

多种创新技术首次应用

总台春晚将再现科技秀

“2023年春节联欢晚会将大量运用4K/8K、AI、XR等新技术,持续推动‘思想+艺术+技术’融合创新,为全球华人奉献一台思想性、艺术性、观赏性俱佳,科技感十足的春晚‘年夜饭’。”1月16日,在中央广播电视总台《2023年春节联欢晚会》举行的新闻发布会上,中央广播电视总台编务会议成员姜文波介绍。

今年春晚在技术创新应用上再次突破,实现多个“首次”:首次实现“8K超高清+三维菁彩声”春晚直播;首次使用我国自主研发的8K超高清摄像机参与春晚摄制;首次采用三维菁彩声制作春晚

音频信号,最大限度还原春晚现场的音效,打造身临其境的效果;VR三维影像绘制技术也将首次在春晚舞台上亮相,观众可实时欣赏到VR画师绘制三维影像的生成过程。

“今年春晚还将充分运用XR、AR等前沿科技,打造惟妙惟肖的虚拟舞台,为观众带来极致体验。5G云连线技术搭建从云端到现场的桥梁,让春晚舞台现场内外同唱一首歌;自由视角超高清拍摄系统叠加智能插帧算法,快速生成更为平滑、连续、稳定的‘时空流转’‘精彩定格’等美妙瞬间;一系列硬核科技的充分应用将为观

众带来奇妙、震撼的视听感受。”姜文波说。

为满足受众多样态的观看需求,随时随地感受春晚热烈喜庆的氛围,中央广播电视总台将采用“百城千屏+云听”双平台同步直播。受众可在全国约500个城市文化广场“百城千屏”8K超高清公共大屏上,配合云听客户端的三维菁彩声,享受纤毫毕现的沉浸视听效果。今年,“竖屏看春晚”首次推出多画面同步观看的新功能,为手机用户带来台前幕后更多独特视角。央视视频客户端也将首次采用“竖屏+三维菁彩声”和“横屏+三维菁彩声”两种模式直播春晚,供网友灵活选择。(马爱平)

四种食物能「搬走」脂肪

脂肪摄入超标不仅会带来超重、肥胖和脂肪肝等问题,还会增加心血管疾病的发病率,而心血管疾病是人类健康的第一杀手。北京协和医院临床营养科教授于康介绍,防止体内脂肪过度堆积,除注意减少脂肪摄入外,还可以有意识地摄入一些具有吸附脂肪或促进脂肪排出的食物,让它们助力将脂肪“搬走”。

魔芋 魔芋热量低,几乎不含脂肪和蛋白质,所含的碳水化合物主要是葡萄糖和甘露聚糖,它们以1:2的比例相结合,形成了膳食纤维——葡甘聚糖。葡甘聚糖易溶于水,吸水膨胀时可增大至原体积的30~100倍,因而食用魔芋后有很强的饱腹感,能达到理想的减肥效果。此外,葡甘聚糖能够辅助抑制脂肪吸收,吸附脂肪并排出体外,从而起到辅助控制血脂、稳定血糖和血压的作用。魔芋吸水膨胀,会引起胃排空延迟,所以不宜食用过量,每日25克最佳,最多不超过50克。还应注意,鲜魔芋有毒,不可直接食用,而我们日常买到的魔芋制品,是经过脱毒处理的,可以直接用于烹饪。

山楂 山楂中的酸味物质,可以促进消化液分泌,经常没有胃口的人和肠胃功能较弱的人,可以适当食用山楂,有促进胃肠道蠕动的功效。山楂中含有果胶,属于可溶性膳食纤维,可以帮助机体减少对胆固醇和脂肪的吸收,山楂中含有的三萜类化合物、黄酮类物质有调节血脂,维持血管正常弹性的作用,从而有助于控制血脂和血压。山楂干可以泡水,也可以和肉一起炖煮。如果是新鲜的山楂,可以每次吃50克,隔两三天吃一次就可以。

茄子 茄子富含黄酮类物质,具有抗氧化和保护心血管的作用。在结构上,茄子疏松多孔,吸油能力十分强,100克的长茄子放入油锅15分钟后,能吸油40毫升。烹调偏肥一点的肉时可以放一些茄子,不过需要注意的是,吸过油的茄子一定不能多吃,否则吸附的油脂会在肠道中释放出来,被人体吸收。

鸡腿菇 作为菌菇类的优秀代表,鸡腿菇不仅味道鲜美,还具有搬运脂肪的作用。鸡腿菇富含膳食纤维,可以延缓脂肪的吸收,还含有菌固醇(植物甾醇的一种),可以促进胆固醇转化,减少机体对胆固醇的吸收。鸡腿菇最好采用蒸、煮、炖的烹饪方式,不要高温煎炸。平时可以将不同蘑菇交替着吃,建议每周不低于300克,每天吃50克或以上。(赵炎)

返乡送健康



1月16日,医护人员为即将返乡的中建四局六公司建设项目工地的工人进行健康体检。当日,该项目建设工地组织开展“返乡送健康、温暖回家路”活动,现场为工友们开展测量血压、血氧浓度等健康体检,并为他们送上春节年货礼包和爱心健康包,温暖农民工的返乡路。 解琛 摄

2023宿州嗨购年货节启动

1月18日上午,“品质生活 徽动消费”——2023宿州嗨购年货节启动仪式在宿城吾悦广场举办。省商务厅二级巡视员孙永彬,宿州市政府副市长杨泽胜参加仪式。

本次年货节由宿州市政府主办,宿州市商务局等8家市直部门承办,将持续至2月28日,在吾悦广场设主会场、万达广场设分

会场。年货节统筹全市资源,聚焦衣食住行文体康美等商品类别,设置130多个展位,分为内外贸一体化、美食文化、优选农产品、非遗传承等展区,同时安排文艺演出、送春联、抽奖等活动,为市民送上一份年货“大礼包”。

杨泽胜在启动仪式上表示,举办年货节是贯彻省市扩内需、促消费要求的有力抓

手,也是提振消费信心、满足群众节日消费需求的具体行动。希望参展企业严把产品质量关,通过年货节这一平台,满足多元化消费需求,努力为市民提供更多更好更优质的消费产品,力促消费市场强劲复苏、重燃城市烟火气。

(徐蕾 安徽科技报全媒体记者 朱明刚)

这些上网习惯可能泄露隐私

网络在现代生活中无处不在,虽然方便了人们的生活,但也带来了许多隐患,有时候一些不经意的习惯就可能让个人隐私遭到泄露。以下几种坏习惯可能泄露隐私。

1、不了解所用软件的风险。 下载不明来源的应用程序,会增加被黑客攻击的可能性。对于黑客来说,窃取数据或将恶意软件引入系统是很容易的。

2、密码过于简单。 设置过于简单的密码,或者容易被猜到的密码(如生日和车牌号)存在一定风险,因为这样的密码很容易被破解。即便不认识你的人通过浏览社交媒体页面,也可以猜出这些信息并进入账户。建议使用数字加字母的复杂密码。

3、很少更新软件。 很多人都会忽略更新软件,但未及时更新的软件更容易被黑客利用。许多更新能修复缺陷

和安全漏洞,不给黑客可乘之机。

4、存储过多数据。 设备上存储的数据越多,越有可能被黑客攻击。因为每个数据都为黑客入侵提供了一个突破口,所以手机或电脑存储不要太多。

5、不对系统进行安全扫描。 即使你很小心,也有可能浏览互联网时遇到恶意软件。因此,定期对整个系统进行安全扫描能避免问题发生,建议每周至少这样做一次。

6、对关键数据处理不当。 错误处理数据的一些常见方式包括:删除带有敏感数据的文件、在不知道文件用途的情况下随意删除、错误地更改文档中的信息或者以不安全的方式共享数据等。

7、关闭防火墙。 防火墙有时会阻拦你浏览一些网页,有些人可能会为此临时关闭,甚至彻底关闭。这样更容易受到恶意程序的入侵,同时还面临数据泄露的风险。

8、让别人用自己的账户。 当亲友使用你的电脑时,最好不要让他们

使用你的账号,账号信息知道的人越多,越容易被泄露。你可以创建访客配置,供其他人使用。

9、硬盘不加密。 如果硬盘里有私人数据,必须加密以保证其安全。万一你丢失了笔记本电脑或设备,这样可以保证没有人能打开这些信息。

10、使用不受保护的公共WiFi。 当你在酒店或餐厅使用公共WiFi时,会增加被黑客攻击的风险。公共服务器是黑客安装恶意软件或进行其他恶意行为的完美场所。如果使用VPN来加密连接,就能保证安全。

11、允许共享位置。 当你把下载的应用程序安装到设备上时,可能会收到一个共享位置的提示。但使用共享位置会将自己暴露在网,容易遭到非法跟踪,最好关闭这项功能。

12、打开不明邮件或链接。 对于来源不明的邮件和链接不要随便点开。虽然这些电子邮件表面看起来无害,但你不知道其中的圈套,很容易成为受害者。

(朱俊平)

走访慰问烈士遗属



1月17日,合肥市退役军人服务管理中心主任张瑞山(左三)和金水坊企业相关人员杏花村街道退役军人服务站、五里社区民兵营工作人员的陪同下慰问了庐阳区烈士遗属赵子杰老人。慰问人员详细了解了老人家庭生活状况,并送上慰问品及慰问金。 姜彦宏 王宁宁 摄

走访慰问特扶家庭



中国传统节日春节将至,为做好特扶家庭关心关爱工作,日前,合肥市庐阳区杏花村街道汲桥新村社区计生协会工作人员开展了“春节走访慰问”活动。工作人员走访了辖区3户特扶家庭,为他们送去慰问品。 阮丽娟 摄



生活提醒