

中国游客去汤加可以免签了

据新华社电 《中华人民共和国政府和汤加王国政府关于互免持普通护照人员签证的协定》19日正式生效,今后中国游客可以享受入境、出境或者过境30日内免签的便利。国家旅游局相关负责人表示,这将极大激发中国游客赴汤加旅游的热情。

去年7月,国家旅游局组织

了“2015千人游汤加”活动。北京、河北、天津、上海、江苏、浙江、山东、福建、广东等省市旅游部门制订详细方案,动员旅游企业对赴汤加客源进行摸底调研,对汤加旅游产品、线路进行实证分析。活动开展以来,赴汤加旅游的中国游客数量大幅增长。

一年来,北京、上海、广东

等地的旅游企业纷纷再次派员赴汤加考察旅游线路产品。首旅集团推出了“新西兰、汤加12日”“斐济、汤加8日”等产品。凯撒国旅正组织2000名游客准备乘邮轮于2016年底前往南太平洋岛国,汤加是主要目的地。河北、天津、上海、江苏、浙江、山东、福建、广东的旅游企业也纷纷设计赴汤加旅游产品线路。

中国海军在日本海举行实兵对抗演练

新华社电 从18日开始,由西安舰、衡水舰和高邮湖舰组成的海军舰艇编队,与东海舰队荆州舰等多艘舰船组成的编队,在日本海某海域展开实兵对抗演练。

这次演练,两支舰艇编队分别组成红蓝双方,“背靠背”进行攻防对抗。演练开始后,红蓝双方依托一体化指挥平台,迅速构建作战体系,并融合岸基、海上、空中等多源信

息,生成综合海战场态势,随后确定作战方案,灵活组织战斗行动。

圆满完成“环太平洋-2016”演习任务后,西安舰、衡水舰和高邮湖舰3舰组成编队从夏威夷向西北航渡,经罗盘海峡、宗谷海峡进入日本海。航渡一路训练一路,中国舰艇官兵克服出海时间长、工作强度大等诸多困难,发扬连续作战的顽强作风,完成了攻防操演、直升机起降、航行

补给等多个课目的训练。

航渡期间,他国军机对中国海军舰艇进行了抵近侦察和监视,中国海军舰艇及时采取必要措施进行了应对。

据介绍,这次演练是海军年度计划内的一项演训活动。在国际海域进行远海训练是世界各国海军的通行做法,中国海军舰艇编队这次对抗训练符合相关国际法和国际惯例。

长沙火车站向旅客致歉并启动整改 恢复使用候车室空调

据新华社电 针对舆论反映长沙火车站候车室温度高、体验差等问题,广铁集团公司19日向记者回应,已于日前派工作组进驻长沙火车站,针对旅客服务中出现的各种问题进行深入调查,启动全面整改,严肃追责,并接受政府部门和社会公众的监督检查。

广铁集团工作组负责人表示,长沙火车站候车室中央空调此前不能正常运转,主要是因为车站周边铁路生产生活用电负荷增长,加之长株潭城际铁路引入施工,造成车站内部供电设施能力不足。由于自身服务工作不到位导致旅客候车体验差,对此深表歉意。

广铁集团工作组负责人介绍,当前铁路部门通过采取租用外部变压器负荷的方式,临时解决了长沙火车站候车室中央空调的供电问题,车站候车室中央空调已于19日上午恢复使用。同时,已启动在长沙火车站站区新建第二个配电所,预计在2017年春节前可投入使用。

“救护车上的男孩”刺痛世界



奥姆兰被救援人员从废墟中救出来后,坐在救护车的橘色座椅上。 《法制晚报》供图

据《法制晚报》美国有线电视新闻网(CNN)18日报道,一张被称作“救护车上的男孩”的照片在网上公布后,触动全球无数网民心弦。照片里的男孩名叫奥姆兰,今年只有5岁,他来自叙利亚北部城市阿勒颇,奥姆兰与父母以及3名年龄在1至11岁之间的兄弟姐妹身处的住宅大楼在空袭中被击中。

照片显示,男孩被从废墟中救出后,满身尘土、无所适从地坐在救护车座椅上。他光着脚,头发蓬乱,半张脸都是血迹,左眼被血覆盖。

另外,有现场视频显示,奥姆兰伸出小手擦了擦自己脸上的血迹,然后又自己低头看了看,当他看到对准他的镜头时,略显害怕,

看了一眼镜头又看了看其他地方,整个过程中他非常安静,并且没流一滴眼泪。

报道称,救援人员当时摸黑在废墟中寻找了1个多小时才将奥姆兰救出来。从这段只有30多秒的视频中还可以看到救援人员如何将奥姆兰从被炸弹袭击的房屋中抱了出来。奥姆兰很幸运地被救援人员救出,随后他的家人也被救出。

照片和相关视频被贴到社交网站后,短时间内被大量转发。有网友写道:“奥姆兰,我们感到如此的心碎。”还有一位记者写道:“他的名字叫奥姆兰。他只有5岁。他还什么都不懂,但战争却成为他生活的全部。想象一下,如果他是你的孩子!”

宁波地区60岁以上离退休人员免费领取



轻便,舒适,还能按摩,老人说:这鞋穿上就不想脱

这鞋一上市,宁波的大爷大妈都按捺不住了,纷纷排队领鞋,领到鞋的都夸这鞋好,款式特别好看不说。宁波的何大妈说:这鞋一蹬脚,特别方便舒适,我都不想脱了,鞋底柔软不硌脚,走路不挤脚不磨脚,鞋子重量轻,走起路就跟没穿似的,怪不得大伙都排着队抢呢,就连老中医刘教授也领了一双休闲按摩鞋。刘教授说:这鞋不光是轻便,光是鞋垫上的50多个触点就能刺激脚上的穴位,走路就等于按摩了,自从穿了这鞋,就像做足疗一样,舒服,走路特别有劲。

7个穴位,46个触点,走路就像做足疗

中华新健康联合国内知名制鞋专家,新推出的一款足力健休闲按摩

鞋,“五推一体”设计标准的基础上,创新研制出3D按摩鞋垫,将中医足底按摩理论和现在人体工学结合运用,鞋垫上设计46个按摩点,7个穴位按摩环,在行走的同时刺激穴位,对足底产生按摩,缓解脚步疲劳。

足力健老年人休闲按摩鞋,不管是日常遛弯、买菜、带孙子,还是出门踏青旅游,越穿越带劲。

王大爷今年73了,儿子最近从北京回来带了一双双星老人休闲按摩鞋,王大爷穿上再也不想脱了,连连称赞鞋子舒服,现在这款鞋刚刚上市, **免费领取!** 穿上走路太舒服了,感觉特棒!

上了年纪,老人腿脚易出现循环不畅,走路时间长了,脚痛腿酸腰疼,还会出现肿胀,很不舒服,双星休闲按摩鞋高科技按摩鞋垫,7个穴位,46个触点,可以刺激脚部穴位,按摩脚底,一穿上脚特别舒服,边走边按摩,脚的压力在走的过程中都已经释放了,腿脚有劲,走得更快更稳了!

年纪大、腿脚差、赶紧换双休闲按摩鞋!

全国运动养生专家告诉我们:“人的脚上有26块骨头,18条肌腱,上百块肌肉。上了年龄,脚上任何一块骨头和肌肉都易出现老化问题,造成走路痛,双脚酸,脚没劲,易摔倒等各种老年人常见的症状。脚是第二心脏,还聚集了



人体33个穴位和60多个反射区,如果老年人能穿上一双能按摩的鞋,通过在走路过程中不断按摩脚底、刺激穴位。

中老年人穿鞋需要特别讲究,鞋子不仅要具备舒服、轻便防滑等基本功能,释放脚部压力,走路更有劲!

老人穿鞋新标准休闲按摩,舒服轻便

- 1.保护鞋头:**船桥鞋头25°,避免磕碰。鞋舱加宽,保护脚趾免受伤害,穿上不挤脚,不勒脚,走起路来不绊脚。
 - 2.魔术鞋腰:**加高加宽鞋腰,松紧鞋口,穿上合脚,不伤脚;走起路来,腿有力,腿有劲。
 - 3.元宝鞋帮:**元宝式鞋帮,柔性强力材料,全方位保护脚踝,脚感好又舒适,走路跟脚不累脚。
 - 4.足疗鞋垫:**通过7个穴位,46个触点,走路就像做按摩,海波粒细胞颗粒结构,干爽除臭,吸湿排汗、减震还有弹性。
 - 5.防滑鞋底:**鲨鱼头鞋型,防滑底纹,环保,超轻材质,鞋底加厚有柔性,穿上踩得稳。不怕滑,走起路来不硌脚。
- 特别提醒:**
凡是报名领取者,另外获得价值1980元的富硒养生杯一套!
- 1.所有领取人员必须是60岁以上离退休人员,仅限本人领取,不能代领,每人一双,每户仅限2双。
 - 2.所有报名人员请携带身份证的复印件和退休证的复印件办理。
 - 3.所有领取人员请先打电话报名登记姓名、年龄及鞋码大小等信息,待鞋子到达后统一时间,统一地点,分批发放。
 - 4.所有领取人员请携带此样报办理报名, **需提前电话预约**,以便安排办理。
 - 5.已经参加过中华新健康援助者,谢绝申领。
 - 6.宁波地区仅限300份名额,夫妻陪同优先参加。

(公益领取·只送不卖)

活动时间:8月20日-8月22日

工作时间:早8:00-下午5:00

报名地址:江东区兴宁路42弄1号金汇大厦13层1307室

(中华新健康宁波办事处)

乘车路线:乘9、10、12、14、39、65、106、123、128、201、

350、360、369、505、509、511、512、514、560、633、753路

公交车到李惠利医院站下车

预约电话:0574-27619608