

外交部:

又有470余名中国公民安全撤离

新华社 吴梦桐 朱超

外交部发言人毛宁4日表示,自伊朗安全形势紧张以来,中方已多次向有关方面提出交涉,要求各方保障在伊朗及周边国家中国公民安全。战事爆发后,又有470余名中国公民在中国驻伊朗使领馆组织下安全撤离。

毛宁在当日例行记者会上答问时说,外交部和驻有关国家使领馆多次发布提醒,通过多种形式开展工作,呼吁并协助在伊中国公民尽快撤离,在其他国家中国公民注意安全。中国驻伊朗

及周边国家使领馆昼夜坚守,协助多批中国公民撤离。“考虑到伊朗当前严峻安全形势,我们再次郑重提醒在伊中国公民加强自身防范,尽快安全撤离,及时向驻伊朗使领馆报备信息。”

毛宁介绍,目前,阿塞拜疆阿斯塔拉口岸,亚美尼亚阿加拉克口岸,土耳其凡省、阿勒、哈卡里口岸,伊拉克萨拉姆切口岸,土库曼斯坦巴季吉兰口岸具备通行条件。中国公民持护照可免签入境阿塞拜疆、亚美尼亚和土耳其,提前办理电子签证后可入境伊拉克,提前提供材料并办理签证后可入境土库曼

斯坦。中国驻相关国家使领馆工作组已抵达口岸,现场为中国公民入境提供协助,工作组联系方式请参考各馆发布的领事提醒。

她说,受军事行动影响,部分伊朗周边国家领空关闭、国际航班停飞,中国公民旅行受到影响。“我们提醒中国公民暂勿前往伊朗周边受到军事冲击的国家和地区。已在上述国家和地区的中国公民,建议进一步加强自身安全防范,避免前往军事设施、游行集会等敏感区域。如遇紧急情况,请及时报警并联系中国驻当地使领馆寻求协助。”

米兰冬残奥会
火种汇集仪式举行

当地时间3月3日,米兰-科尔蒂纳冬残奥会火种汇集仪式在意大利科尔蒂纳举行。

日本商业航天公司
第三次发射火箭未果

日本商业航天公司“太空一号”原定4日上午发射一枚小型固体燃料火箭,但在预定发射时间过后火箭仍未升空,发射被迫中止。

该公司原定于当地时间4日上午11时(北京时间10时)从位于和歌山县的纪伊太空发射场发射“凯洛斯”火箭3号。日本共同社援引来自公司人士的消息报道,火箭发射在倒计时30秒时紧急停止,原因是火箭安全系统启动,但并未发现箭体故障。“凯洛斯”火箭采用四级串联构型,由三级固体级段和一级液体级段组成。这款火箭曾于2024年3月和12月两次发射,均以失败告终。



看见中国使馆工作人员,心里一下子就踏实了

新华社 周良 刘书辰

当地时间3月3日下午5时左右,一辆载有48名从伊朗撤离的中国同胞的大巴缓缓停靠在阿塞拜疆首都巴库的里海商务酒店门前。

尽管舟车劳顿,已经两天没有好好休息,但大家脸上都洋溢着笑容。

车门打开,在宾馆等候多时的中国驻阿塞拜疆大使鲁梅走上前,和每位同胞握手问候。志愿者上前为他们搬运行李,帮大家办理入住宾馆的手续。

当天正值中国元宵节,为迎接同胞,使馆在酒店大堂专门准备了汤圆。鲁梅将热气腾腾的汤圆一碗一碗递给大家。

鲁梅对大家说,到巴库只是他们回家的第一站,使馆将继续守护和协助他们,让大家安全顺利返回祖国。

根据中国大使馆提供的消息,伊朗战事爆发后,使馆第一时间派遣工作组赶赴阿塞拜疆和伊朗接壤的阿方边境口岸阿斯塔拉,在口岸日夜坚守,迎接入境阿塞拜疆的中国同胞,确保他们顺利通关。截至3月3日下午5时,260多名在伊朗的中国同胞顺利入境阿塞拜疆。使馆不仅为撤离的中国同胞提前预订了酒店,还积极协调航空公司为他们顺利回国提供便利。

据使馆介绍,阿塞拜疆政府为撤离伊朗的中国同胞入境提供了大力支持。鲁梅告诉记者,患难见真情,这充分体现了中阿两国全面战略伙伴关系的真谛。

3日从阿斯塔拉口岸抵达巴库的王永超告诉记者,撤离之前他住在伊朗的赞詹市,和他一起撤离的还有80多

名同胞,他们当时正在伊朗一家造纸厂安装设备。3月2日一早,中国驻伊朗大使馆安排大巴到工厂门口帮助他们撤离,并一直护送到伊朗和阿塞拜疆接壤的伊方口岸。

王永超说,当走出阿塞拜疆海关,看到迎接他们的中国驻阿塞拜疆大使馆的工作人员时,心里一下子就踏实了,又亲切又温暖,顿时感到自己安全了。王永超说,如果没有祖国这一强大靠山,自己不可能这么顺利到达巴库,撤离的过程肯定会曲折得多。

阿塞拜疆华侨华人协会会长包礼军随使馆工作人员在阿斯塔拉口岸协助工作。他告诉记者,协会组织了50多名志愿者,为撤离的中国同胞提供入住宾馆、兑换当地货币、预订机票、翻译等服务。

正月十六
“走太平”

3月4日,民俗表演巡游队伍走过太平桥(无人机照片)。

3月4日,安徽省滁州市全椒县传统民俗活动“走太平”拉开帷幕。每年正月十六,当地人通过走太平桥的形式,祈求一年平安顺遂。

新华社 杜宇 摄

韩国股市暴跌启动熔断

受美国和以色列袭击伊朗影响,韩国股市3月4日出现剧烈震荡,继当日开盘不久启动“临时停牌”措施后,韩国综合股价指数(KOSPI)和被称作“韩版纳斯达克”的高斯达克指数(KOSDAQ)双双启动市场熔断机制,KOSPI盘中跌幅超过12%。



印度庆祝洒红节

3月3日,在印度加尔各答,学生们参加洒红节庆祝活动。

洒红节也叫胡里节,人们在节日期间互相涂抹颜料,迎接春天的到来。



惊蛰至,疏肝润燥正当时

新华社 田晓航

3月5日将迎来春季的第三个节气“惊蛰”。在中医看来,这一时节气温回升快但冷暖空气交替频繁,容易诱发多种疾病,养生防病重在“疏肝润燥”。

《黄帝内经》云:“春三月,此谓发陈。天地俱生,万物以荣……”春季里,人体阳气如自然界的草木一样开始升发,但势头尚弱。

中国中医科学院广安门医院脾胃病科副主任医师柳红良说,中医认为,春属木,应于肝,惊蛰时节人体肝阳之气渐升,而阴血相对不足,容易形成肝火偏盛或肝气郁结的病理状态,进而诱

发或加重肝系疾病、外感热病与传染病、脾胃失调等。

“惊蛰时节饮食宜以‘清淡、甘平、微辛’为原则,助阳升发的同时,避免助火生湿。”柳红良介绍,茵陈是当季的药食同源佳品,能够清湿热、利肝胆,而惊蛰正是茵陈幼苗药效最佳、最为鲜嫩的时节,可制作茵陈粥、茵陈茶,或取鲜茵陈适量凉拌食用。

同时,应对“春燥”,民间素有“惊蛰吃梨”的习俗。梨性寒味甘,归肺、胃经,具有生津润燥、清热化痰的功效,但脾胃虚寒或便溏者不宜多食生梨,可煮熟后食用以缓和其性。

专家提示,这一时期需保证充足睡

眠以养肝血,早起以助阳气升发。应对“倒春寒”,宜做好“春捂”,重点护好头颈、腰腹等部位。宜选择散步、太极拳、八段锦、放风筝等户外和缓运动,以微汗为度,避免大汗耗伤阳气。还应保持心胸开阔、乐观豁达,可通过听音乐、踏青等方式疏解情绪。

惊蛰时节,让体内阳气升发、疏通气机,也符合中医导引的智慧。上海传承导引医学研究所所长严蔚冰介绍,可于清晨或上午在安静、温暖、避风的居所中,练习二十四节气导引法里惊蛰节气对应动作,帮助身体排浊纳清。练习前可先热身,过度疲劳、空腹血糖过低时不宜练习。