



来,展示!

展区人头攒动,洽谈氛围热烈;展区外机器人、无人驾驶汽车等高科技产品往来穿梭,令人目不暇接……5日上午,2020年中国国际服务贸易交易会(简称服贸会)展览展示活动在北京拉开帷幕。据了解,本届服贸会展区占地面积约20万平方米,设置1个综合展区、8个专题展区和若干功能服务区。本届服贸会于9月4日至9日在北京举行。作为全球首个服务贸易领域综合性展会,本届服贸会将举办高峰论坛等190场论坛及洽谈活动,吸引了148个国家和地区的1.8万家企业和机构,10万人报名参展参会。受到疫情影响,注重线上线下融合,积极探索“云展览”等新模式,将成为本届服贸会的新亮点。

(据新华社电)

▲9月5日,观众在服贸会服务机器人专题展区听参展商代表(左一)讲解骨科手术机器人运行原理

未来新冠疫苗应优先特定人群

世卫:预计2021年年中,新冠疫苗将开始进入各国

瑞士当地时间4日,世界卫生组织总干事谭德塞表示,未来新冠疫苗正式投入使用后,由于初期供应量有限,首要任务是所有国家的特定人群接种,而不是一些国家的所有人。谭德塞说,一旦获得安全有效的疫苗,初期供应量应该是有限的,因此必须优先考虑为关键部门从业人员和高风险人群接种,包括老年人和有基础疾病人群。这不仅在道德责任和公共卫生职责上有必要,在经济上也是如此。未来随着疫苗产量增加,所有人都能获得接种疫苗的机会。谭德塞介绍说,目前有9种新冠候选疫苗得到了流行病预防创新联盟(CePI)的支持,其中7种正在开展临床试验,

如果成功,将纳入COVAX全球疫苗机制。此外,世卫组织还正在就4种有希望的候选疫苗展开讨论,并评估是否将其其他9种目前仍处于早期研发阶段的候选疫苗纳入COVAX。COVAX全球新冠疫苗计划由世卫组织主导,目标是2021年年底前在全球范围内提供至少20亿剂安全有效的新冠疫苗。目前已有78个中高收入国家和经济体确认将加入COVAX。世卫组织首席科学家苏米娅·斯瓦米纳坦则表示,目前新冠疫苗仍处于早期研发阶段,还需经过多项测试。预计到2021年年中,新冠疫苗将开始进入各国。

(据新华社电)

相关新闻

华盛顿大学卫生统计评估研究所 今年美国新冠死亡人数或达41万

美国华盛顿大学卫生统计评估研究所最新发布的新冠疫情模型预测结果显示,到2021年1月1日,美国累计新冠死亡病例可能达到41万例。该机构3日更新的预测称,由于季节性因素以及公众对新冠疫情警惕性下降等,美国今年12月单日新增死亡病例可能多达近3000例。到明年1月1日,美国累计新冠死亡病例可能达到41万例。这意味着从目前至今年年底还将增加约22.5万例死亡病例。预测说,如果全美严格执行“口罩令”,届时累计死亡病

例数可能约为28.8万例,而如果政府不采取任何干预措施,届时死亡病例数将有可能增至62万例。该机构数据显示,全美口罩使用量自8月初达到峰值后持续下降,尤其是近期疫情激增的中西部地区口罩使用量下降明显。美国约翰斯·霍普金斯大学实时统计数据,截至美国东部时间4日下午,美国累计新冠确诊病例已超过617.6万例,累计死亡病例超过18.7万例。

(据新华社电)

夜凉如水,秋意渐显

有人说,一年中最舒服的时节,一个是春末夏初,一个便是当下。这个夏末初秋时节,炎热已经过去,凉意渐渐浮现。两个季节交错在一起出现,是从夏末走到初秋的一段并不长的日子。相信你肯定会喜欢当下的天气,虽然中午微微热,但夜晚已经是“一枕清风入梦”了。市气象台说,未来几天,整个城市依然延续着白天微热,中午、晚上微凉的状态,偶有阵雨,最高气温27-33℃,最低气温21-23℃。从明天开始,我们将进入白露节气。在二十四节气里,白露算是和秋天相关的第三个节气。进入白露节气后,夏季风会逐渐被

(记者 王娜)

今天天气	明天天气	后天天气	风力:2—3级
多云转阵雨	阵雨	多云	风向:北风
22—30℃	22—27℃	21—33℃	空气质量等级:轻度污染
(市环境监测中心站、市气象台5日16时发布)			可吸入污染物:臭氧



美达影城 (09月06日)

八佰	10:40	11:25	12:20	13:20	14:05	15:00
	16:00	16:40	17:40	19:20	20:20	21:20
22:20						
信条	11:15	12:15	13:05	14:00	15:05	15:50
	16:45	17:45	18:40	19:30	20:30	21:25
22:15						

假面饭店 10:35 18:50
魔发精灵2 10:30
地址:钟鼓岭七星潮流购物公园五楼(书城对面)
(影片放映时间以当日票房为准)
招商热线:18973310464(汤)
订票热线:28106878
团购热线:22283988

开奖

(开奖日期:2020年09月05日)

福彩 3D 第2020200期 中奖号码:6 0 2
体彩 大乐透 第2020085期

前区:03 04 11 15 28 后区:02 03
排列3 第2020199期 开奖号码:7 0 8
排列5 第2020199期 开奖号码:7 0 8 5 5

500名新老学员齐相聚 晚报老年大学新学期明日开学

踏着秋天的脚步,新学期终于来了。9月7日,晚报老年大学所有课程全面开课,学员们将开始为期近4个月时间的学习。“期待与同学们相聚。”形体身韵班一位老学员发出感叹,经过上学期的学习,同学之间建立了深厚的感情,然而受疫情影响,学校未开课,彼此联系也少了,希望在新学期,依然可以将这份友情延续。晚报老年大学相关负责人介绍,新学期,学校对师资队伍进行了补充和强化。例如,我市著名音

乐教师叶阳将担任声乐合唱课的老师。同时,红榉木合唱团也正式并入学校,声乐合唱团3个班级的总人数将达到120人左右,是上学期的两倍。另外,表现优秀的学员,将有机会进入学校合唱团。据了解,目前,晚报老年大学的学员人数已达500人,最近这几天仍有学员报名。为落实疫情防控要求,本着对学员安全负责的原则,学员需要出示健康码、测量体温后,才能进入课堂。此外,太极拳、书法班、绘画班、葫芦丝入门

班、剪纸班还有少量学位,感兴趣的朋友在开学之前仍可报名。合唱班、旗袍走秀班等热门班级将接受预报名,达到额定人数,将开设新班级。报名地址:株洲市天元区新闻路18号株洲晚报楼218室。报名热线:22593718、18126313142(张老师)

(记者 王烽)

疫情好转,也不要“报复性”锻炼



▲图片来源于网络

近期,随着新冠肺炎疫情逐渐好转,走出家门锻炼的人也多了起来。在此,医生提醒,由于长时间居家,运动量减少,不论男女老少身体机能都可能发生或多

或少的变化。锻炼一定要量力而行、循序渐进,如果抱着想把前几个月欠的功课补回来的想法进行“报复性”锻炼,过早过急地开展超出能力的运动,将适得其反。

过量运动会降低免疫力

王女士是一名跑步爱好者,平时几乎每天都要跑几公里。这次重新到室外跑步,王女士按捺不住运动的热情,每天早早外出跑步。才跑了几天,她发现脚底疼痛感强烈,而且两条腿一直有酸痛的感觉。到医院一检查,被诊断为运动损伤。专家提醒,恢复室外运动后,有些人想立即回到以前的运动状态,可突然过度运动很可能造成骨骼肌机能下降、物质代谢改变、肌肉细胞内钙离子水平紊乱等。由于钙离子浓度增高,肌肉会出现持续酸痛的症状。有

些人认为,运动能提高免疫力,可他们不知道的是,过量运动反而会导致免疫力下降、肾脏受损、神经系统受干扰等。如何判断运动是否过量?最简单的判断方法是,看日常体力活动是否会令你觉得异常疲劳。对一个运动者来说,爬楼梯不应成为问题。如果你上楼后觉得腿部灼热、气喘吁吁、心悸悸直跳,那么就应考虑减少运动量。

体重增加,建议换运动项目

长期宅在家,一些人出现了体重增加的情况。如果体重增加过多,那么以前从事的运动项目则可能不再适合你。比如平板支撑会对腰椎产生过多压力,如果实在想坚持,建议不用脚尖撑起身体,改用膝盖撑地以减轻腰椎负担。跳绳对脚踝、膝盖等关节的冲击过大,身体变胖的人可能会因高频度的跳

跃而受伤。人变胖后,也不宜再坚持跑步。有研究表明,体重较大的人跑步,每次落地时膝关节所受压力是平时走路时的7-10倍。这时,可先改成快步走、骑车、坐姿运动(如普拉提、坐姿哑铃练习)等,等体重恢复正常后再重新练习跑步。

重拾锻炼应循序渐进

专家提醒,对老年人而言,长期不运动会致骨量丢失。一段时间如果运动很少,重新拾起时一定要量力而行、循序渐进。比如,刚开始恢复跑步,可参照“跑慢不跑快,跑短不跑长”两个要求。跑慢不跑快,是针对跑步速度,宜慢不宜快;跑短不跑长,说

的是重新开始跑步,持续时间不宜长。运动结束后,以心情舒畅、身体感觉到很舒服的状态为宜,若出现心慌、出汗等不适的情况须立即停止。(摘自《浙江老年报》)

警惕秋燥秋凉伤人

9月份昼夜温差逐渐拉大,气温波动增大且频繁,青岛市疾控中心温馨提醒:要注意个人卫生,勤洗手、及时增减衣服;市民在不忘疫情防控的同时要警惕秋燥秋凉伤人,注意饮食卫生和起居。

9月气温略有下降,但仍有利于部分致病微生物繁殖,感染性腹泻也大行其道。秋季瓜果飘香,美食众多,市民在放开胃口大快朵颐的同时,须注意预防感染性腹泻,要牢记:勤洗手,吃熟食,喝开水。

9月气候变凉转燥,温差加大,养生贵在养阴防燥,饮食有节,起居有常。

处暑后,早晚温差明显,身体的血管收缩和舒张变化较大,血压容易波动,也是高血压、冠心病、中风等疾病的高发期。有高血压、糖尿病等基础疾病者一定要注意控制血糖、血压,不要让自己受到“冷刺激”。

秋天时令海鲜相继上市,但过多进食会使胃肠道负担加重,容易导致胃病复发。胃病患者要格外注意保暖,用餐时要少食多餐、定时定量、戒烟戒酒。

秋季宜多吃“带酸”食物,如各种时令水果蔬菜,少吃辛辣食物。秋天可适当进补,“贴秋膘”时,鸡、鸭、鱼、肉、虾、蟹等动物性食物也不宜贪食过饱,同时不要忽略主食,做到粗细搭配,营养平衡。

秋凉后应保持正常的作息规律,防止过劳和熬夜,坚持日常锻炼。高血压、冠心病、糖尿病等病人也要正常服药,防止病情加重。

秋高气爽,适宜户外运动,登山是不错的选择。但对中老年人来说,登山等负重运动会对膝关节造成较大的负担,有骨关节炎的患者不宜进行此项运动。(摘自《老年生活报》)

