

2023 年山西省全民营养周活动在并启动

科学导报讯 记者隋荫 中国营养学会确定每年5月的第三周为“全民营养周”。5月14日,2023年山西省全民营养周暨“5·20”中国学生营养日主题宣传活动启动仪式在省城太原召开。启动仪式上解读了2023年全民营养周和“5·20”中国学生营养日传播主题,推广普及中国居民膳食指南核心信息,重点解读了《成人糖尿病饮食指南(2023年版)》《成人高脂血症饮食指南(2023年版)》《成人高血压饮食指南(2023年版)》《儿童青少年生长迟缓饮食指南(2023年版)》4个食养指南。

今年全民营养周传播主题为“合理膳食

食养是良医”;“5·20”中国学生营养日的主题为“科学食养 助力儿童健康成长”。

山西省科学技术协会党组成员、副主席王继龙说,全民营养周活动是贯彻落实国务院《健康中国行动(2019~2030年)》《国民营养计划(2017~2030年)》的重要措施。通过“全民营养周”和“5·20”中国学生营养日,深入推进合理膳食行动、学生营养改善行动,提高全民营养意识,提倡健康生活方式。

山西省营养学会副理事长兼秘书长赵海峰介绍,4个食养指南意义重大,一是充分发挥现代营养学和传统食养的中西医各方优

势,将食药物质融入合理膳食中,辅助预防和改善几类疾病。二是针对不同人群、不同地区、不同季节编制食谱示例,提出食养指导,提升膳食指导个性化和可操作性。三是依据现代营养学理论和相关证据,以及我国传统中医的理念和调养方案,推动中西医结合,传承传统食养文化,切实推进食养服务高质量发展。

据了解,本次活动将在一个多月的时间里,采用“线上+线下”的模式开展全省联动系列活动。线上,开展7场学术研讨会,共同讨论营养领域前沿话题;举办15场科普讲座,围绕食养、慢病、青少年、孕妇等各类疾病、人

群等不同主题,开展营养科普宣教及交流答疑工作;积极收集群众关注点、常见健康问题及营养误区,开展有针对性的科普讲座等。线下将通过营养讲座、咨询、义诊、科普资料发放、宣传栏建设等方式,深入社区、学校、企业、农村、家庭等,让更广大的群众近距离接触营养,提升健康素养,并切实学到健康生活方式的实用技能。

山西省卫生健康委员会、山西省科学技术协会、山西省营养学会、山西省人民医院等相关负责人出席会议并发表讲话,医院、疾控、高校、行业企业、新闻媒体、学生、营养师等各界代表参加了活动。

我国首个“中国零碳村镇示范村”落户芮城庄上村

科学导报讯 近日,运城市芮城县庄上村被全球环境基金、联合国开发计划署、农业农村部联合授予全国首个“中国零碳村镇示范村”称号。

中国零碳村镇促进项目是全球环境基金7期项目,旨在加快中国农村零碳转型与绿色发展。项目以村镇为试点,通过开发农村可再生资源,实现可再生能源对传统化石能源的全面替代。庄上村采用“屋顶光伏+储能+直流配电+柔性用电”的“光储直柔”发电系统为全村村民供电,年发电量达250万千瓦时,可节约标准煤约1000吨,除满足全村用电需求外,每年还可上网外送约210万千瓦时清洁电量。

郭东

山西申报国家旅游科技示范园区

科学导报讯 5月10日,省文旅厅发布消息,为推动科技赋能旅游,山西启动2023年国家旅游科技示范园区申报工作。

国家旅游科技示范园区面向旅游业开展科技研发或应用,以拓展旅游产品、丰富旅游业态、优化旅游服务、提升游客体验和满意度为目标,包括科技园区、产业园区、旅游景区、主题乐园、特色小镇等。申报单位需主业突出,特色鲜明,具有旅游和科技融合发展的良好基础,在全国范围内具有引领性和示范性,有持续的旅游科技研发、应用投入和良好的发展潜力等。省文旅厅在各市推荐基础上,将组织专家择优评选出2家单位向文化和旅游部推荐。

祁永峰

省城医疗专家走进左权义诊

科学导报讯 为深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,党的二十大精神,有力推动《全民科学素质行动规划纲要(2021~2035年)》的实施,5月14日,由山西省肿瘤医院、山西省心血管病医院、山西省眼科医院、太原市中心医院及太原市第二人民医院等医院组织的医疗专家走进晋中市左权县麻田镇武军寺村举办义诊活动。

针对村民们的不健康生活方式、疾病高危因素,专家进行了科普宣教,特别是对高血压患者服药依从性差的问题进行针对性指导。消化内科专家纪丕军教授和王海蓉教授亲自走进一位胃肠间质瘤患者家中进行会诊,就患者靶向药物的服用方法、频次、周期和医保报销问题进行详细解答。据统计,专家共为150多名乡亲进行了诊疗,其中发现高危肺结节患者1人、白内障患者5人、高血压15人、深静脉血栓1人、甲状腺癌1人。隋荫

亮点新闻 liangdianxinwen

山西焦煤西山煤电西铭矿修理厂“6S”及目视化管理初显成效

科学导报记者 王小静

“圆钢回收总计120m,尼龙销子260个再利用,改善收益1600元”“淘汰配件物品交旧,改善收益630元”……这是修理厂6s库房目视化整理表格中其中一个整改项目呈现的直观效益。表格上,整改区域、战绩、问题点、改善内容、前后对比图、改善收益等重点信息,直观展示着厂内整改活动的改善成果。5月5日,《科学导报》记者走进山西焦煤西山煤电西铭矿修理厂,在厂长樊世龙的带领下,参观了重新整顿后的两个库房,从打开库房门的那一刻,映入眼帘的规整有序,让人感受

着无处不在的细节……在1号库房门内侧,管理责任区责任人、库房平面图、库房明细表整齐明了跃然眼前,通过明细表红、黄、绿、灰、白不同色彩的标识使库房管理一目了然,若找手动工具,拿取人一看是在明细表B区绿

色标识处,转头进去就可以看到墙上的一处明显的绿色标识,在这个区域按编号、工具名称就可以很直观无误地拿到。

3号库房墙上库存物品明细表与货架上对应的加工件类别、编号、物品名称、型号、区域号——对应,对照明细表,同样能很直观地找到自己所需零件。更重要的是,还有根据不同形状设置的标准“样板”尺寸和量具,便于领取人员对尺寸核实时测量,避免工人们自行拿取因凭感觉误判拿错零件而造成二次拿取。

“通过6S及目视化库房提升特训营的学习后,修理厂随即开展了为期一周的库房对标提升活动,对库房安全摆放做了改革创新且制定了‘库房两定位存放法则’,将所学的团队协助精神及优秀案例运用到厂内实际工作中。整改后的库房整齐划一、库存明了,为日常的领取、存放工作提高了效率,节约了时间。”樊世龙表示,最初搞这项活动的初衷是想借此提升团

队协作意识,但在实施操作的过程中,高彩花和李桂英两位竞赛组长却以高度的工作热情和积极性带动各队组员将这项工作开展得如火如荼,成效显著。

高彩花和李桂英告诉记者:“1号库房结合工具使用的用途、频率、轻重进行了合理摆放,包括‘云母纸’的选用、镐把、锤把置物架都是利用废旧边角料自行加工而成,就连墙体、空间也进行了合理利用,所划分的安全区和备用区也为后续计划报备提供了便利。3号库房主要都是存放车床、刨床加工的一些用于井下辅助设施和标准化建设的非标件,种类繁多。”

对于今后这项工作如何持续开展,樊世龙表示,将继续以此活动为契机,乘势而为,顺应全矿精益化管理工作要求,持续深化“贴红牌作战”内容,形成氛围,以全员参与和整体环境的大改善,促使职工变被动为主动,养成“环境共创 全员守护”的良性思维。



“高科技武器”走进田间地头

科学导报记者 王元龙

5月9日,在万亩红枣园区,一架植保无人机在工作人员的操作下腾空而起,沿着600亩枣树园低空飞行,不断向枣树喷洒农药和叶面肥,植保坦克在地面同步开展作业。近年来,晋中市太谷区不断强化科技力量牵引作用,针对农户需求,运用现代化管理方式帮扶产业发展,“植保无人机+地面坦克”混合喷洒农药,目前已经帮助1000亩枣园完成示范性防治作业,取得了初步的防治效果,为秋粮丰产打下坚实基础。

视觉科学 shijuekexue

科学微评 kexueweiping

既是科普教育,更是爱国主义教育

陈城

5月10日晚,大雨过后的海南文昌龙楼镇和淇水湾海滩涌入了来自全国各地的游客。当晚,长征七号遥七运载火箭搭载天舟六号货运飞船,从位于这里的中国文昌航天发射场成功发射。这是中国空间站应用与发展阶段首次发射任务,也是长征七号火箭首飞七周年的第七次发射任务,因此吸引了不少民众前来观看。

发射当天,记者在进入龙楼镇的航天大道上,看到了悬挂着各省区市车牌的小客车涌入,还观察到大量大巴车搭载着众多游客进入这个海南东部的小镇,这一景象,在每次文昌执行火箭发射任务时都会出现。

数据显示,2016年文昌发射场首次执行任务时,就有近12万名游客进入文昌。这一数据还在持续增加——2019年长征五号遥三火箭发射任务,约有18.5万人涌入文昌;2022年“问天”实验舱发射当天,从全国各地进入龙楼镇的车辆就超过了20万辆,至少有超过50万人到龙楼镇观看火箭发射。

公众为何会对火箭发射如此感兴趣?这源于我国综合国力不断增强带给民众的自豪感。中国航天事业从零起步,到今日跃居世界前列,其发展历程正是国家经济水平和科技实力不断提升的一个缩影。从东方红一号卫星发射成功,到杨利伟作为中国航天员首次进入太空,再到2022年中国空间站全面建成。中国航天事业的每一个脚步,都被广大中国民众所关注,载人航天工程的每一次成功,都能够引来国人的欢呼雀跃。很多普通民众无法参与到航天事业的具体工作中,因而现场观看火箭发射、亲历和见证中国航天事业的每一个重要节点,就成为人们抒发对中国航天成就自豪之情的主要方式。

文昌航天发射场的每次发射任务,除了有大量航天爱好者、摄影爱好者前来观看外,还有无数家庭带着孩子前来观看。记者观察到,在游客最为集中的龙楼镇和淇水湾海滩上,从学龄前儿童到大中小学生的比比皆是。他们当中很多人都是第一次在现场观看火箭发射,他们对航天科技并没有十分细致的了解,但他们都知道我国拥有了自主建造的空间站、有大推力火箭“胖五”长征五号、有航天员在太空常态化开展工作……因而,他们就想要来到现场,亲眼见证火箭发射,因为在网络上观看直播“不过瘾”。

中国航天事业今日成就,是一代又一代人前赴后继的奋斗结晶。面向深空,航天事业需要无数新鲜血液带来全新想法,注入更多活力,以此不断突破瓶颈。这就需要在广大青少年心中种下科学梦想,现场观看运载火箭发射,是课本知识和视频直播所替代不了的。

这就是人们对火箭发射感兴趣的最直接原因,文昌成了近距离接触和感受大国重器和航天文化的最佳场所之一。在火箭发射倒计时阶段,现场观看的人群会自发齐声倒数读秒;在火箭点火升空之后,现场观看的人群会呐喊欢呼高唱歌曲;在火箭成为光点进入太空之后,龙楼镇上的居民还会点燃烟花庆祝……这是直观的科普教育,更是生动的爱国主义教育。这也昭示着中国航天事业现实辉煌、未来可期。

科学释疑 kexueshiyi

和手机不同,笔记本电脑最好充电使用

吴琼

在许多人的印象中,笔记本电脑和手机一样,只有在快没电时才需要充电。不过,最近“原来笔记本要一直充电使用”的话题登上热搜榜,一些网友表示“原来自己用错很多年”。

有人会问,是因为在笔记本刚刚面市时,其使用的大多数是镍镉电池、镍氢电池,它们都存在“电池记忆”的问题:当镍镉电池、镍氢电池在多次没有完全充电或放电情况下又被充满电就会产生“记忆”,此后电池就会以越来越低的水平充电,使电池容量出现断崖式下跌。因此,许多人会觉得“笔记本电脑插电使用会导致电池不耐用”。

不过,随着技术进步,现代笔记本电脑普遍采用锂离子电池。

“现在市场上常见笔记本电脑的电池大多是锂离子电池,其工作原理是在电池内部的正极和负极之间通过电解质传递离子,进而产生电能。”中国地质大学(北京)数理学院副教授孟德忠在接受采访时表示,锂离子电池有充放电次数限制以及自放电现象(闲置不用也会损耗电量的现象),同时其性能受温度的影响较大。

在插电情况下,笔记本电脑不需要从电池中抽取电能,这样可以避免对电池造成过大的损耗。如果笔记本电脑长时间不使用,建议将电池的电量保持在50%~80%。因为长时间处于满电或低电状态,都会对锂离子电池造成损伤。

插电使用还有一个好处,就是可以让笔记本电脑的性能达到最佳。因为当笔记本电脑自身的电池功率不足以支持其满负荷工作时,就可能会出现比如游戏画面降质、视频卡顿、大型程序无法运行等问题,并且对电池寿命的折损也很大。因此,为了发挥处理器、显卡、内存的最佳性能,插电使用其实是很必要的,也不会伤害电池。

云计算营销管理专家杜士峰:推动云计算构建云上数字新世界

2022年10月,F5发布了分布式云服务,这是一款基于SaaS的分布式安全和计算服务的云服务,自此F5在面向SaaS化转型的道路上迈出了坚实的一步,这个SaaS服务的推出也充分展现了F5在多云管理、安全以及分布式架构等技术领域积累的技术实力。近日,笔者有幸采访了F5中国分布式云服务的业务总经理杜士峰。

步履登云,扬起云计算风帆

据杜士峰回忆,他与云计算的渊源可以追溯到2010年。彼时,云计算在全球市场初露端倪,Salesforce、Workday等新一代的应用软件公司开始在SaaS化的企业管理软件上发力。时任SAP中国合作伙伴生态系统总监的他敏锐地察觉到这是对传统企业软件市场的一个巨大颠覆,也是以云服务方式交付软件和应用的巨大机会。他当时在SAP建立了中国最大的企业应用软件生态系统,使SAP成为中国领先的ERP软件提供商。在SAP中国的这段经历,也为杜

士峰打开了助力企业实现数字化转型的职业路径。

“与Accenture、德勤等优秀的合作伙伴合作推动ERP在中国企业客户的推广经历,以及软件即服务、技术架构即服务的新一代技术的发展,让我意识到,未来必然是云计算的时代。”杜士峰说道。在这个认识下,杜士峰对云计算产生了浓厚的兴趣,凭借其卓越的成就和企业市场丰富的经验,他在离开SAP后加入了全球最大的云计算服务商之一亚马逊AWS,并在之后加入面向云计算转型的应用交付领域的全球领导者F5中国。

谈及从业多年的成就,杜士峰表示,数字是最好的证明。首先是“1”:在AWS中国,他是生态合作伙伴团队的第一位员工,而在F5中国,他也是推动全面向云计算转型的第一人。在两大公司发展平台,都是从0到1开始建立并发展公司的SaaS业务,也使得AWS中国成为中国SaaS市场领域的领先者,让F5中国建立了新的发展增长点。其次是10,

杜士峰在AWS中国组建的SaaS业务在经历了早期从0到1的发展后,逐渐进入到快速复制的发展阶段,在短短几年间拓展了数百家SaaS业务客户,联结了上百万家客户使用的SaaS服务运行在AWS平台上,带来年销售收入数千万美元。

如今,在F5中国,杜士峰正书写着属于新的光辉篇章。据了解,在他的领导下,F5中国在过去两年的成绩令业界瞩目——云业务提升300%+,合作伙伴主导业务提高55%,渠道软件业务也实现了超过200%的增长,其优秀的业绩成为所在领域的佼佼者,也让F5的转型成为领先者。

然而,最令杜士峰深感自豪的是其推动业务合作的生态企业。杜士峰坚信,开放、共享、互惠互利方能实现共赢的理念,在其过往的经历中,与阿里云、腾讯、AWS等领先的云计算企业达成合作,与Dell、NTT、华讯、神州新桥等企业深化合作,助力金蝶、Infor、亚信科技等企业实现SaaS化转型,这些经历均是这一理念的具体体现。

拿云捉月,登顶云计算珠峰

正因为杜士峰在推动中国云计算发展所作出的贡献,以及助力众多企业和产业加速数字化发展进程所取得的成就,在“中国数字生态英雄会”的评选中,他荣登“2020中国数字生态英雄榜”,被评选为“2020中国数字生态精英”,并在SICTO主办的中国企业年终评选中,再次斩获“2022年度IT行业云计算影响力人物奖”。

云程发轫,展望云计算之年

据网络流量数据网站SimilarWeb统计,ChatGPT的全球访问量在2023年4月再创新高,达到17.6亿次,作为长在云计算上的“数字原生”人工智能,ChatGPT体现出了AI应用对于云计算的海量算力需求。面对这一契机,杜士峰坦言:“在风起云涌的云计算市场,F5之所以能在全全球多云管理领跑,依靠的依然是创新、开放与共赢,因此,我们将在中国继续加大投入,在云计算的新赛道里为中国的发展贡献力量。”王霞