

林郑月娥及特区政府主要官员撰文:担起维护国家安全重任

新华社香港7月5日电 香港特区行政长官林郑月娥及特区政府主要官员5日在香港《文汇报》发表文章表示,香港国安法的立法在完善香港维护国家安全的法律和完善“一国两制”制度体系上迈出了历史性的一步,他们定当竭尽所能做好工作,全力配合相关法律实施,并相信香港民众在充分理解香港国安法后,必将对香港的未来更加充满信心。

林郑月娥在文中指出:我们捍卫的是国家主权、安全和领土完整,维护的是全国人民的福祉,执行的是一部全国性的法律。在这历史性时刻,我能领导香港特别行政区维护国家安全委员会和特区政府,担负维护国家安全的任务,使命光荣,责任重大。

她强调,特区政府会竭尽所能,履职尽责,与国家安安全事务顾问和驻港国家安全公署通力合作,建立健全香港特区维护国家安全的法律制度和执行机制,确保“一国两制”行稳致远,香港长治久安。

香港特区政府政务司司长张建宗表示,香港国安法的颁布和实施为香港打下强心针,势必扭转过去一年的乱局,让香港恢复稳定,重回正轨,确保香港长治

久安,“一国两制”行稳致远。在目前全球政治经济形势复杂多变的环境下,正确教育下一代国家观、历史观、民族情怀,以及正确价值观的工作至为重要。与此同时,需要加强国家安全教育,增强市民尤其青年人对国家安全的意识,凝聚社会维护国家安全的力量。

香港特区政府财政司司长陈茂波表示,市场的运作,需要明确的规则来规范;国家的安全,需要适切的法例来维护。安全稳定的环境,是方便营商、吸引投资、汇聚人才的关键要素,是维护国际金融中心地位的大前提,也是经济和社会持续发展、市民安居乐业的必备条件。过去一年的社会事件,令香港动荡不安;暴力冲击、分离主义,损害了香港安全稳定的国际形象,削弱了国际投资者对香港的信心。实施香港国安法,是要避免社会再次陷入持续不息的动荡、恢复社会秩序、保障公共安全。

香港特区政府律政司司长郑若骅表示,香港国安法为香港防范、制止和惩治危害国家安全的违法行径作出了明确的规定,并提供了清晰的法律基础,有助于维护国家安全。香港国安法具备独特和创新的组

织法、实体法和程序法,订明了香港应当遵从的重要法治原则以及依法保护香港居民的权利和自由。“一国两制”的初心,正是维护国家主权、统一和领土完整,让香港可以迈向长期繁荣稳定。她会继续领导律政司全力履行维护国家安全的职责。

香港特区政府保安局局长李家超表示,他会带领六个纪律部队全力支持香港国安法在香港有效实施,履行应有职责,竭力维护国家安全,让社会远离暴乱,实现长治久安,经济及民生重回正轨,确保香港长期繁荣稳定。他及各纪律部队肩负重任,必定全力以赴支持和全面配合香港国安法的落实工作,确保有关法律有效实施。

香港特区政府环境局局长黄锦星、劳工及福利局局长罗致光、运输及房屋局局长陈帆、食物及卫生局局长陈肇始、商务及经济发展局局长邱耀华、发展局局长黄伟纶、教育局局长杨润雄、公务员事务局局长聂德权、创新及科技局局长薛永恒、政制及内地事务局局长曾国卫、民政事务局局长徐英伟、财经事务及库务局局长许正宇也都表示,将竭尽所能做好工作,确保相关法律在香港有效实施,竭力维护国家安全。



我国成功发射试验六号 02 星

7月5日7时44分,我国在酒泉卫星发射中心用长征二号丁运载火箭,成功将试验六号 02 星送入预定轨道,发射获得圆满成功。

新华社发 单彪/摄

从“灭”毒瘾到“燃”希望

——安徽合肥政府购买服务开展社戒社康工作见闻

□新华社记者 陈诺

7月3日,安徽省合肥市天气阴沉,29岁的小航(化名)却迎来人生的一缕“阳光”。他在社工陈德文的见证下签字,结束了自己三年的社区戒毒生活。很难想象,这个热情、壮实的年轻小伙曾被毒品折磨得形销骨立。2013年他在朋友的怂恿下接触毒品,便陷入人生的泥潭。吸毒一度导致他记忆力衰退,情绪失控。2017年,小航被执行社区戒毒。

从小在单亲家庭长大的小航一度自卑甚至自闭,直到陈德文来到身边。戒毒期间身心的煎熬、工作生活上的诸多不顺,他都在陈德文那里找到了倾诉的出口。小航告诉记者,陈德文从来说教,遇事先静静地听,再帮小航耐心分析,“她是亦母亦友般的存在,每一次沟通都深入心坎。”

陈德文代表的是一支社区戒毒社区康复工作的新力量。过去,相关工作由乡镇、街道具体负责,人少事多,基层力不从心,一些戒毒康复人员消极应对政府的管理和服务。合肥市公安局禁毒支队三大队大队长吴余洁透露,2016年之前,当地戒毒康复人员脱管失控、肇事肇祸等情况时有发生。

2016年,合肥市在安徽省率先推行政府购买社区戒毒社区康复服务的工作模式,让专业的人做专业的事。截至今年3月,当地累计投入专项资金540万元,引进5个专业社会组织的100余名社工,对接全市1700余名戒毒康复人员。

据介绍,社工们每月至少进行一次家访,观察戒毒康复人员的工作、生活和家庭情况,提供科学专业的戒毒服

务。陈德文所属的合肥市方圆社会工作事务所,承接了当地瑶海区、庐阳区等地的社区戒毒社区康复服务工作。事务所负责人刘学林告诉记者,他们引进了毒品检测精度更高的毛发检测设备,并运用心理学方法帮助戒毒康复人员戒除“心瘾”。

社工的介入更让不少戒毒康复人员重燃生活的希望。合肥市包河区葛大店社区的小木(化名)戒除毒瘾后,想找份工作。然而因其文化程度不高,求职屡屡受挫。社工杨大伟得知情况,与社区街道对接沟通,帮小木留意工作机会。最近,在杨大伟的帮助下,小木和母亲在家门口的夜市支起了凉皮摊,第一晚便进账300多元。“戒毒后的日子,是一天比一天好了。”小木说。

目前,合肥市社区戒毒社区康复人员管控率达99.8%。合肥市公安局提供的数据显示:2017年至2019年,当地戒断三年未发现复吸的人数逐年增长,而新发现吸毒人员数量逐年减少。

“我的人生翻篇了。”小航告诉记者,他准备考个维修电工职业资格证书,“今年好好工作,还想谈个对象。”

(新华社合肥7月5日电)

中芬合作研究揭示燕麦及黑麦麸对健康的益处

新华社赫尔辛基7月4日电(记者 朱昊晨)一项中国和芬兰合作的研究项目揭示了燕麦和黑麦麸纤维促进肠道中有益微生物生长的机制。

芬兰研究人员3日说,在由东芬兰大学、芬兰国家技术研究中心和香港大学生物科学学院联合进行的这一项目中,小鼠被分别喂食富含燕麦或黑麦麸的高脂饮食,最终结果表明燕麦能够增强小鼠肠道中的乳酸杆菌属,黑麦麸则提高了肠道中的双歧杆菌属水平。

动物肠道中数量庞大的微生物被称为肠道菌群。此前人们已知膳食纤维会引起肠道菌群功能的改变,从而调节肠道环境,但具体调节与代谢路径和机制在很大程度上尚未清楚。据介绍,这项研究确定了补充燕麦和黑麦麸纤维后肠道菌群产生的代谢产物的差异,以及如何与宿主在代谢中产生不同的相互作用。

研究发现,燕麦会影响胆汁酸受体的功能,黑麦麸会改变胆汁酸的产生过程,从而以不同方式改善人体内胆固醇的代谢。两者都可以减轻与脂肪肝等疾病相关的肝脏炎症,并抑制体重增长。

东芬兰大学教授马尔尤卡·科莱曼宁在接受新华社采访时表示,这项研究或将促进提供单独的燕麦或黑麦麸纤维成分产品的面世,而摄入这两种纤维的好处还包括能增加人体内其他有益物质。

在芬兰,燕麦和黑麦是深受人们喜爱的食物。黑麦面包是芬兰传统特色食品。



2020 维也纳电影节开幕

7月4日,观众们在奥地利首都维也纳市政厅广场内场一个个独立小区域内观看维也纳电影节开幕电影——贝多芬的歌剧《菲岱里奥》。7月4日晚,2020维也纳电影节在奥地利首都维也纳市政厅广场开幕。今年,该电影节为了做好防疫措施,将内场区域划分为一个个独立的小区域,以便让市民们保持距离。 新华社记者 郭晨/摄

政党携手抗疫为中阿命运共同体注入新内涵

□新华社记者 程帅朋

中国—阿拉伯国家政党对话会专题会议不久前以视频会议方式召开。面对突如其来的新冠肺炎疫情,中阿守望相助、共克时艰,谱写了共建中阿命运共同体的新篇章。

作为中国和阿拉伯国家党际合作的新机制,中阿政党对话会于2016年和2018年先后举行过两届,共建中阿命运共同体、助力“一带一路”建设始终是对话会的重要主题。在全球新冠疫情蔓延的背景下,中阿政党积极开展抗疫合作,为共建中阿命运共同体和人类卫生健康共同体作出生动诠释。

烈火炼真金,患难见真情。中阿政党携手抗疫,既有艰难时刻的慰问声援、雪中送炭,也有反对将疫情政治化的共同行动。

在中国抗击疫情最艰难时刻,摩洛哥、埃及、黎巴嫩和伊拉克等国的重要政党纷纷发来函电,向中国共产党表示慰问和声援。摩洛哥公正与发展党总书记、首相奥スマ尼不仅发来慰问信,还专门录制声援视频,表示与中国党、政府和人民站在一起。埃及祖国未来党主席和对外关系事务部所有人员全部出镜,录制视频声援中国抗疫……

投我以木桃,报之以琼瑶。当疫情在阿拉伯国家蔓延时,中国毫无保留分享抗疫经验。阿拉伯国家60个政党收到中国共产党发去的疫情防控和诊疗方案,“新冠肺炎防控指南”系列短视频和中国复工复产有关做法为阿拉伯国家应对疫情提供借鉴。中国共产党还向叙利亚复兴党、统一叙利亚共产党、突尼斯复兴运动以及黎巴嫩、吉布提等国政党提供抗疫物资援助,助力各国抗疫。

疫情就像一面镜子,既映照出中阿政党合作抗疫的暖心场景,也能照出一些国家“甩锅”推诿、将疫情政治化的丑恶嘴脸。

当一些人别有用心地诋毁“中国病毒”“武汉病毒”之时,中阿政党坚决反对。为反制这股罔顾国际道义和病毒命名国际规范的逆流,中共中央对外联络部起草《世界政党关于加强抗击新冠肺炎疫情国际合作的共同呼吁》,得到50多个阿拉伯国家政党的踊跃响应和支持。

在中阿政党对话会特别会议上,中国共产党和阿拉伯国家68个政党、政治组织代表明确表示,团结合作是战胜疫情最有力的武器,反对将疫情政治化、病毒标签化,呼吁各国加强抗疫合作和政策协调。

中阿政党还着眼未来,期待后疫情时代加强双方交流,推动“一带一路”合作。中阿政党对话会专题会议发表的共同宣言宣布,未来3年,中国共产党每年将邀请200名阿拉伯国家政党领导人来华访问。2021年将召开第三届中阿政党对话会。

疫情期间,中国和阿联酋、科威特等阿拉伯国家排除困难、通力合作,“一带一路”倡议下的一些能源、基建合作项目取得重要进展。后疫情时代,中阿在“一带一路”框架内的各项合作必将结出更多硕果。

阿拉伯谚语说,“患难见真知”。中阿政党携手抗疫,相互支持,用实际行动践行了构建中阿命运共同体的郑重承诺。经过携手抗疫的洗礼,中阿战略伙伴关系的基础将更加牢固,人民友谊将更加深厚,合作前景将更加光明。 (新华社北京7月5日电)

新华国际
时评

高考临近太焦虑？心灵“小贴士”请收好

□新华社记者 刘惟真

高考“发令枪”即将打响。随着考期临近,不少考生都存在着不同程度的紧张和焦虑情绪。即将应试的考生应如何调适心情、发挥出自己的正常水平?不妨试试这份专家开出的“心理处方”。

考前:创造安心迎考环境

由于疫情期间复习计划受到影响、自主学习时间增长,不少考生担心自己学习效率下降,可能会影响高考成绩。此外,考前出现焦虑、不安等情绪的情况在考生中也较为普遍。

“适度的紧张,能够促进考生在考场上正常发挥。考生和家长需要正视负性情绪,并积极对其进行调节。”天津市精神卫生中心儿童青少年心理康复部主任李宁宁说。

“大考”临近,天津大学心理健康教育中心副主任许欣建议,家长应从环境、生理、认知、情绪和行为等方面帮助孩子调节考前状态。

许欣介绍说,“清单管理”“情境模拟”等方式能够增强考生对环境的掌控感,有效缓解心理压力。“可以提前准备好考试证件、文具、口罩等用品,并对前往考场的路线、各科考试的时间等进行模拟和‘预演’,让考生提前适应考试流程,在安心、熟悉的环境下参加考试。”许欣说。

李宁宁表示,考生考前需调节好生物钟,才能以最佳状态应试。“要保证充足的睡眠时间,尽量避免‘开夜车’复习。此外,每天可以进行40分钟到1小时的体育运动,适当锻炼有助于减轻压力,提高效率。”

考中:积极调整自身情绪

专家建议,考试期间,考生可以通过调节呼吸、进行积极的自我暗示等方式,及时缓解焦虑情绪。

“在考场上感觉心情紧张、心率加快时,考生可以通过腹式呼吸法让自己平静下来,还可以采取轻轻拍打肩颈肌肉等方式,让身体得到放松。”许欣说。

家长 and 教师对考生的心态调节发挥着重要作用。专

家提醒,家长和教师要调整好自身状态,不要批评责备、把焦虑情绪传递给考生。

“要关注考生的心理感受,多倾听他们的心声,通过共情和陪伴起到安慰、支持的作用。”李宁宁说。

考后:悦纳自我展望未来

高考结束后,部分学生会长时间上网翻找题目、查询答案,产生情绪波动。专家提醒,考生和家长要能够给信息按下“暂停键”,避免出现“信息过载”现象。

“家长和学生不需要过度对高考成绩感到担忧,要辨别信息来源、适度查阅相关信息。可以通过到户外放松、收听自己喜欢的音乐等方式,平稳进行‘考后过渡’、缓解负性情绪。”许欣说。

许欣表示,在疫情期间举行的这场高考不仅是考生面临的重要挑战,更是一段难得的人生经历。考生和家长应充分对自己在备考过程中付出的努力给予肯定,并用坦然的心态翻开“新篇章”。 (新华社天津7月5日电)