

习近平同缅甸总统敏昂莱会谈

新华社北京6月16日电(记者马卓言)6月16日上午,国家主席习近平在北京人民大会堂同来华进行国事访问的缅甸总统敏昂莱举行会谈。

习近平指出,中缅胞波情谊深厚,建交76年来,始终风雨同舟、守望相助,共同倡导并践行和平共处五项原则,树立了国与国平等相待、互利共赢的典范。中国秉持亲诚惠容理念,将发展对缅关系置于周边外交重要位置。中国坚持不干涉内政原则,对缅友好政策面向缅甸全体人民,坚定支持缅方维护主权和领土完整,支持缅甸新政府统筹发展和安全,找到符合国情、人民拥护的正确发展道路。今年是中国“十五五”开局之年,中方愿同缅方分享发展经验,共同打造政治上友好互信、发展

上互利互惠、安全上协调互促、人文上交融互鉴的中缅命运共同体,为两国人民带来更多福祉,为地区和平与发展作出更大贡献。

习近平强调,中国是缅甸共享边界最长的邻居,是可以信赖的朋友和伙伴。面对变乱交织的国际形势,双方要保持战略清醒和定力,加强团结协作。中缅经济走廊是两国共建“一带一路”的旗舰项目,双方要在确保安全前提下,稳步推进重点项目建设,助力缅甸发展经济、改善民生。中方愿加力支持缅甸震后重建,落实更多“小而美”援助,共同讲好中缅互利合作故事。双方要持续严打网赌电诈、毒品走私等犯罪活动,切实维护两国人民利益和安全。中方支持缅甸各方通过

和谈推进和平和解,实现缅北长治久安,这符合缅甸国家和人民的根本和长远利益。

敏昂莱表示,缅甸和中国胞波情谊源远流长,始终相互帮助、相互支持,坚持和平共处五项原则,建立了牢固的睦邻友好伙伴关系,正在迈向构建同甘共苦的命运共同体新阶段。缅方感谢中方长期以来为缅甸发展稳定、和平和解提供无私支持,将坚定恪守一个中国原则。缅甸新政府正全力推进国内和平与发展,积极探索适合自身国情的政治制度和发展道路。中国推进实施“十五五”规划,为包括缅甸在内的亚洲邻国提供了重要机遇。缅方期待同中方加强全方位合作,共建中缅经济走廊,提升贸易投资水平。缅方高度重视并将

全力保障在缅中资企业及人员安全。缅方愿同中方密切配合,坚决打击网赌电诈,维护边境安全稳定。缅方全力支持习近平主席提出的四大全球倡议,愿同中方加强多边沟通配合。

会谈后,两国元首共同见证签署交通、民生等领域多项合作文件。

会谈前,习近平在人民大会堂北大厅为敏昂莱举行欢迎仪式。

敏昂莱抵达时,礼兵列队致敬。两国元首登上检阅台,军乐团奏中缅两国国歌,天安门广场鸣放礼炮21响。敏昂莱在习近平陪同下检阅中国人民解放军仪仗队,并观看分列式。

当天中午,习近平在人民大会堂金色大厅为敏昂莱举行欢迎宴会。

王毅、王小洪参加上述活动。

前5个月国民经济延续总体平稳、向新向优发展态势

新华社北京6月16日电(记者何晓潘洁)国家统计局16日发布数据显示,今年1至5月份,生产供给稳中有序,就业物价总体稳定,外贸韧性持续彰显,新动能成长壮大,国民经济延续总体平稳、向新向优的发展态势。

工业生产加快,服务业平稳增长。1至5月份,全国规模以上工业增加值同比增长5.4%;全国服务业生产指数同比增长4.8%。

市场销售持续增长,服务零售增势良好。1至5月份,社会消费品零售总额同比增长

2.8%,其中服务零售额增长5.4%,商品零售额增长1.2%;社会消费品零售总额206031亿元,同比增长1.4%;全国网上商品和服务零售额83177亿元,同比增长5.9%。

就业形势总体稳定,居民消费价格温和上涨。1至5月份,全国城镇调查失业率平均值为5.2%。5月份,全国城镇调查失业率为5.1%,比上月下降0.1个百分点。1至5月份,全国居民消费价格指数(CPI)同比上涨1.0%。

“总的来看,5月份国民经济运行总体平稳,发展韧性持续彰

显。但也要看到,外部形势更加复杂多变,国内供需矛盾突出,部分企业经营压力较大,经济稳中向好的基础还需巩固。”国家统计局新闻发言人付凌晖在16日举行的国新办新闻发布会上说。

付凌晖表示,下一阶段,要坚持稳中求进、提质增效,强化逆周期和跨周期调节,持续扩大内需、优化供给,做优增量、盘活存量,因地制宜发展新质生产力,纵深推进全国统一大市场建设,着力稳就业、稳企业、稳市场、稳预期,推动经济实现质的有效提升和量的合理增长。

事关高考志愿填报

教育部“阳光志愿”系统改版升级

新华社北京6月16日电(记者魏冠宇)记者6月16日从教育部获悉,“阳光志愿”信息服务系统近日改版升级,为考生和家长提供免费志愿填报公共服务。

这一系统由教育部“阳光高考”平台打造,涵盖志愿参考服务、院校查询、专业查询、生涯发展测评、职业前景、报考指南等功能,依托招生、学籍、就业、毕业生跟踪调查等海量官方权威数据,为考生提供选院校、选专业、选职业的全链条信息服务。

据悉,此次改版强化部省校协同联动,优化交互体验。系统提供31省(区、市)本专科普通批次志愿筛选服务,AI助手“智慧小招”24小时在线即时回答考生提问,优化全国普通高等学校院校库、专业库信息查询功能,系统集成专业倾向测评及21项生涯发展测评工具。

我国夏粮小麦收获过九成

新华社北京6月16日电 记者从农业农村部获悉,截至6月

16日17时,全国已收获夏粮小麦3.1亿亩,收获进度91.44%。山东

过九成,河北、陕西近九成,山西过八成,新疆过三成半,甘肃零星收获。



6月16日,随着最后一座平台在天津市滨海新区成功装船,全球最大变质岩油田——渤中26-6油田开发项目(二期)全部平台陆地建造完工,为油田按期投产奠定基础。

渤中26-6油田位于渤海中部海域,储层位于埋深超4500米的太古界潜山变质岩地层,是全球最大变质岩油田,累计探明油气地质储量超2亿立方米。 新华社发 杜鹏辉 摄

粽子怎么吃才健康?

端午吃粽指南来了

新华社长沙6月16日电(记者帅才)端午节吃粽子是传统习俗,但不同种类粽子对血糖的影响差别很大。中南大学湘雅三医院内分泌科主任金萍提醒,因为糯米淀粉结构特殊,它其实比白米饭升糖速度更快,糖尿病患者、老年人吃粽子时要分清粽子种类、掌握正确吃法,才能有助于平稳控制餐后血糖。

金萍介绍,豆沙粽、蜜枣粽这类甜粽是升糖“加速器”,糯米基底搭配大量添加糖,会让血糖飙升,糖尿病患者和糖尿病前期人群应尽量避免食用。鲜肉粽、蛋黄肉粽看似不含添加糖,但馅料里大量油脂会延缓胃部排空,血糖峰值会推迟到餐后2至4小时,长时间高血糖还会影响第二天的空腹血糖。对于糖尿病患者而言,这类粽子单次食用不能超过半个,且必须替代正餐里的主食,不能额外加餐。

杂豆杂粮粽相对友好。金萍介绍,杂豆中的膳食纤维能形成物理屏障,阻碍淀粉快速分解;同时杂豆富含消化速度平缓的直链淀粉,还含有抗性淀粉。当杂豆添加比例超过30%时,这类粽子整体的血糖生成指数会明显下降。但杂粮粽中依旧含有碳水化合物,每次食用量控制在50至100克。

粽子应该怎么吃才能让血糖平稳呢?金萍建议,可以先吃清炒绿叶蔬菜,再摄入少量瘦肉、鱼、豆腐等优质蛋白,最后再吃粽子;胃肠功能弱、有食管反流问题的人群以及老年人,不适合吃冷粽子;吃完粽子不要立刻坐下或躺下,可散步半小时,有助于平稳餐后血糖。