



结婚证上印上农历日期?

江苏省民政厅:合情合理

8月28日上午,江苏省民政厅党组书记、厅长谢晓军带领相关职能部门负责人走进《政风热线·我来帮你问厅长》全媒体直播节目,现场回应群众诉求。

节目中,南京市民汪先生说:“8月10号那天是七夕节,这天到民政部门预约、排队登记结婚的新人不少,但是后来我发现结婚证上的登记日期只有阳历的2024年8月10日,而没有阴历的甲



图片来源于网络

辰年七月初七,我觉得没有体现出七夕节这天前来登记的意义。很多年轻人选择婚期,其实也会参考阴历,但这些都体现在结婚证上没有体现,让人有所缺憾。因此我建议在结婚证的登记日期中增加阴历日期,或者增加一个选项,由新人在登记时有所选择,这既符合中国文化传统,也可以满足新人对美好婚姻生活的期望。”

对汪先生的建议,谢晓军回应说,民政工作和老百姓的生活密切相关,所以我们一定要做到人民有所呼,改革就要有所应。刚才网友提出结婚证上

增加农历日期,有的网友还希望能够增加盲文内容,我觉得这都体现了一种人文关怀。

江苏省民政厅社会事务处副处长周诚也在现场进行了回应。周诚说,网友的这个建议,我认为合情合理的,也是可行的,但这个格式需要民政部统一来修改。

除了增加农历日期,有的群众还建议我们在结婚证上增加盲文,方便盲人朋友对结婚证的鉴别和使用。我们下一步将把网友提出来的这些诉求提交民政部研究论证。(据江苏新闻)

网约车巨头出事了 荷兰对优步罚款2.9亿欧元



荷兰数据保护局26日宣布,对美国网约车服务运营商优步公司处以2.9亿欧元罚款,理由是优步将欧洲地区司机的个人数据传送至美国。

优步(Uber)是一家美国硅谷的科技公司。该公司首创通过智能手机App一键实时叫车的网约车服务,并相继增加外卖配送、车辆出租服务、货运服务、新出行服务(共享电动自行车、电动滑板车)等业务。随即,公司快速拓展国际市场并成为全球共享出行龙头。

原因: 收集司机个人数据传至美国

此次调查的起因,是法国的一组织代表当地170多名出租车司机向该国数据保护机构提出投诉。由于优步的欧洲总部设在荷兰,因而此案被转交给了荷兰数据保护局。

荷兰数据保护局表示,优步在欧洲地区收集司机的敏感信息,包括账户详情、位置信息、照片、支付信息、身份证件等,甚至在某些情况下还涉及犯罪记录和医疗数据。在长达两年多的时间里,这些数据未经适当的传输机制就被传送到优步位于美国的总部,导致数据未能得到充分保护。这一行为“严重违反”欧盟发布的《通用数据保护条例》(GDPR)。

该机构还透露,欧洲数据监管机构按照统一方式计算对涉案公司的罚款,罚金可高达被罚公司全球年收入的4%。优步2023年全球收入约为345亿欧元。

回应: 优步称将提起上诉

针对上述巨额罚单,优步公司发言人卡斯帕·尼克松26日表示,“这一有缺陷的决定和巨额罚款是完全不合理的。在欧盟和美国之间存在巨大不确定性

解读: 欧美数据保护之争愈演愈烈

那么,包括优步在内的美国科技公司在欧洲频频被罚,背后透露出怎样的信号?

北京师范大学国家安全与发展战略研究院高级研究员王啸认为,这反映出欧盟与美国在数字安全治理领域存在权力不对等。斯诺登事件发生后,欧盟高度重视对自身数据的保护,但又必须与美国开展数据安全合作。在2016年,欧盟与美国达成《欧美隐私盾牌协定》。根据这个协定,用于商业目的的个人数据可以从欧洲传输到美国,但要享受与在欧盟境内同样的数据保护标准。美方必须保证国家安全部门不会对这些个人数据采取任意监控或大规模监控措施。但是在2020年,欧洲法院裁定《欧美隐私盾牌协定》无效,就是因为欧盟认定美国的国内法将国家安全利益置于首位,很有可能因此访问有关数据。

此后,欧盟与美国经过三年多的谈判,在2023年7月重新采纳了这一框架,允许个人数据从欧盟流向参与该框架的美国公司,前提是这些公司承诺遵守相关的隐私要求。而此次优步事件发生,再次暴露了欧盟在数据安全监管方面存在滞后和低效的问题。

王啸认为,未来,欧盟与美国也将围绕窃密与反窃密、操纵与反操纵,在数据安全治理方面展开新一轮博弈。

(据新华网·央视新闻)

中国海警局正告菲方: 立即撤走9701号船

中国海警局新闻发言人就菲律宾向非法滞留中国仙娥礁的非海警9701号船空投物资发表谈话。中国海警局新闻发言人甘羽表示,8月28日,菲律宾一架H-145型直升机向非法滞留中国仙娥礁的非海警9701号船空投物资,中方全程跟踪、依规处置。菲方冒险行径,极易造成海空不测事件。近期,菲方多次企图通过海警船、公务船、渔船等,对9701号船实施运补均遭失败。菲9701号船自行撤离,相关问题即能迎刃而解,但菲方却以9701号船官兵健康和生命安全为赌注,借“人道主义”之名行“冒险侵权”之实,严重侵犯中方领土主权,严重违法《南海各方行为宣言》,严重破坏地区和平稳定。

我们正告菲方立即停止冒险行径、煽宣炒作,立即自行撤走9701号船,不要误判形势、升级事态,否则由此造成的一切后果完全由菲方负责。(据海外网)

乌军总司令承认 引开俄军计划“失败”

据塔斯社8月27日报道,乌军总司令亚历山大·瑟尔斯基27日承认,基辅希望通过进攻俄罗斯库尔斯克州将俄军的大量兵力从红军村(乌克兰称波克罗夫斯克)方向引开,但这一尝试失败了。

他在“拉达”电视频道播出的记者会上说:“在库尔斯克方向开展进攻行动的任务之一,正是将大量敌军部队从其他方向,主要是波克罗夫斯克和库拉霍沃方向引开。”

不过,他承认,俄方识破了这一计划,因此“继续将主要精力集中在波克罗夫斯克方向”。他说,该方向局势对乌军来说仍然“相当艰难”,乌司令部努力“尽一切可能稳定局势”。

数小时前,乌克兰最高拉达(议会)议员阿列克谢·贾格连科说,乌军在红军村地区近乎陷入灾难境地。他气愤地表示,他不明白瑟尔斯基的计划是什么。(据参考消息)

抗议被干涉内政 墨西哥“暂停” 与美加使馆关系

墨西哥总统安德烈斯·曼努埃尔·洛佩斯·奥夫拉多尔27日宣布“暂停”该国与美国和加拿大驻墨大使馆的关系,以抗议两国大使对墨司法改革发表的批评言论,谴责对方干涉墨西哥内部事务。

洛佩斯当天在新闻发布会上说,在能确认“(美加两国驻墨大使馆)会尊重墨西哥的独立和主权”前,“暂停”与这两国使馆的关系。他强调,“暂停”关系只针对这两国驻墨使馆,并非这两个国家。

洛佩斯推动的司法改革包括由民众投票选举法官等措施。支持者认为此举会让国家更加民主,修正制度以更好服务于公众;批评者认为这一改革会削弱司法独立,出现一批缺乏经验、有政治偏见的法官,还会导致行政部门获得更大权力。

美驻墨大使肯·萨拉萨尔上周称,司法改革是“墨西哥民主面临的巨大风险”,会危害美墨经贸关系。加拿大驻墨大使格雷姆·克拉克也对此一改革表达担忧,称会影响相关投资。

洛佩斯27日强烈谴责美加大使言论,指责他们干涉墨西哥主权和内政事务。

(据新华网)



槟榔配烟 是法力无边还是危害无边?

许多人常言“槟榔配烟,法力无边”,其实不然。槟榔配烟好比是给身体埋下了一颗定时炸弹,会对人体健康构成重大威胁。嚼槟榔和抽烟就像是两个魔鬼,它们有着共同的手段:一是让你的钱包“瘦身”;二是暂时提神却暗藏杀机;三是让人上瘾难以自拔;四是悄无声息地致癌。长期如此,喜欢槟榔配烟的人怕是要无力回天了。

◎ 槟榔配烟,危害口腔健康

刚开始,它们施展的是“物理攻击”。烟草燃烧时释放的高温就像是一把火,而槟榔的粗糙纤维则像是一把刷子,它们都会对口腔黏膜造成直接的“烫伤”和“刷伤”。长期嚼食槟榔,更是会让口腔黏膜发生“变形记”,甚至引发癌前病变,同时牙齿也会被磨损得遍体鳞伤。

紧接着,它们又施展了“化学攻击”。烟草与槟榔中都藏着多种有害化合物,比如烟草中的尼古丁就像是“毒药”,而槟榔中的生物碱则像是“隐形杀手”,它们都能直接对细胞下毒手,导致细胞死亡并引发炎症,进而对口腔黏膜造成反复的刺激与损伤。

在“物理攻击”和“化学攻击”的合力进攻下,嚼食槟榔与吸烟就像是对口腔健康进行了一场持久战。它们不仅增加了口腔黏膜受损的风险,更有可能让口腔癌悄然来袭。持续的损伤就像是催化剂,可能引发基因突变,而身体在修复受

夏秋换季,当心疾病“乘虚而入”

季节的变换不仅仅是气温的变化,更是身体健康的一次“换季考验”。专家提醒,换季期间,有些健康问题特别容易“乘虚而入”,一定要做好防范。多事之秋如何健康过?

◎ 昼夜温差大 血管易生病

夏秋交替的时间是心血管疾病的多发期。天气转凉,人体血管也会有所收缩;而中午天气又比较热,血管处于舒张状态。血管就怕“忽冷忽热”折腾,气温波动也容易引起血压波动,易诱发心脑血管血管疾病。

专家建议,患有高血压和心脏病的人群,在秋天要注意及时添衣保暖,气温明显下降时,要避免早晚在户外待太久时间。高血压患者,建议早上起床时动作不要太猛,遵循“三个半”原则,即醒后半躺半分钟,坐起后保持半分钟,腿放在床沿坐半分钟,然后再下床活动。

对于患有心脑血管疾病的人群,秋天更要注意收敛神志,使神志安宁、情绪安静,切忌情绪大起大落,可通过听音乐、看书等方式以安神定志。

◎ 护好肚脐 防腹痛腹泻

大家都知道寒从脚生、养生先养脚的道理,却较少注意到肚脐也很容易受寒。肚脐部位的表皮最薄,皮下没有脂肪组织,但有丰富的神经末梢和神经丛,因此对外部刺激特别敏感。若防护不当,比如晚上睡觉暴露腹部,寒气都很容易通过肚脐侵入人体,容易引起腹痛、腹泻、呕吐等症状。出现上述症状可通过中医护脐方法,即艾灸神阙穴(神阙穴位于脐窝正中),以温阳散寒、健脾和胃,缓解不适。

◎ 适当运动 驱除秋乏

秋应于肺,在志为忧。秋天阳光照射逐渐减少,人体的生物钟尚不能适应日照时间短的变化,导致生理节奏紊乱,机体随之会有一种莫名的疲惫感,这就是我们常说的“秋乏”。有些人甚至会出现情绪及精神状态的紊乱。

要减缓秋乏,睡眠尤其要充足,秋天最好比夏季多增加1小时睡眠。另外,伸懒腰能适当增加对心、肺的挤压,促进心脏泵血,增加全身的供氧,有

损细胞的过程中,频繁细胞分裂也可能导致基因突变的随机发生。随着细胞损伤与死亡的增多,机体需要修复的细胞数量也随之增加,这就好比是雪上加霜,进一步增加了基因突变与癌变的风险。

◎ 远离口腔癌,试试这些做法

第一,远离槟榔。切勿让其潜在的危害悄然侵蚀你的身体,就像是要远离一个“毒友”,避免其带你走上不归路。

第二,戒烟。减少烟草对口腔及全身健康的损害,戒掉吸烟这个坏习惯,让身体逐渐恢复健康。

第三,注重口腔卫生。坚持早晚正确刷牙。定期使用牙线并前往口腔科进行洗牙,给口腔进行一场“大扫除”,让细菌无处藏身。

第四,均衡饮食。多摄入蔬菜、水果及肉蛋奶等营养丰富的食物,只有给身体提供充足的养分,细胞才能健康茁壮成长。

第五,避免食用过烫的食物。避免饮用过烫的茶水及食用过烫的辛辣食物,以防给口腔黏膜造成“烫伤”,让其保持健康状态。

第六,及时处理口腔问题。及时处理锐利牙尖、残根、残冠等口腔问题。这就好比及时修剪口腔内的“刺”,避免其长期刺激并损伤口腔黏膜。(据《健康报》)

助于缓解秋乏。

适当进行有氧运动,可以缓解脑疲劳,但运动量不可过大,以防出汗过多,阳气耗损,加重身体的疲劳。我们可根据自身体质和爱好,选择如散步、太极拳、八段锦、爬山等轻松柔缓的项目。

◎ 防秋燥伤人 滋阴是重点

秋天养生应注重防止燥邪对人体的伤害。对于秋燥,也可选用一些宣肺化痰、滋阴益气的中药,如人参、沙参、百合、杏仁、川贝等。平时要少吃生冷和过于甘肥油腻的食物。同时,秋天要尽量少吃葱、姜等辛辣助阳生火之品。可常用清水慢慢滋润鼻腔,或在夜晚时在屋内放一盆水,这些都可缓解秋燥。

◎ 季节交替 过敏性鼻炎高发

市民李女士患过过敏性鼻炎多年。每年夏秋交替,她的“暗黑”时刻就会到来。“早上醒来,鼻涕流个不停;早上起来喷嚏打不停,有时一连打十几个,头都要震晕了。最严重的时候,眼睛奇痒,揉得红红的。”

中医调理过敏性鼻炎的手段多样,包括中药内服、穴位贴敷、艾灸、中药鼻炎口罩、透窍香囊、耳穴磁珠疗法等。日常可试试穴位按摩缓解鼻炎症状;用两根手指缓慢按摩迎香穴、鼻通穴、印堂穴,一天两次,每次5分钟。

◎ 皮肤瘙痒 洗澡不宜过勤

秋天,很多人的皮肤变得又干又痒。“两条腿特别痒,越挠越痒,挠出很多红道子才稍微解痒些,晚上根本睡不好……”这几天,65岁的张女士因皮肤瘙痒就诊,被诊断为老年性皮肤瘙痒症。医生说,老年性皮肤瘙痒症的特点是皮肤外观没有皮疹,也无红肿。饮酒、情绪变化、冷热刺激等都可诱发瘙痒或使瘙痒加重。

想有效缓解秋季皮肤干燥引发的瘙痒,首先要掌握科学正确的护肤方法。皮肤干燥时不宜频繁洗脸、热敷,可选用温和的洁面产品。秋天洗澡次数不宜过勤,减少使用碱性很强的肥皂或沐浴乳,洗澡后做好全身保湿也很重要。

(据《老年生活报》)

熬夜多有“疲劳臭”

熬夜后有一种“疲劳臭”,和普通汗臭不同,疲劳臭则是一种复杂的味道。

一方面,熬夜后负责代谢的肝脏功能受损,无法处理人体分解蛋白质产生的氨气,残留的氨随着血液来到皮下,跟着汗一起排出,就会形成一股刺鼻的味道。

另一方面,熬夜会使雄激素水平提高,让皮脂油脂分泌增加,主要集中在皮脂腺集中的部位,如腋下、前胸、后背、颈部,所以熬夜后总是觉得头油得很快,油脂氧化后就会发出一股异味。

此外,熬夜时,人一般不会注意喝水,这会使得体内的水分减少,引起口干和缺水,使口腔中的唾液减少,而唾液在口腔中有助于使清洁细菌和中和口臭物质。所以,熬夜后口臭问题也会变得严重。

能够缓解疲劳臭,最根本的方法还是少熬夜、不熬夜,成年人平均每天最好睡够七八个小时。(据《健康时报》)

缓解压力 试试四种运动

1.有氧运动。有氧运动可以增强心脏功能,促进血液循环,释放内啡肽和多巴胺等化学物质,使人们感到愉快和放松。慢跑、游泳、骑自行车等是常见的有氧运动,它们不仅能够燃烧卡路里,还有助于调整情绪,缓解焦虑抑郁症状。

2.瑜伽。瑜伽是一种综合性的运动形式,被认为可以促进身心的平衡。通过瑜伽的呼吸技巧和各种体位法,可以帮助人们调整呼吸和心态,放松紧张的身心状态。在瑜伽练习过程中,可以感受到身体各个部位的拉伸和放松,释放累积的压力,改善焦虑抑郁的症状。

3.团体运动。比如参加舞蹈班、乐队或体育团队等,可以与他人分享快乐,增强社交互动,提高自信心,缓解焦虑和抑郁感。团体运动的乐趣和社交环境可以帮助人们摆脱孤独和消极情绪,积极面对生活。

4.户外运动。大自然的美景和清新的空气可以使人们的身心恢复平静,改善焦虑和抑郁的情绪。徒步旅行、登山、野餐等都是户外运动的好方式,不仅能够增加体力活动,还能在自然环境中舒缓心灵。(据《燕赵老年报》)

适度玩电游 或有益心理健康

近日发表的一项基于日本97602人数据并结合机器学习算法的研究显示,拥有电子游戏机并参与游戏,可能会对心理健康产生积极影响,但时间不宜过长。

通常认为,电子游戏会对心理健康产生负面影响,世界卫生组织已经将游戏障碍列为一种健康问题。但关于电子游戏和心理健康之间的关系,大多数现有科学证据并没有在二者之间建立起强有力的关联。

由于2020年至2022年游戏机短缺,日本的零售商用抽签的方式为消费者提供两种不同的游戏机。日本大学研究团队此次利用这种随机分配评估了电子游戏对压力和生活满意度的影响。他们调查了97602人(其中8192人参与了游戏机抽签),他们的年龄在10-69岁。调查收集了受访者是否参与抽奖、拥有游戏机的情况、游戏偏好、心理健康、生活满意度以及社会人口学特征等信息。

团队采用一种专为推断调查数据因果关系而设计的机器学习算法,发现拥有一台游戏机和在其中一台游戏机上玩游戏,都会改善心理健康。但每天玩游戏超过3小时的人不再获得同等益处。研究还发现,拥有游戏机能提高生活满意度,减少心理痛苦。

(据《科技日报》)