

头条

今年前4月

全国新开工改造城镇老旧小区5679个

据新华社电 记者4日从住房和城乡建设部获悉,今年前4个月,全国新开工改造城镇老旧小区5679个。分地区看,河北、重庆、辽宁、上海、浙江、湖北等6个地区开工率超过50%。

2025年,全国计划新开工改造城镇老旧小区2.5万个。据介绍,2019年至2024年,全国累计开工改造老旧小区28万个,惠及居民4800万户、超过1.2亿人,共改造提升各类老化管线36万公里,增设停车位387万个,建设养老、托育等各类社区服务设施7.8万个。

住房和城乡建设部相关负责人表示,下一步,住房和城乡建设部将在完成“十四五”城镇老旧小区改造任务的基础上,继续深入推进这项工作,重点做好小区内老化管线改造,消除安全隐患。开展建筑物屋面、外墙、楼梯等公共部位维修,小区环境及配套设施改造建设,小区内建筑节能改造,支持有条件的楼栋加装电梯,改善群众居住条件和生活环境。



据中央气象台消息,未来几天我国南北方高温天气将持续“霸屏”。北方多为干热型高温,南方则以闷热型高温为主。

北方干热 局地将达40℃

在大陆暖高压脊影响下,未来几天,新疆以及华北、黄淮等地温度将不断上升。4日,河南中东部会率先出现35℃高温,局地最高气温可超37℃。5日起,华北、黄淮一带高温范围扩大,北京、天津、河北、河南、山东等地部分地区可能出现高温。

城市中,石家庄、郑州、济南可能连续遭遇高温,北京或出现今年首个高温。同时,石家庄5日最高气温或冲击40℃。

而以吐鲁番盆地为核心的新疆高温区,高温

强度更大、持续时间更长。例如吐鲁番、托克逊5日起最高气温将连续达到或超过40℃。北方出现高温的同时,露水凝结温度较低,因此呈现干热型高温。

南方闷热 体感温度直线上升

北方受大陆暖高压脊影响升温,南方则被副热带高压控制,热度也将升级。4日起,华南到江南等地气温回升,5日高温范围也将扩大。

由于暖湿气流加强北上,露水凝结温度增加,南方的闷热感将更加突出,体感温度可能高于华北平原的干热高温。即使气温未达到高温标准,在高湿度的加持下,体感温度也能轻松超过35℃,甚至达到40℃。

(来源:央视新闻)

相关

芒种时节多湿热 健脾祛湿清心火

据新华社电 5日将迎来夏季的第三个节气“芒种”。中医专家介绍,这一时期气温显著升高,雨量充沛,空气湿度大,闷热潮湿的环境易导致人体阳气外浮,湿邪内蕴,养生防病要注意健脾祛湿,静心养神。

中国中医科学院西苑医院皮肤科副主任医师余远遥介绍,芒种时节,人体容易外感湿邪,而湿气易困脾,导致腹胀、食欲不振、大便黏腻等“苦夏”症状;人体还易内生湿热,若汗出不畅或贪凉饮冷易引发皮肤疮痍、湿疹、口臭、尿路感染等问题;此外,高温易耗伤津液,使人出现口干舌燥、烦躁失眠等“上火”表现,甚至诱发高血压、心脑血管疾病。

“芒种亦是养生之机。”余远遥说,人们通过饮食、起居、外治的综合调理,可安然度过湿热夏季,为秋冬健康打下基础。

“饮食调养应‘健脾祛湿,清补为主’。”中国中医科学院西苑医院皮肤科主治医师张天博说,苦

瓜、莲子、乌梅等可清热燥湿,酸味食物如山楂、柠檬能生津开胃,因此,可适当多吃“苦”与“酸”;同时,应少食冷饮、冰镇水果,避免损伤脾阳。

起居、运动和情志调摄也应顺应天时。张天博说,芒种时节宜在23点前入睡,白天11点至13点间午睡15至30分钟;日常出汗后应及时更换衣物,避免湿气滞留;洗浴宜用温水,忌冷水冲凉;锻炼以太极拳、八段锦等舒缓运动为宜,时间宜选在清晨或傍晚,强度以“微汗”为宜,避免大汗耗气伤津;还可通过听音乐、冥想、书法等活动舒缓情绪,避免“心火亢盛”。

此外,居家可采用中医外治方法调养身体。长沙市第一医院中西医结合科副主任湛韬举例说,艾灸可使气机宣畅,助阳祛湿,缓解胃寒等病症,可选择风门、大椎等穴位施灸;拔罐可逐寒祛湿通经络,缓解湿气重引发的身体困乏等症状;每晚选用藿香、佩兰、艾叶、生姜等中药材煎煮后泡脚15至20分钟,能辅助缓解湿邪侵袭脾胃引发的不适。

新知

首批重点培育名单发布！你家乡的特产上榜了吗？

4日,我国发布首批传统优势食品产区和地方特色食品产业重点培育名单(见下表),包括云南小粒咖啡、西湖龙井茶等39个重点培育对象。

据了解,此次发布的首批重点培育对象,分布在我国28个省份,涵盖乳制品制造、饮料制造、酿酒工业、精制茶制造等食品工业主要门类。数据显示,目前,我国特色食品产区达450余个,产业规模超2.5万亿元,我国已成为全球食品工业第一大国,行业规模约9.8万亿元。

(来源:新华社)

| 序号 | 地方特色食品产业名称 | 所在省份 | 传统优势产区主要地域范围 |
|----|-------------|----------|--|
| 1 | 北京二锅头清香型白酒 | 北京市 | 怀柔区;顺义区;大兴区 |
| 2 | 怀涿盆地葡萄酒 | 河北省 | 张家口市怀来县 |
| 3 | 山西汾阳清香型白酒 | 山西省 | 吕梁市汾阳市 |
| 4 | 清徐老陈醋* | | 太原市清徐县 |
| 5 | 呼和浩特牛乳制品 | 内蒙古自治区 | 呼和浩特市 |
| 6 | 大连辽参制品 | 辽宁省 | 大连市 |
| 7 | 吉林红参制品 | 吉林省 | 通化市;延边朝鲜族自治州;白山市 |
| 8 | 长白山天然矿泉水 | | 白山市靖宇县、抚松县、临江市、长白县、江源县、浑江区;延边朝鲜族自治州安图县 |
| 9 | 哈尔滨红肠 | 黑龙江省 | 哈尔滨市阿城区、双城区、平房区、道外区、松北区、香坊区 |
| 10 | 镇江香醋* | 江苏省 | 镇江市 |
| 11 | 绍兴黄酒 | 浙江省 | 绍兴市 |
| 12 | 金华火腿 | | 金华市 |
| 13 | 西湖龙井茶* | 安徽省 | 杭州市西湖区 |
| 14 | 亳州浓香型白酒 | | 亳州市 |
| 15 | 安溪铁观音 | 福建省 | 泉州市安溪县 |
| 16 | 武夷岩茶 | | 南平市武夷山市 |
| 17 | 赣南脐橙果汁 | 江西省 | 赣州市 |
| 18 | 江西山茶油 | | 赣州市兴国县经开区;吉安市遂川县、吉水县、吉州区;宜春市袁州区 |
| 19 | 信阳毛尖 | 河南省 | 信阳市浉河区 |
| 20 | 孝感麻糖 | 湖北省 | 孝感市 |
| 21 | 广式凉茶 | 广东省 | 广州市南沙区、天河区、白云区 |
| 22 | 柳州螺蛳粉* | 广西壮族自治区 | 柳州市 |
| 23 | 梧州六堡茶 | | 梧州市苍梧县、藤县、岑溪市、蒙山县、万秀区、长洲区、龙圩区 |
| 24 | 海南椰子制品 | 海南省 | 海口市;文昌市;定安县;澄迈县 |
| 25 | 涪陵榨菜* | 重庆市 | 涪陵区 |
| 26 | 四川浓香型白酒 | 四川省 | 宜宾市;泸州市;成都市邛崃市、大邑县、蒲江县;德阳市绵竹市;遂宁市射洪市 |
| 27 | 郫县豆瓣 | | 成都市郫都区 |
| 28 | 赤水河流域酱香型白酒* | 贵州省 | 遵义市;毕节市 |
| | | 四川省 | 泸州市古蔺县、叙永县、合江县 |
| 29 | 贵州刺梨汁 | 贵州省 | 贵阳市;六盘水市;黔南布依族苗族自治州;黔东南苗族苗族自治州;毕节市;安顺市;遵义市 |
| 30 | 贵州辣椒制品 | | 遵义市;贵阳市;毕节市;黔东南苗族苗族自治州;铜仁市;安顺市 |
| 31 | 云南普洱茶 | 云南省 | 普洱市;临沧市;西双版纳傣族自治州 |
| 32 | 云南小粒咖啡 | | 保山市;普洱市;德宏傣族景颇族自治州;临沧市 |
| 33 | 昆明鲜花饼 | | 昆明市 |
| 34 | 西藏高原天然饮用水 | 西藏自治区 | 拉萨市;日喀则市;山南市;林芝市;昌都市 |
| 35 | 富平羊乳制品 | 陕西省 | 渭南市富平县 |
| 36 | 兰州牛肉拉面* | 甘肃省 | 兰州市 |
| 37 | 互助青稞酒 | 青海省 | 海东市互助土族自治县 |
| 38 | 宁夏贺兰山东麓葡萄酒 | 宁夏回族自治区 | 银川市(金凤区、西夏区、永宁县、贺兰县)、吴忠市(青铜峡市、红寺堡区、同心县)、中卫市(沙坡头区、中宁县)、石嘴山市(大武口区、惠农区、平罗县) |
| 39 | 新疆番茄酱 | 新疆维吾尔自治区 | 昌吉回族自治州昌吉市、玛纳斯县、呼图壁县、吉木萨尔县;巴音郭楞蒙古自治州焉耆回族自治县 |
| | | 新疆生产建设兵团 | 第六师五家渠市;第二师铁门关市;第七师胡杨河市;第八师石河子市 |

注:标*地方特色食品产业已纳入工业和信息化部“首批中国消费名品名单”。