

水利部安排部署 端午节假期强降雨防范应对工作

央视网

据预报,5月30日至6月2日,我国西北东南部、西南东部、江南、江淮西南部、华南西部中部及湖北等地将有一次强降雨过程,其中湖北东部南部、安徽中部南部、湖南北部、江西北部、江苏南部、上海、浙江北部、贵州东南部等地部分地区将有暴雨到大暴雨。受降雨影响,长江流域上游支流乌江、中下游沿江、汉江下游,洞庭湖湖区及澧水、沅江、资水、湘江,鄱阳湖湖区及饶河、信江、抚河、修水、赣江;珠江流域北江及西江支流柳江、桂江;浙闽地区钱塘江

及太湖周边等河流将出现明显涨水过程。暴雨区内部分河流可能发生超警洪水。

此次降雨过程覆盖范围广、局地雨强大,易引发中小河流洪水、山洪等灾害,加之适逢端午节假期,山区景区、滨河景点等地人员可能聚集,加大灾害风险。水利部高度重视此次强降雨防范应对工作,5月29日组织专题会商研判,作出针对性安排部署,要求相关流域管理机构和地方水利部门压实防汛责任,预置防御措施,全力保障人民群众生命财产安全。一是加强预报预警,密切监视天气变化和雨情汛情发展,滚

动预报,及时发布预警信息。二是强化水库安全度汛,严格落实水库“三个责任人”和“三个重点环节”,加强中小水库、病险水库巡查防守。三是严防山洪灾害,落实预警“叫应”措施,抓好“谁组织、转移谁、何时转、转何处、不擅返”五个关键环节。四是加强中小河流洪水防御,针对强降雨区中小河流洪水陡涨陡落特点,突出加强险工险段、低洼地段的巡查防守,强化监测预警和人员转移避险等措施,紧盯端午节龙舟赛等水上活动,确保人员安全。五是落实在建工程安全度汛措施,确保施工人员和在建工程安全。

继续下降！ 中国 15 岁及以上人群现在吸烟率为 23.2%

新华社 李恒

2024 中国成人烟草调查结果显示,中国 15 岁及以上人群现在吸烟率为 23.2%,继续呈现下降趋势,与 2022 年比,下降 0.9 个百分点,控烟工作取得积极成效。

这项调查结果是在 5 月 29 日由国家卫生健康委规划司和北京市卫生健康委主办的第 38 个世界无烟日暨《北京市控制吸烟条例》实施十周年现场活动上发布的,今年世界无烟日活动主题为“拒绝烟草诱惑,对第一支烟说不”。

近年来,我国控烟宣传覆盖面持

续扩大,公众对烟草危害的认知明显提升。调查结果显示,63.9%的调查对象过去 30 天内看到过控烟信息。调查对象过去 30 天内在互联网上看到过控烟信息的比例为 40.1%,与 2022 年比,上升了 5.1 个百分点。28.3%的调查对象知晓吸烟会引起肺癌、心脏病、中风和阳痿,与 2022 年比,上升了 8.2 个百分点。44.2%的调查对象知晓二手烟会引起肺癌、儿童肺部疾病和成人心脏病,与 2022 年比,上升了 7.1 个百分点。

根据调查结果,我国 15 岁及以上吸烟人群的戒烟率为 22.6%,与 2022 年

比,上升了 0.2 个百分点,年龄越大戒烟率越高。此外,无烟环境建设成效持续巩固,居民二手烟暴露率进一步下降。多部门协作推动控烟工作力度进一步加强,全社会支持控烟氛围日益浓厚。

该调查是由国家卫生健康委在全国 31 个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团组织开展的,中国疾控中心承担国家层面的技术指导工作。该调查采用入户形式,由调查员通过面对面询问的方法进行数据采集,覆盖全国 320 个监测点(县、区、市、旗、团),调查过程采取了严格的质量控制措施,共计完成有效问卷 199684 份。

2025 中国大运河文化带京杭对话活动启幕

5 月 29 日,2025 中国大运河文化带京杭对话配套活动“河之端”龙舟赛在北京市西城区什刹海进行,杭州市龙舟队在比赛中。

当日,2025 中国大运河文化带京杭对话在北京大运河博物馆开幕。据介绍,活动以“千帆竞发 运河通济”为主题,采用“1+1+5”模式,1 个主会场——通州区,1 个特色分会场——西城区,东城、朝阳、海淀、顺义和昌平 5 区作为拓展区,通过“赛、会、展、演、秀”等形式,让市民游客感受大运河的文化魅力,从不同角度展示大运河沿岸城市的文化风情、科技创新及城市风貌。

新华社 鞠焕宗 摄



中高考即将来临,这份考前“心理指南”请收好

新华社 张建新 栗雅婷

中高考日益临近,有的考生可能会出现紧张、心情压抑、睡眠不佳、食欲异常等情况。专家表示,迎考出现紧张焦虑的情绪属于正常现象,考生和家长应学会接纳自己的情绪,同时通过科学的释压方法积极调节,轻松上阵应对考试。

天津市安定医院儿童青少年心理科主任孙凌表示,适度的紧张和焦虑有助于保持大脑的兴奋状态,可提高注意力和思维运转能力。考生和家長面对紧张情绪时不要害怕,应积极接纳自己的情绪、身体反应和睡眠状况。

孙凌表示,考生要保证规律作息,不

熬夜,建议午休时长不超过 1 小时;要合理饮食,均衡营养,避免摄入垃圾食品,也要避免过度进补;要进行适度的户外运动,保证大脑供血供氧充足,有效释放不良情绪。

专家建议,考生在紧张地学习后,需要适当放松。“可以听一些舒缓的音乐,做一些自己感兴趣的事。这绝不是浪费时间,反而可以促进神经系统兴奋,是提高学习效率的必要保证。同时考生应与同伴保持交流和沟通,同伴间的倾诉、分享与共情是对彼此很重要的心理支持。”孙凌说。

此外,科学的释压方法可以有效缓解紧张焦虑。除了听音乐、洗热水澡、画画、做烘焙、做家务、闭目养神等舒缓压力的方式外,考生可以尝试 4—7—8 呼吸

法,即吸气 4 秒—屏息 7 秒—呼气 8 秒,重复 3 至 4 次。

出现失眠状况时,考生可以通过温热毛巾敷后颈或双手泡在 45 摄氏度的温水中,快速激活副交感神经;也可以调整睡姿助眠,把枕头调低 5 厘米,侧卧蜷成婴儿睡姿。

专家提示,家长应保持熟悉的家庭氛围和日常节奏,为考生提供适度关心,不要谨小慎微或予以过分关注,避免特殊化对待。孙凌说:“对于家长,最重要的是要照顾好自己的生活和情绪,保持和谐稳定的家庭氛围,做好后勤保障。家长应成为‘稳定的支持者’,而不是‘压力的放大器’。”

美国国际贸易法院 “叫停”特朗普政府一揽子关税

新华社 徐超 刘亚南

位于纽约的美国国际贸易法院 5 月 28 日裁定暂停特朗普政府 4 月 2 日宣布的一揽子加征关税政策生效。

特朗普 4 月 2 日签署行政令,援引《国际紧急经济权力法》,宣布美国进入紧急状态,对所有贸易伙伴征收所谓“对等关税”。

美国国际贸易法院 5 月 28 日的裁决认为,总统无权对几乎所有贸易伙伴征收全面关税。美国国会将“不受限制的关税权力”授予总统是违反宪法的。国会在《国际紧急经济权力法》中设定了权限,限制总统何时以及如何征收关税。

4 月 23 日,美国 12 个州组成联盟共同起诉特朗普政府,指控其关税政策违法。亚利桑那州、科罗拉多州、康涅狄格州、特拉华州、伊利诺伊州、缅因州、明尼苏达州、内华达州、新墨西哥州、纽约州、俄勒冈州和佛蒙特州的总检察长当天向位于纽约的美国国际贸易法院提起诉讼,称特朗普政府的关税政策为“一时兴起,而非合法权力的正当行使”,要求法院宣布“对等关税”非法,并阻止其实施。

韩国浦项海军巡逻机坠落 机上 4 人全部遇难

新华社 黄昕欣 陆睿

据韩国媒体 5 月 29 日报道,韩国浦项海军巡逻机坠落事故中,机上 4 人全部遇难。

韩国海军方面表示,当地时间 5 月 29 日 13 时 50 分左右,韩国海军一架海上巡逻机在韩国庆尚北道浦项市坠落。海军方面正在确认事故原因和遇难者确切身份等,并在搜索是否还有人员伤亡。

韩联社援引海军相关人士消息称,这架海军巡逻机是从济州飞至浦项海军航空司令部进行训练。巡逻机于当地时间 13 时 43 分从浦项起飞,7 分钟后坠落。据目击者讲述,事故发生前,巡逻机为了着陆而在空中盘旋。

加拿大野火肆虐 1.7 万人疏散

新华社 曹昌浩

加拿大中部马尼托巴省 5 月 28 日因野火肆虐宣布进入紧急状态,1.7 万人被迫疏散。一名消防员灭火时被倒下的树砸成重伤,被送往医院。

马尼托巴省省长瓦布·基纽(前译基内夫)在新闻发布会上说,这将是“该省大部分居民记忆中规模最大的一次疏散行动”。加拿大总理马克·卡尼应基纽请求批准军队协助疏散和灭火。

该省弗林弗伦镇早些时候因野火逼近,已下令该镇全部 5000 名居民仅带基本生活用品连夜撤离。附近几个偏远城镇和原住民社区居民也被要求撤离。大多数人将被转移至距弗林弗伦约 643 公里的省会温尼伯。

法新社援引马尼托巴省野火管理局消息报道,该省目前有 22 处野火肆虐,是加拿大今年以来火情最多的地区,仅过去一个月就有近 20 万公顷森林被焚毁,为近五年平均值的三倍,部分原因是高温干旱天气持续。

加拿大野火季通常从 5 月持续至 9 月。加拿大全境目前共有 134 处活跃野火,其中半数处于失控状态。除马尼托巴省和萨斯喀彻温省,不列颠哥伦比亚省、艾伯塔省和安大略省也有火情。