

国家移民管理局自5月6日起正式实施便民利企出入境管理若干政策 出入境证件补换发可“全程网办”

记者日前从国家移民管理局新闻发布会上获悉,为服务促进高水平对外开放,进一步便利内地人员出入境,国家移民管理局决定自2024年5月6日起正式实施便民利企出入境管理若干政策措施,首次实现内地居民换发补发出入境证件“一次都不跑”。

这些政策措施主要包括,试点实施换发补发出入境证件“全程网办”,北京、上海等20个试点城市16周岁以上户籍居民(国家工作人员和现役军人除外)换发补发普通护照、往

来港澳通行证、往来台湾通行证,可以通过国家移民管理局政务服务网上提交申请。创新优化商务人士赴港澳政策,内地居民申办赴香港、澳门商务签注,可以在全国任一公安机关出入境管理窗口提交申请,多次商务签注申请人可以使用智能签注设备,实现“立等可取”;赴港澳商务签注持有人在港澳地区停留期限由7天延长至14天。扩大赴港澳人才签注政策实施范围,将内地居民赴港澳人才签注政策由粤港澳大湾区扩大至北京、上海两

地;在北京、上海工作的六类人才可以申办有效期1至5年的多次赴港澳人才签注,每次在香港或者澳门停留不超过30天。创新推出赴澳门1年多次“其他”类签注,为赴澳门参展、就医或从事演艺等活动的内地居民签发上述签注,其中赴澳门就医的允许1至2名陪护人员随同申办同类型签注。服务便利“琴澳旅游团”人员多次往返琴澳,为参加“琴澳旅游团”的内地居民签发专门团队旅游签注,参团人员入境澳门后,7日内可以“团进团出”方式经横

琴口岸多次往返横琴与澳门。

国家移民管理局相关负责人表示,上述政策措施涵盖丰富办证方式、优化申办手续、延长停留期限、满足多样旅游需求等多方面,对增进民生福祉、激发市场活力、优化营商环境、助力塑造更高水平开放型经济具有重要意义。下一步,国家移民管理局将持续推进移民管理服务改革和政策制度创新,全力营造更佳更优的移民管理服务环境,为高质量发展注入新活力新动能。

据新华社

因湖南和广东地区暴雨 京广铁路停运62趟列车

广铁集团4月29日宣布,因湖南和广东地区暴雨,4月29日至5月1日京广、京九普铁和京广高铁的部分列车将出现不同程度晚点,广铁集团计划停运京广铁路普速列车62列。

对具体停运车次和相关信息,请广大乘客密切关注12306网站信息或铁路部门公告。广铁集团表示,待此轮暴雨影响结束后,铁路部门将视客流需求情况加开列车。

高客流量和暴雨给五一假期出行带来挑战。“从12306候补数据来看,今年出行需求非常火爆,最高日候补量较去年同期增长156%。”广铁集团客运部营销科科长谢潮方说,今年五一假期,广铁集团预计将发送旅客2020万人次,同比增加65.3万人次。广铁集团将日均开行旅客列车3075列,运力已趋于饱和。

据新华社

“夸父一号”新发现100多例太阳白光耀斑

中国科学院紫金山天文台29日通报,我国综合性太阳探测专用卫星“夸父一号”(ASO-S)发射一年多以来,已经观测到100多例太阳白光耀斑。这一观测远超过此前对白光耀斑发生频率的预期,对进行空间天气预报等具有重要科学意义。

太阳白光耀斑是在可见光连续谱辐射表现出增强的一类耀斑。这类耀斑通常能量较高,它们的出现会对空间天气产生影响,如造成地面通信故障或中断、干扰航天器正常运行等。

在“夸父一号”卫星上天之前,人类仅观测并报道了300例左右太阳白光耀斑事件,这对耀斑爆发总量来说比例很低。

“夸父一号”卫星团队通过对2022年10月至2023年5月发生的205个能量较高的耀斑进行分析,识别出49例白光耀斑,白光耀斑发生率为24%,



远高于此前观测到的数据。随着太阳活动峰年的到来,越来越多的耀斑被识别为白光耀斑。截至2023年12月底,已有120余例白光耀斑被“夸父一号”上的白光太阳望远镜(WST/ASO-S)观测到,这为探究白光耀斑的物理本质提供了样本。

“夸父一号”的观测数据表明,白光耀斑并不像之前人们认识到的那样罕见。下一步,卫星团队将继续结合其他卫星的多波段观测,全面研究白光耀斑,为我国空间天气预报提供理论依据。”“夸父一号”首席科学家、中国科学院紫金山天文台研究员甘为群说。

“夸父一号”是我国综合性太阳探测专用卫星,于2022年10月9日发射,2023年9月正式交付给中国科学院紫金山天文台管理,目前正处于在轨科学运行阶段。自卫星发射以来,已记录到大约600TB的原始太阳观测数据,为后续研究提供了丰富的素材。

据新华社

五一假期小客车 上高速继续免费

五一假期临近。记者29日从交通运输部获悉,今年五一假期,七座以下(含七座)小型客车通行收费公路继续施行免收通行费政策,免费通行时段为5月1日0时至5月1日24时,共5天时间。

据新华社

东风着陆场准备迎接 神十七航天员“回家”

神舟十七号航天员乘组计划于4月30日返回东风着陆场。记者从东风着陆场了解到,返回当天气象条件完全满足任务要求,着陆场已做好搜救准备,迎接飞天英雄“回家”。根据计划,神舟十七号载人飞船将采用5圈快速返回方案,经历制动离轨、自由滑行、再入大气层、开伞着陆等阶段。

据新华社

家长“乌龙”护眼行为频发

爱尔眼科专家呼吁:科学护眼才是硬道理

万物生长的盈盈春日是小朋友长高的黄金期,也是眼轴增长的关键期,眼轴控制不住,近视度数也会“蹭蹭蹭”地增加。家长们拿着孩子的“视力成绩单”发愁,纷纷使出各种护眼奇招。

然而,一些家长的护眼行为却显得颇为“乌龙”,不仅无法有效保护孩子的视力,还可能带来其他不良影响。在此,烟台爱尔眼科医院副院长康烨呼吁各位家长朋友们:一定要科学护眼,理性对待孩子的视力保护问题。

护眼产品轮番上阵,内补外敷大动干戈

有些家长认为,多吃胡萝卜对孩子视力好,于是顿顿为孩子打造胡萝卜盛宴,让孩子苦不堪言。另一方面,目前市场上充斥着各种护眼产品,如护眼按摩仪、护眼贴等。一些家长盲目相信这些产品的功效,希望通过购买和使用这些

产品来保护孩子的视力。然而,这些产品的实际效果往往未经科学验证,过度依赖可能产生不必要的经济负担,甚至对孩子的眼睛造成潜在伤害。

事实上,科学护眼讲究方法,“一增一减”才是关键。康烨提醒:

科学防控近视记住四字口诀:“一增”是指增加有效的户外暴露时间,沐浴阳光刺激多巴胺的分泌可预防近视,每天保证两个小时以上的户外活动。“一减”则是减少近距离用眼负担,每20分钟,远眺6米外的物体20秒以上。

护眼奇招千篇一“绿”,方法用错皆是徒劳

家长们为了孩子的眼睛健康,不惜花费大量金钱和精力寻找解决方案。其中,有一种广为流传的观点是,多看绿色对眼睛有益。于是,一些家长便在家中摆放大量绿色植物,甚至不惜花费巨额资金将植物园搬进家中,以期为孩子创造一个“绿色”的学习环境。

然而,这种做法是否真的有

助于预防孩子近视呢?事实上,这恰恰反映出家长们对于近视问题的焦虑和误解。绿色植物确实能够缓解眼睛疲劳,但这并不意味着将家中布置成一片绿色就能完全避免近视。

康烨提醒各位家长:不要过度焦“绿”,绿色和近视防控并没有直接关系,提倡多看绿色植物,

实际上是要孩子通过眺望远处来放松眼睛,这并不意味着只要家中摆放了绿色植物,就可以让孩子眼睛得到放松。家长们应该理性看待绿色植物对眼睛的好处,不要盲目跟风,更不要将其作为解决近视问题的唯一方法。要想真正预防孩子近视,需要从多个方面入手,综合施策。

暗中观察疑神疑鬼,化身侦探反复琢磨

近视问题日益严重,家长们对孩子的视力健康忧心忡忡。为了验证孩子的视力状况,家长们不惜化身为侦探,寻找各种线索。在日常生活中,家长们时刻观察着孩子的行为举止,一旦发现孩子眯眼、凑近看东西,便会紧张地猜测孩子是否近视了。他们会反复琢磨,试图从孩子的言行举止中寻找答案。这种暗中观察、疑神疑鬼的状态,让家长们陷入了深深的焦虑之中。

康烨提醒各位家长:这种高度紧张的状态对于孩子们来说也是一种负担。长期的焦虑和担忧可能会影响到他们的心理健康,甚至影响到亲子关系。因此,家长们需要学会调整自己的

心态,理性对待孩子的视力问题。孩子近视的早期症状有7种:经常看东西的时候眯眼睛、离得很近、皱眉头、拉扯眼角,经常揉眼睛、眨眼睛、歪头斜眼地看,如果发现孩子有以上症状,要及时去专业眼科医疗机构作进一步检查,不要盲目焦虑。

保护孩子视力是一项长期而艰巨的任务,需要家长们的耐心和智慧。在面对孩子的视力问题时,家长应摒弃奇葩的护眼行为,以科学的方法为指导,切实保护孩子的视力健康。同时,我们也希望社会各界能共同关注青少年视力问题,共同为孩子们创造一个更加健康、光明的未来。

(唐寿锐 刘颖)