

# 习近平回信勉励北京体育大学研究生冠军班学生

## 为建设体育强国多作贡献 为社会传递更多正能量

新华社北京6月19日电 中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平18日给北京体育大学2016级研究生冠军班全体学生回信,对他们提出勉励和期望,并向北体大全体师生和正积极备战奥运

等赛事的运动员、教练员致以诚挚问候。

习近平在回信中说,得知你们珍惜深造机会,边努力学习,边刻苦训练,积极参与全民健身推广工作,我感到很高兴。

习近平表示,我看过你们

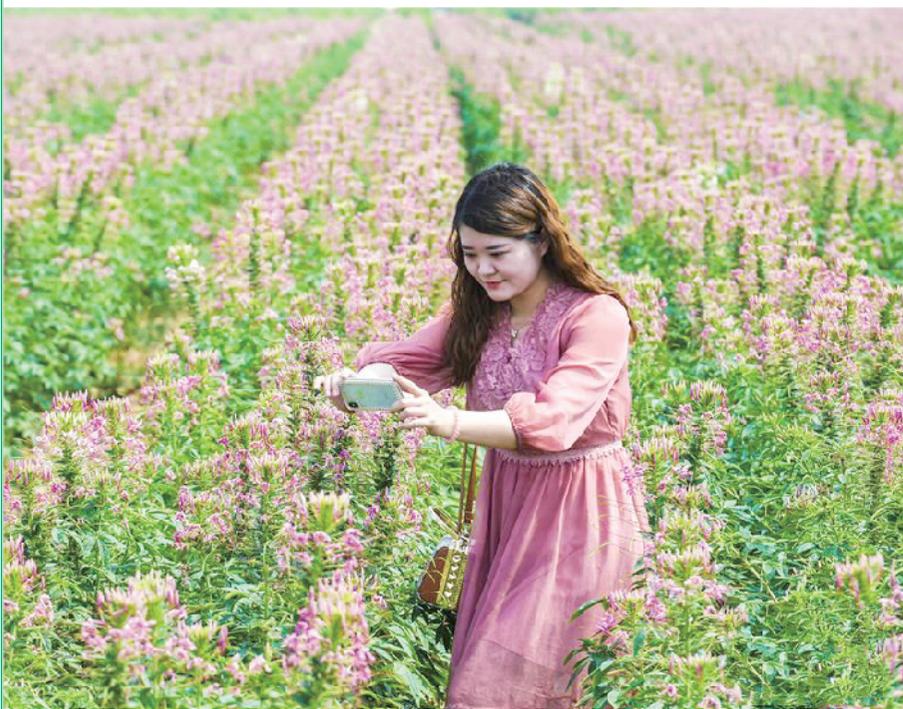
不少比赛,每当看到我国体育健儿在重大国际赛事上顽强拼搏、勇创佳绩、为国争光时,我从心里为大家喝彩。新时代的中国,更需要使命在肩、奋斗有我的精神。希望你们继续带头拼、加油干,为建设体

育强国多作贡献,为社会传递更多正能量。

2003年,北京体育大学创办研究生冠军班,专门招收奥运会、世锦赛和世界杯赛中获得单项冠军和集体项目冠军的运动员及其教练员。2016级研

究生冠军班现有学生24人,其中奥运会冠军8名,世界冠军14名,冠军教练2名。近日,该班全体学生给习近平总书记写信,汇报学习、训练和工作情况,表达了为体育强国建设贡献力量热情和决心。

## 醉蝶花开“醉”游人



6月19日,游客在醉蝶花田里拍照留念。近日,河北省衡水市桃城区衡水湖国际香料小镇的醉蝶花盛开,吸引大批游客前来观光游览,感受田园风光。

新华社记者 李晓果 摄

## 昼晷已云极 宵漏自此长

# 明日 23时54分“夏至”

新华社天津6月19日电 (记者 周润健)“昼晷已云极,宵漏自此长。”《中国天文年历》显示,北京时间6月21日23时54分迎来“夏至”节气。专家表示,夏至后不久,一年中最热的时候将即将到来,值此时节,公众要清淡饮食,及时补水,注意戒躁戒怒,保持乐观的情绪。

中国天文学会会员、天津市天文学会理事史志成介绍,夏至是二十四节气中第十个节气。夏至这天,太阳几乎直射北回归

线,是北半球一年中白昼最长的一天。夏至过后,太阳直射地面的位置逐渐向南移动,北半球白昼开始逐日减短。民间有“吃过夏至面,一天短一线”的说法。

天文专家表示,夏至除了是昼夜变化的界限之外,还是盛夏的起点,夏至过后不久,一年中最热的时候就要到了。夏至后的第三个庚日,将进入气温高、气压低、湿度大、风速小的“三伏天”。

天津中医药大学第一附属医院营养科主任李艳

玲提醒公众,夏季气候炎热,人的脾胃功能差,食欲不振,多吃苦味的食物有助于恢复脾胃功能,如苦瓜、芹菜、芦笋、苦荞麦等。

此外,夏季出汗多,体内水分流失快,影响全身供血,造成头痛、乏力,应及时补充水分,充分饮用凉开水、淡盐水、绿豆汤或含电解质的饮料。夏季炎热,容易使人心烦气躁,要注意调整情绪,保持神清气和、心胸开阔、精神饱满、心情豁然,适当休息和运动,做到“心静自然凉”。



## 2050年 人口将达 97 亿

联合国经济和社会事务部17日发布一份报告说,2030年世界人口将从目前的77亿增至85亿,2050年达到97亿,2100年或将达到110亿。

这份名为《世界人口展望2019:发现提要》的报告说,从现在起到2050年,一半的世界新增人口将集中在印度、尼日利亚、巴基斯坦、刚果(金)、埃塞俄比亚、坦桑尼亚、印度尼西亚、埃及、美国等9个国家。预计2027年左

右,印度人口将超过中国,成为世界第一人口大国。报告发现,世界人口增速在放缓,更多国家人口出现萎缩。从现在到2050年,人口出现萎缩的国家或地区数量将增至55个,其中26个国家或地区人口萎缩将超过10%。报告称,全球妇女平均生育率已经由1990年的3.2降至现在的2.5。到2050年,全球妇女平均生育率将继续下降到2.2。

(据新华社)

## 20 亿人 喝不到干净水

联合国儿童基金会和世界卫生组织18日在一份报告中说,截至2017年,全球超过20亿人喝不到干净水。

报告名为《家庭饮用水、卫生设备和卫生条件2000年至2017年进展》。依据这份报告,2000年以来,全球饮用水卫生条件显著改善。截至2017年,18亿人能在步行30分钟范围内获得符合基本卫生标准的饮用水。不过,仍有大约22亿人喝不到

符合卫生标准的水。

德新社援引世界卫生组织的话报道,如果人们普遍能喝到符合卫生标准的水、使用无害化卫生厕所,包括腹泻、霍乱、伤寒和甲型肝炎在内的许多疾病就可能消除,蛔虫和眼部细菌性感染病例可能减少。依据这份报告,截至2017年,全球42亿人无法使用无害化卫生厕所。

(据新华社)

## 469人 小岛邀你定居

爱尔兰小岛阿伦莫尔风光优美、生活便利,问题是常住人口太少,全岛居民只有469人。这座位于爱尔兰西北海岸5公里外的小岛发出公开信,邀请感兴趣的人前去定居。

美国有线电视新闻网援引阿伦莫尔社区委员会成员阿德里安·贝格利的话报道:“我们发出信件,想告诉世界其他地方的人,我们在这里,欢迎来工作。”他解释,阿伦莫尔最近新开一处数码工作共享办公区,以它为契机在网上发布公开信,邀请人们

到岛上工作并定居。

公开信说,阿伦莫尔“有各种人才愿意配合”,包括一名美术设计师、一名手机游戏开发人员、一名摄影师和一名程序员。“如果你想改变生活节奏,为什么不来这儿?无论要去哪儿,只要5分钟你就能抵达目的地”。

据阿伦莫尔官方网站介绍,岛上文化生活丰富,有攀岩、划艇、出海远航或爱尔兰语学习等供选择。

(据新华社)