变得柔软了。

如果毛巾有异味,可以先用开水煮10分钟左右,再用洗衣液浸泡洗涤,然后用清水充分洗净,最后将毛巾折叠好放入微波炉中加热2分钟。这样不仅可以有效去除异味,还能起到杀菌消毒的作用。

(据《燕赵老年报》)

鸡蛋黄散了还能吃吗

磕开一枚鸡蛋,有时会遇到蛋黄散了的情况。这样的鸡蛋还能吃吗?

专业人士表示,日常生活中鸡蛋散黄有3种常见的原因:第一种原因属于机械性散黄,即鸡蛋可能在运输过程中受到剧烈震荡摇晃,蛋黄膜破裂,导致散黄;第二种原因是鸡蛋存放的时间比较久了,蛋黄也会“散”;第三种原因则是腐败菌入侵导致的。

如果是前两种原因导致的鸡蛋散黄,鸡蛋加热后还是可以吃的,但是需注意要把蛋清、蛋黄都加热到完全凝固的状态,或者做成炒蛋、蛋花汤等煮得较熟的菜才能食用。如果是第三种情况,则不能再吃了。

专业人士表示,一般来说,如果鸡蛋壳没有破裂,打开后也不存在异味或肉眼可见的异样,是没有问题的。如果蛋壳表面出现菌斑,打开后有异样的腥味,蛋黄散得也特别彻底,蛋液显得浑浊,说明是腐败菌入侵导致。

(据《燕赵老年报》)

(据科普中国)