

标题新闻

时政

★习近平同缅甸领导人敏昂莱就中缅建交75周年互致贺电

★《中国将南海打造成和平、友谊、合作之海的实践》智库报告发布

外事

★中国游客在日遭袭 驻日本大使馆提醒在日中国公民加强安全防范

经济

★我国可再生能源发电装机超20亿千瓦 同比增长58%

★我国养老服务正从人力密集型逐渐向技术辅助型转变

社会

★江南地区已“入梅”较常年偏早约10天

★福建试点5A级旅游景区优待人群免证购票入园

国际

★美媒:美国恢复为赴哈佛大学就读的国际学生办理签证

全球南方正探索“后美国秩序”

澳大利亚洛伊研究所网站近日发表题为《无人主导的世界:全球南方正在探索“后美国秩序”》的文章。

文章表示,全球南方国家正通过区域性平台、本土金融体系和反映国家利益的自我战略,不再被动等待强国的挑选,而是积极争取更多自主选择权,探索一种出于现实考量的新路径。许多国家已然领悟:强国的承诺往往附带条件。这些国家并非拒绝合作,而是在以更有利自身的条款重构合作模式。

例如在东南亚,各国政府正在低调建设一个新的区域性支付基础设施。这些网络支持本币实时跨境结算,降低了对美元清算机制的依赖,增强了区域金融韧性。

新华社

老年日报 维权热线
13796087938
13936697319

你负责种菜 我负责做饭
以菜换餐 养老助餐新模式

在宁波鄞州东吴镇,最近流行起了一种“很有生活味儿”的操作:老年人用自家菜地里的黄瓜豆角,去村里养老服务中心换饭吃,名字就叫——“以菜换餐”。

听上去像是某种古早的“以物易物”,但换个角度看,其实是老年版“集中采购+共享厨房”的升级玩法:你负责种菜,我负责做饭,大家分工明确、互通有无。菜没烂在地里,饭也没冷在锅里,一举两得,双向奔赴。

60岁以上的村民,拎着一篮刚摘下的蔬菜来到社区换餐点,工作人员称重、定价、打票,然后饭票到手,可以当场预定午餐,还能选送餐上门。

这天一大早,小白村居民张美娣就忙活着去菜园摘菜。“种的黄瓜吃了几天腻了,正好拿去换换。”骑上电动车,不到5分钟,张美娣就到了社区换餐点。核对完身份信息后,根据当天市场价,她换到了价值142元的“饭票”,并现场预定第二天午饭:一荤两素一汤,中午11点送到家。“满意满意,很方便。”张美娣笑盈盈地说,这下不用张罗午餐也能吃上新菜色了。

村里老人们的自种蔬菜吃不完,居家养老中心则需要每天采购蔬菜,两边一打通,“以菜换餐”养老助餐服务模式应运而生。

天童村天童居家养老中

心负责人介绍,针对60岁以上老年人,目前食堂设置了一荤一素6元餐和一荤两素8元餐的套餐,开通“以菜换餐”模式后,前来换餐、就餐的老人越来越多。据悉,自去年11月份运行以来,全镇“以菜换餐”模式已累计帮助超过1300人次。

今年镇里还搞了“2.0版”,新增换餐点、扩大覆盖面、开通山区绿色通道,让这套操作能“村村都能用、人人都能吃”。有的地方还加码积分玩法,换来的“饭票”还能当作积分去换洗衣粉、牙膏,生活幸福感直线上升。

这事好玩在哪?它没什么高科技加持,也不是宏大工程,而是把原本散落在乡

间的点滴资源,用一种很轻巧的方式串了起来。老人不再是被照顾的对象,而是“生活合伙人”;养老助餐,也不是单向付出,而成了一种互相成全。

“以菜换餐”这事,看似简单,其实藏着不少温柔的巧思。在讲效率、讲资源的时代里,它慢悠悠地讲了一个故事:如何用一篮菜,换来一顿饭和满满的参与感。

老人的小菜园,正在变成他们的“生活钱包”;而饭桌上的那碗热汤,也在告诉他们:你种的不只是菜,更是被认真对待的生活。

潮声

中国单方面免签“朋友圈”再增4国

9日起,中方对沙特、阿曼、科威特、巴林持普通护照人员试行免签政策,中国单方面免签“朋友圈”再添新成员。

2025年6月9日至2026年6月8日,以上国家持普通护照人员来华经商、旅游观光、探亲访友、交流访问,过境不超过30天可以免办签证入境。

加上2018年全面互免签证的海合会成员国阿联酋和卡塔尔,中方已经实现对海合会国家免签全覆盖。

央辛



海上牧场 夏耕正酣

近日,福建省宁德市霞浦县三沙镇海域,渔船在海洋牧场开展养殖作业。近年来,霞浦县依托科技兴海、金融财税政策,推动海洋渔业升级,赋能经济高质量发展。王旺旺



医药价格招采信用评价标准更严

为更好破除商业贿赂、带金销售等不正当交易行为,国家医保局对价格招采信用评价制度进行修订,进一步提高医药企业失信成本,引导企业诚信规范经营。修订将“一般”“中等”“严重”“特别严重”四档失信

等级调整为“失信”“严重失信”“特别严重失信”三档,并从严调整了相应评价标准。其中对于商业贿赂导致的“特别严重失信”由原先的200万元以上调整为100万元以上,“严重失信”由原先的50万元至200万元调整为

50万元至100万元。对失信行为涉及向医疗保障部门工作人员行贿及给予其他不正当利益,或在国家组织集中带量采购中国标串标的,按最高失信等级顶格评定。

新华社

暑期来临,一些健康谣言不要轻信

涂抹香油或酒精能让蚊虫自行脱落、被蚊子叮咬后涂抹牙膏或肥皂水就能好、戴眼镜早会让近视度数涨得更快、一些产品能够使眼轴回退消除近视……随着季节变化、暑假来临,一些“应季”的谣言卷

土重来。“与健康相关的谣言花样繁多,掌握识别谣言的技巧很重要。”国家卫生健康委新闻发言人、宣传司副司长胡强强说,有些谣言会使用大量煽动性、极端化语言渲染情绪,例如

用“紧急”“速转”“救命”“震惊”“为了家人转发”等话术诱导点击转发,具有这些特征的健康信息大多是谣言,遇到无法辨别真伪的健康信息,可到官方网站的“辟谣平台”检索查询。张佳星

今日微推荐
扫码更精彩
老年日报 微信
手部藏着全身的健康地图
管住嘴就是最好的防癌