

中央军委举行晋升上将军衔仪式 习近平向张升民颁发命令状

新华社电 中央军委晋升上将军衔仪式11月2日在北京八一大楼隆重举行。中央军委主席习近平向晋升上将军衔的中央军委委员、中央军委纪律检查委员会书记张升民同志颁发命令状。

下午4时30分许,晋衔仪式在庄严的国歌声中开始。中央军委副主席许其亮宣读了中央军委主席习近平签署的晋升上将军衔命令。中央军委副主席张又侠主持晋衔仪式。

晋升上将军衔的张升民军容严整、精神抖擞来到主席台前。习近平向他颁发命令状,并同他亲切握手,表示祝贺。佩戴了上将军衔肩章的张升民向习近平敬礼,向参加仪式的全体同志敬礼,全场响起热烈的掌声。

晋衔仪式在嘹亮的军歌声中结束。随后,习近平等领导同志同张升民合影留念。

特朗普将首次 对中国进行国事访问

成为中共十九大之后访华的第一位外国元首

新华社电 美国总统特朗普将于11月8日至10日对中国进行国事访问,成为中共十九大之后访华的第一位外国元首。此间专家表示,此次特朗普应习近平主席邀请首次对中国进行国事访问,对中美关系意义重大,对世界有着深远影响。

“此次特朗普访华是一次承前启后、继往开来的历史性访问。”中国国际问题研究院院长苏格说,中共十九大是中国历史上十分重要的大会,确立了习近平新时代中国特色社会主义思想的历史地位,也明确了中国外交的总目标和方向。在这样一个关键节点,中美元首北京会晤将为两国关系赋予特殊意义。

今年以来,在两国元首战略引领下,中美关系实现平稳过渡。继海湖庄园、汉堡会晤后,此次将是习近平主席和特朗普总统的第三次正式会晤。“中美元首在过去一段时间通过会晤、通电话等保持了良好的沟通和互动。”国际关系学院国际战略与安全研究中心主任达巍说,这次会晤有助于推动两国元首维持良好的个人友谊和工作关系,继续为两国关系发展发挥顶层设计和战略引领作用。

当前,中美关系发展和各领域交流合作保持良好势头,两国元首在海湖庄园会晤时确立的四个高级别对话机制已全部顺利启动。达巍说,期待双方通过这次会晤,在朝核等重大战略性问题上达成更多共识,在经贸领域确定更多具体务实成果、更好造福两国人民。

据了解,中方将以“国事访问+”规格接待特朗普,除了包括检阅仪仗队、正式会谈、举办国宴等国事访问的“规定动作”外,还有一些特殊安排。专家表示,中美双方都高度重视此次访问,相关部门已经做了大量工作,相信访问会取得积极成果。

作为世界前两大经济体、最大的发展中国家和发达国家,中美两国和平相处、合作共赢不仅是两国人民之福,也是世界各国人民之幸。“中美两国合作虽然不能解决世界上的所有问题,但对解决重大世界性问题必不可少。”苏格说。



11月1日,在美国新泽西州帕特森,媒体在嫌疑人赛富洛·赛波夫的住所外等待。
 新华社发

纽约驾车撞人事件追踪 联邦调查局审问第二名嫌疑人

新华社电 美国纽约南区代理联邦检察官金俊玄(音译)1日宣布,将以支持恐怖主义罪等罪名对纽约曼哈顿驾车撞人事件嫌疑人赛富洛·赛波夫提起指控。

金俊玄在当天的新闻发布会上说,29岁的乌兹别克斯坦移民赛波夫面临支持恐怖组织罪和驾车故意伤害人罪两项刑事指控,前者可判终身监禁,后者可判死刑。纽约警察局负责情报和反恐的副局长约翰·米勒1日透露,赛波夫谋划数周,以极端组织“伊斯兰国”的名义实施了袭击。米勒说:“他看上去完全是按‘伊斯兰国’的网上指导去做的。”

美国联邦调查局此前发布通告,呼吁公众提供此案另一名嫌疑人、32岁的卡季罗夫的相关信息。据最新消息,这名男子已被找到,并接受了审讯,但他拒绝回答所有问题。

野山参怎么吃? 小剂量起步,逐步增加 疾病初愈和怕冷的人很适合,孕妇慎服

报社参茸直营店推出野山参后,几乎每天都有读者上门来购买。一支20年参龄的野山参,便宜的也就五六百元,大家的心情既新鲜又迫切。

能够看出来,不少老人家虽然嘴上不说,但恨不得回家一口气把野山参给吞了,然后第二天起来生龙活虎,神采奕奕。今天,我们来跟大家聊聊野山参的正确服用方式,怎么样吃出效果,吃得经济。



图为直营店等外参实物图



适合怕冷和大病初愈的人
 20年参龄,每支约600元

每人进补量不同 小剂量起步,慢慢增加

很多人都听过吃野山参流鼻血的故事,以为山参性热,这是误解。现代野山参用生晒方式加工,《中国药典》2000年版对它的药性已有定论:性平。不温也不凉,大补元气,扶正祛邪。

但为什么,有些读者吃了确实出现头晕、流鼻血情况呢?野山参权威专家方士福认为,关键是剂量出问题,一支参一口气吃完,剂量太大。每人每天服用剂量有个体差异,剂量太大,有副作用,剂量太小,不起效果。

先吃参须,然后主根 每日量在1克左右

国家级名中医汤金土教授则建议,一支参,不同部位的药效功力也不尽相同。相比而言,参须的功力较弱,最初的两三天,可以先吃参须,让身体渐渐适应。接着再吃支干,顺序是从下往上吃,分三段清炖吃,最后吃上面的老根。从量上说,一般每日量为1克左右。一支10克的参,建议花个把月吃完。这样人体才可以慢慢适应和有效

吸收。当然,炖人参也很有讲究,把人参放进有盖的盖碗中,外面隔水慢慢地炖。炖人参不能让它出气,人参里面有挥发油,是有效成分,所以不能像普通草药一样煎煎吃。人参微苦,可以稍许放一点桂圆,或者放点冰糖。吃过了人参,浓茶不能喝,萝卜不能吃,海鲜最好也忌口。

市民应牢记吃参从小剂量起步,没有不良反应,再加一点,如此摸索到自己的最佳剂量。或者先服用几天,然后停几天,然后接着服用。如果万一吃多了,也不用慌,可以吃一些萝卜化解。

“野山参虽好,但也不是灵丹妙药,”方士福说,中医认为山参也要常服才能“轻身延年”,不求立竿见影,但求水滴石穿,“心中无奢求,无论寒暑隔三差五地服用,成为生活习惯,效果最好”。

“人过四十,阴气自半”,颜面的荣华逐渐衰落,鬓发开始变白,出现衰老的迹象,从养生角度看,每年最好能够吃一到二支参。

疾病初愈,开刀出院元气大伤,体质虚弱,是使用野山参的好时期,大补元气,防止体虚复发,调补体质,充盈神气。但患病初期市民忌用,用则可能适得其反。

此外,体寒怕冷的老年人也是野山参的适宜人群。中医认为,体寒源于正气虚衰,“正气存内,则邪不可干”,则身体康健。

报社参茸直营店野山参来自于同仁堂山参金牌供货商,参龄在20年及以上。精品一等参580元/克起。等外参性价比非常高,适合自服进补。等外参因为采挖不慎,参体部分残缺,每克仅售168元。目前优惠价8折,折后134元/克,每支参也就五六百元。等外参盒装,每盒大多为三支,正好吃一年。