

澳发10年签证 只给中国公民

有效期内多次出入 每次最多停留90天

新华社堪培拉11月19日电 中国驻澳大利亚大使馆18日透露,澳大利亚总督科斯塔已于近日签署法令修订《1994移民法》。根据修订后的法律,澳大利亚将对公民实行10年多次常旅客签证。这是澳大利亚首次对外国公民发10年多次签证,只对中国公民实施。

根据新法令,澳大利亚将为来澳从事旅游、商务活动的中国常旅客签发此签证,以减轻有需要的旅客申请签证的负担。持该签证者可在10年有效期内多次出入境,每次最多可停留90天。该签证收费标准现为1000澳元,将视情调整。

申请人需按要求在指定医疗机构体检,

不得是结核病患者,并在澳大利亚境外提出申请。签证持有人还需遵守一些要求,包括24个月内累计在澳不得超过12个月,不得在澳就业,在澳学习培训不超过3个月,在澳期间不可申请转换其他种类签证,在签证允许的停留期前离境,在个人信息发生变化2个工作日前报告移民与边境保护部等。

中国驻澳大利亚大使馆提醒希望办理此类签证的中国公民,留意澳大利亚驻华使馆网站公布的具体实施时间和方案。

2015年访问澳大利亚的中国游客超过100万人,中国已成为澳大利亚最重要的海外游客来源国。10年签证目的是进一步简化中国公民入境程序,以吸引更多回头客。

瑞士军机围堵普京专机

普京不在专机上 瑞士称例行公事



普京专机上记者拍到的瑞士军机

图

新华社上午电 俄罗斯媒体19日报道,俄罗斯总统普京的专机18日经过瑞士上空时,遭瑞士军方3架战机近距离围堵。当时普京本人并不在专机上,机上乘客主要是一些俄罗斯记者。瑞士军方事后解释说,此举只是例行做法。

俄罗斯卫星通讯社网站报道,事件发生在18日,一个俄罗斯记者团搭乘普京专机前往秘鲁参加亚太经合组织会议。普京本人也将前往秘鲁参加会议,但事发时他不在那架专机上。

专机上一些记者说,专机飞入瑞士上空时,瑞士军方出动三架战机,从三个方向同时对专机进行围堵。专机飞离瑞士领空后,瑞士军机停止行动。

其中一名记者,《俄罗斯先锋》杂志主编科列斯尼科夫在脸书上发文,对瑞士的做法表示愤慨。他写道,瑞士军机一度近距离接触专机到了“危险地步”,甚至能看清对方军机编号和飞行员的脸。

《共青团真理报》记者斯米尔诺夫也在“脸书”上记录了这一过程。他写道:“这次旅程真是太‘惊喜’了:经过瑞士时居然有挂载弹药的F-18护送。”

卫星通讯社说,俄罗斯战机在国际空域被围堵不算新闻,俄罗斯客机遇到类似情况还算是新鲜事。

俄罗斯外交部发言人扎哈罗娃当天在俄罗斯24电视频道直播节目中说,俄罗斯专机飞行事先得到许可,俄罗斯驻瑞士大使馆已向瑞士发出照会表示不解并要求解释,俄罗斯将以相应方式对瑞士的解释作出回应。

瑞士军方发言人瑞斯特随后向媒体解释说,此举只是例行做法。

他说,瑞士军机时常伴随飞越瑞士领空的其他国家政府飞机,并不针对某个特定国家。一般情况下瑞士军机会通过电台与对方联系,但在电台联络不畅时,军机飞行员会通过其他方式联系对方。

10年工程预计耗资3.69亿英镑

英国将花大钱修缮白金汉宫

新华社伦敦11月18日电 英国财政部18日宣布,2017年开始白金汉宫将进行为期10年的修缮工程,预计耗资3.69亿英镑。

修缮计划尚需得到议会批准才能生效,预计将于2017年4月开始动工,修缮期间女王将继续在白金汉宫居住。

财政部表示,白金汉宫内年久失修的电

缆、水管、线路和锅炉等都将更换,屋顶将加装太阳能面板。英国媒体称,将更换160公里长电线、48公里长水管、6500个插座、5000件照明灯具、2500个暖气设备和500个卫浴设备,其中许多设备已经使用长达60年。

白金汉宫建于1705年,1837年成为王宫,是当今少数仍在使用的皇家宫殿之一。

《新民环球》年终专家论坛举行

本报讯 新民晚报国际新闻版暨《新民环球》周刊2016年终专家论坛19日下午在新民晚报社举行。

来自上海社会科学院、上海国际问题研究院、复旦大学、上海外国语大学、华东师范大学以及外交部外交笔会的十余位国际问题

专家,盘点一年来的国际热点,就中国外交、美国大选、英国脱欧、欧洲难民潮、反恐形势、朝鲜半岛局势等问题展开了深入探讨,并展望了2017年国际局势。

《新民环球》周刊年终特刊将刊载本次论坛的专家观点。

健康新知

考前好好睡觉有助提高成绩

新华社上午电 最新研究发现,考前好好睡觉的效果不一定比埋头复习差。

美国杜克大学与新加坡国立大学合办的医学院研究人员招募72名大学生志愿者,让他们用80分钟学习12种蚂蚁和螃蟹的饮食习惯、生存环境等知识,然后把他们分成三组,在接下来一小时内让一组人看电影、一组睡觉、一组复习。紧接着,志愿者们再学习80分

钟,然后参加考试。结果显示,虽然差别不大,但睡觉组成绩最好,看电影组最差。一周后,这些学生再次接受测试,结果仍是睡觉组胜出,但看电影组和学习组没有明显差别。

研究负责人卡普斯说:“死记硬背可能在短时间内有效,但从长远来看好处没有那么多。”研究人员建议学生每天下午3点前后睡一小觉,别让自己因为背书变得焦躁不安。

女性比男性更擅长一心多用

新华社上午电 俄罗斯国立高等经济学院神经语言学实验室借助磁共振成像技术,揭开了女性比男性更能一心多用的秘密。

研究人员招募140名20至65岁志愿者,其中男性69人女性71人,让他们完成一系列任务和测试,比如给物品分类、连线测验、记忆力测试等,同时用磁共振成像技术扫描他们的

脑部活动。结果显示,与女性相比,男性在完成多任务时,除了背外侧前额叶要消耗更多能量,大脑还要再调动运动区域和脑岛。因此男性在从一个任务转向另一个任务时速度慢于女性,在20至45岁实验对象身上尤其明显。

研究带头人库普特索娃说:“研究表明,女性比男性更容易打开注意力‘开关’。”

心脑血管藏隐患 学会防意外 名医教你:中医经络护心脑血管

秋冬季节,血管变硬变脆,心脑血管意外事件频发。长期伴有胸闷、头晕的中老年朋友如何避免心脑血管疾病突发?你正为心梗、脑梗、冠心病、脑卒中而担惊受怕吗?你正在被糖尿病心脑并发症所折磨吗?正在饱受心绞痛、脑中风折磨的病友,又该如何防止二次复发呢?你想获得心脑血管专家为你提供的康复建议吗?



中医名家 程海英教授

- 北京中医医院明医馆特需门诊主任医师
- 首都医科大学中医药学院教授
- 国家名老中医贺普仁教授学术继承人

为遏制心脑血管疾病的高发生率及高致死率,进行早预防、早监测,减轻社会和家庭负担,由中国医疗保健国际交流促进会中国老年保健分会主办的“改善微循环、防控慢性病”全国科普推广专项行动,11月27日将走进上海,特邀首都医科大学附属北京中医医院特需门诊主任医师、国家名老中医贺普仁教授学术继承人程海英教授,为广大心脑血管病友、糖友现场讲授中医经络调养心脑的知识和理念,让饱受心脑血管疾病折磨的病友、糖友感受中医经络护心脑的神奇魅力,远离心脑血管意外和二次复发!

在积极推广心脑血管健康教育的同时,主办方提供相关专项物资公益援助。上海心脑血管病友、糖友自见报之日起,拨打电话400-089-1717,抓紧报名,物资有限,仅限600人,额满即止。

应加大心脑血管病的援助力度 600份急救箱 血糖仪 心脑健康书 抓紧申领

- 公益援助价值398元北京中医医院明医馆特需门诊主任医师程海英教授巡讲门票一张
- 公益援助北京协和医院营养科主任马方教授科学营养膳食指导书籍一本
- 公益援助价值78元家庭急救箱一个或价值298元血糖仪一部含试纸1筒(此项二选一)
- 公益会现场可免费领取价值58元亚麻籽油1瓶(夫妻参会,各领1瓶)

报名条件: 年满60岁、病程5年以上的心脑血管病友和糖友

特别提示: 对于已参加过大会的朋友,本次不再领取物资。组委会另外准备了一份健康大礼包,欢迎来电咨询!咨询电话:021-35081112。本次活动纯属公益,不收任何费用,不得重复申领,不得代领,不提供任何形式的邮寄和送货服务。请携带本人身份证及病历本报名点申领,即可领取精美礼品一份

徐汇区 虹口区 静安区 杨浦区 黄浦区 普陀区 长宁区 电话:400-089-1717
闵行区 电话:400-6184-788 宝山区 电话:66029519
主办单位: 中国医疗保健国际交流促进会中国老年保健分会 上海站承办单位: 上海新健康管理咨询有限公司 活动官网查询: www.12wf.cn



书名:《三高怎么吃》
作者:马方
江苏科学技术出版社
ISBN: 9787534782012
定价: 29.80元
产地: 上海
类别: 医学/健康/饮食/营养/保健
教育/教育/教育/教育/教育