

### 生活VVC

#### “小满”养生

#### 高温时段少外出 饮食清淡少油腻

进入小满后,高温来袭,暑气渐长,公众要做好防暑降温工作

在高温时段要尽可能减少外出,若外出,应带足饮用水及藿香正气水、仁丹、十滴水等防暑降温药品,同时注意采取必要的防晒措施,如打遮阳伞、穿浅色衣服、戴太阳镜、涂防晒霜、抹清凉油

日常饮食宜清淡,以果蔬为主,如冬瓜、苦瓜、丝瓜、水芹、藕、萝卜、西红柿、西瓜、梨和香蕉等。不吃或少吃油腻厚味、油煎的食物,保证每天一定的牛奶或酸奶、鸡蛋、瘦肉和鱼的摄入

加强对心脏的保养,注意把控情绪,保持心情豁达,尤其是老年人要有意识地进行精神调养



(文字据新华社)

### 微新知

#### 孩子压力大?给他养条狗吧

都知道压力太大不好,特别是对孩子,长期承受压力会影响他们的身心健康。美国研究人员发现,养条宠物犬有助于孩子释放压力。

研究人员调查了100个有孩子且养宠物的家庭,涉及101名7至12岁孩子。研究人员给孩子们准备了公开演讲和心算两项任务,以便向他们施加压力。孩子感受到的压力越大,体内压力激素皮质醇水平越高。研究人员随机指定孩子执行这两项任务,有的允许狗狗陪伴,有的父母可以陪同,还有的必须独立完成任务。研究人员在孩子们执行压力任务前后分别采集唾液样本,以检测皮质醇水平。

检测结果显示,获得不同支持的孩子,压力水平大不同;与狗狗接触多少也影响压力水平,主动和狗狗亲密接触的孩子皮质醇水平较低。检测结果与孩子们自我评估一致。有狗狗陪伴的孩子自我感觉压力小于那些有父母陪伴或者独自执行任务的孩子。

#### 想增强表达能力?应该这样看电视

不少大人在忙不过来时会让孩子看电视。但一项新研究显示,看电视太久会影响孩子语言表达能力。

研究显示,刚上小学的孩子若是每天看电视时间超过3小时,短时间内不会与看电视时间短的同龄人有差距,但11岁时,他们的语言能力有明显差距。相比之下,看电视时间短的孩子能更明确地表达诉求。

“电视不是敌人。我个人的观点是,看电视的方式十分重要。如果你和孩子一起看一个节目,然后你们针对节目内容进行提问和回答,这就很好。但如果是孩子一个人默默地看电视,那就有问题了。”研究者说,给孩子读书也是增强他们语言表达能力的不错办法。

#### 想说服别人?漫画比照片更管用

想让别人改变观点应该怎么做?美国一项新研究显示,比起真实的照片,漫画更具说服力。研究人员招募志愿者,给他们看介绍风能的宣传册的照片版和漫画版。研究结果发现,志愿者阅读漫画版的时间明显多过照片版。

尽管照片更具可信性,但人们看漫画的时间更长,因为他们需要花更多时间来理解漫画要表达的意思,而这同时意味着他们用了更多时间来接收信息,“对漫画的认知参与度更高”。

研究人员表示,之所以选择与科学知识有关的宣传册,是因为这是人们比较容易改变观点、习惯或注意力的领域之一。因此,如果想说服别人改变观点或某些习惯,漫画比高质量的照片更具说服力。(本组稿件均据新华社)

## 热关注

### 存量很大利用率低 处置不当污染环境

# 废旧衣物,可别一扔了之

#### 衣服从“不够穿”变成“穿不完”

我国废旧纺织品累计存量近亿吨,废旧衣物再利用不到1%

目前,我国废旧纺织品累计存量近亿吨。中国资源综合利用协会的数据显示,每年大约有2600万吨旧衣物被扔进垃圾桶。与如此庞大的存量和增量相比,废旧衣物的再利用非常低,只有不到1%。

有人说,旧了、破了的衣物扔掉不行吗?为什么要专门回收?

对个人来讲,那可能只是一件穿旧的衬衫或一条磨破的牛仔裤。但如果把家家户户的旧衣物统一回收,就能有大用处。业内人士估计,由于纤维加工总量增长趋势短期内不会改变,再利用产业发展潜力大,产值甚至能达到千亿元级别。

“废旧衣物用途多,可以‘再使用’,即通过捐赠、交换,实现二次穿着或动手改作他用;能‘再循环’,将其纤维作为原料用于其他纺织产品的生产;还可以‘能源化利用’,即通过物理、化学等方法,回收其一部分化学成分和热值。”清华大学循环经济产业研究中心主任

温宗国表示,由于纺织材料的主要来源为植物及石油制品,回收处理废旧衣物可以节约耕地和石油资源,有助于减少二氧化碳等污染物排放。

反之,如果乱扔或处理不规范,废旧衣物会成为环境的负担。环保公益组织“自然之友”项目负责人林筱竹指出,废旧衣物量大类多,无论用什么方式处理,成本都偏高。若直接进入垃圾处理系统,后端将“压力山大”。目前,在服装中占比为60%到70%的化纤类产品,混在生活垃圾里被填埋后难以降解,会污染土地资源。烧掉也不是个好办法,“地球站”公益创业项目办主任商慧表示,有些建筑工地完工后会留下大量工作服,它们可燃烧,而且价格便宜,不少小工厂会低价买来当燃料使用。化纤类纺织品沾上了水泥、油漆等,经不规范焚烧,会产生有害气体,污染环境。

换季时节,收拾衣柜,很多人总能发现一些穿旧了或者不想再穿的衣服。这些衣服有点“鸡肋”,放着没用,扔了可惜。您是怎么处理闲置衣物的?是转送给亲友?是捐赠给慈善机构?还是直接扔到垃圾箱里?其实,旧衣服不该一扔了之,而应规范回收,争取物尽其用。



#### 废旧衣物回收体系处于探索阶段

需政策支持,使其有利可图,同时也要严格监管

#### “旧衣新用”甚至可生产汽车板材

不同回收途径各有利弊,物尽其用的方式五花八门

当前废旧衣物回收方式有在校园、社区举办回收活动,以及在固定地点投放回收箱等。回收主体包括政府提供资金支持的公益性组织,以及各类回收企业。民政部门的捐赠站点也接收旧衣物。

不过,每种回收途径都难做到尽善尽美,而是各有利弊。温宗国认为,在校园、社区举办活动,可以起到较好的宣传作用,激发大家回收旧衣物的意识,并以较低成本收集较多衣物。缺点则是难以建立长效、稳定的回收渠道。相比之下,固定的回收箱十分便民,渠道也稳定,但不便于管理。回收箱的数量增加了,服务质量不一定跟得上,需要安排专人收集、运输,增加了成本,有时回收箱已经“超载”却无人来收。

从各地收上来的衣物,会被送去哪里?专家表示,旧衣回收不是简单的“一收了之”,后续还有多道程序,以保证衣物尽其用。由于主体不同,衣物的去向往往是五花八门。公益组织、民政部门回收衣物后,会进行筛选,合格的分配给西部地区、打工子弟学校等;不合格的则会交给下游企业处理。而回收企业获得衣物后,会分选出口或

进行工业再利用。“由于不鼓励买卖二手服装,因此旧衣物出口的主要市场为非洲。大部分的旧衣物销往纺织企业,作为纺织原材料或者填充物等进行再利用。”温宗国说。

专家介绍,旧衣物进入工业再利用环节后,一般有3种去向:一种是“从布中来,回布里去”,即纯棉或纯毛废旧纺织品通过开松、脱色、重新纺纱织造,制作再生纱、线、布及服装、拖布、包装用布等再生纺织品。第二种是涉及生活方面方面的“旧衣新用”,混纺类废旧纺织品粉碎后可生产阻燃剂,用模具压制成汽车用板材、空调隔音材料;或切碎、功能化整理为墙体保温材料等产业用纺织品。第三种是把旧衣物重新合成纤维,废旧涤纶衣物还原为单体,重新加工生产涤纶纤维;或醇解再生功能型纤维,制成高保暖、记忆性填充材料,用于家居行业。

废旧衣物回收早已不是新鲜事儿。2013年1月,国务院印发《循环经济发展战略及近期行动计划》,提出应推进旧衣物回收,到2015年主要品种再生资源回收率达70%。然而时至今日,回收渠道杂乱、利用效率偏低等问题依然存在。面临诸多现实问题,未来该如何应对?

首先,需要更有力的政策和更明确的法律。温宗国建议,一方面,要尽快制定有针对性的规章制度并确定其法律地位。另一方面,要对相关企业等进行资质把关,提高准入门槛,及时取缔违法违规回收企业,对正规回收企业可适当予以奖励或税收优惠。

其次,“打铁还需自身硬。”企业应激发内生动力,提高回收产业链条的经济效益。受关键技术水平限制,目前再生产品普遍档次较低,消费者认可程度不高。未来,相关企业需努力提升技术,开发高附加值产品,探索废旧衣物分级利用机制、生产者责任延伸制等。还可以利用“互联网+”搭建交易平台,建立多元化回收体系。

最后,应加强宣传,鼓励公众接受“旧衣零抛弃”的理念,激发其参与的积极性。温宗国建议,可以采用“以衣换物”的回收模式,以社区或公益组织为主体开展旧衣物捐赠活动,居民可根据捐出情况获得积分,达到一定额度就能换取相应物品。此外,还可以借鉴国外经验,设立合法的义卖超市。“目前我国没有给爱心超市办专门的营业执照,如果不经特批,就不具备合法性,可能被取缔,会打击从业者积极性。”商慧说,“建议与国际接轨,允许爱心超市存在并合法经营,毕竟这是节约资源的好方法。”“废旧衣物回收,知易行难。”林筱竹强调,这类项目需政策支持,要有利可图,也要规范,严格监管。“归根结底,企业只有用更好的产品质量和服务赢得消费者,才能最终实现利益和公益的平衡。”(据《人民日报》)

#### 相关链接

#### 英国这样回收利用废旧衣物

第一,对废旧衣物给予明确界定。英国对生活垃圾的界定依据主要为欧盟《废弃物框架指令》,其中对织物垃圾有明确定义;英国2005年生效的《废弃物分类条例》,也对废旧衣物中的子类别进行了明确细分。

第二,回收渠道众多。英国有慈善商店、衣物回收银行、社区衣物回收箱、上门回收、再利用中心等多条废旧衣物回收渠道,既方便了回收废旧衣物,又能确保得到更高的回收率。

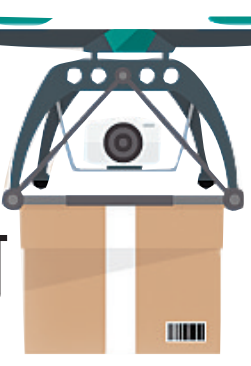
第三,多元的再利用方式。民众可通过电子商务平台eBay交换旧衣物,可在慈善商店以较为便宜的价格购买二手衣物。间接再利用方式包括公益组织捐赠、回收用作工业原材料等。

第四,大力宣传倡导和扶持再生企业。政府倡导民众将垃圾看作可利用的资源,鼓励非政府机构及志愿者从事废旧衣物的回收工作,同时也有许多再生纤维生产企业,保证旧衣物物尽其用。(据新华网)

## 看天下

# 国外如何为无人机立规矩

近日,中国民用航空局宣布,中国将正式对质量在250克以上的民用无人机实施实名登记注册。其实,民用无人机登记注册制度是国际上通用的一种管理方式,也是各国保障其他飞行器和公众安全的必然之举。



#### 美国 监管法规已形成

美国的民用无人机市场和行业起步较早,制定实名制法规也走在前面。美国联邦航空局2015年12月出台规定,要求对小型无人机实施实名注册制度,从而保证能追踪到不遵守安全飞行规则的小型无人机的归属,以保障航空安全。

根据相关规定,重量在250克至25千克的无人机属于小型无人机,这类多用于娱乐的无人机必须登记注册。250克至25千克的重量范围包括摄像头等无人机上加载的装置在内。注册者须提供姓名、家庭住址和电子邮件地址,每次注册收费5美元,一次注册有效期为3年,到期后需再次注册。对于超过这一重量上限、多用于商用的无人机,美国也有相关法规要求登记注册。而重量小于250克的无人机由于飞不高,则无须登记注册。

#### 欧洲 频繁闯祸引起重视

相对于美国已经比较成形的无人机监管法规,欧洲国家对无人机的管控制度也正在逐渐完善。欧盟航空安全局最近出台了关于管理小型无人机的新提案,今年5月至8月为开放收集公众意见阶段。收集的反馈意见将于今年年底提交给欧盟委员会。

在法国,无人机已经带来了一些麻烦,甚至是潜在的安全威胁。2014年10月,法国10余座核电站上空先后遭遇“神秘”无人机的“入侵”;2015年年初,不止一次有“身份不明”的无人机出现在巴黎上空,所到之处包括法国总统府爱丽舍宫、美国驻法国使馆等敏感区域。就连属于民用无人机“禁区”的机场也未幸免。仅2015年,法国负责空中运输安全的宪兵队就收到8起无人机非法飞过巴黎戴高乐机场附近区域的报警。

#### 加拿大 限制操作者年龄

加拿大交通部2016年提议推行最新的无人机管理规划,要求对重量超过250克的无人机实施实名登记注册,操作者还有最低年龄限制,并且需通过考试获得相关执照。据悉,这一规定也将于今年年内实施。

法规对娱乐性无人机与非娱乐性无人机的要求有所区别,如果无人机飞行的目的是非娱乐性的,且无人机的重量超过25千克以及无人机需要脱离操作员的视野,在这些情况下操作者都必须取得操作飞行的证书。

#### 韩国 念系列“紧箍咒”

韩国国土交通部表示,政府拟出台一系列措施规范民用无人机和载人飞机的使用,以保障空中飞行安全。国土交通部透露,将与政府其他部门合作,并在2021年前投入300亿韩元(约合1.84亿元人民币)用于制定相关标准,避免飞行器在空中相撞。

自2015年3月以来,韩国科学技术院、韩国电子通信研究院及两所韩国大学开始配合研究相关政策。研究人员将进行一系列飞行及模拟实验,为无人机操作技术、防撞技术、交通管制、通信及安全出台一系列指导意见。

#### 英国 隐形护盾防无人机“投毒”

为了阻拦频频往监狱“走私”毒品和手机的无人机,英国开全球先河,在一家监狱上空设下隐形护盾。英媒报道,位于格恩西岛的莱斯尼科尔斯监狱将引入“空中围栏”系统,在监狱边缘及内部安装20多个干扰装置。这一系统发现无人机后,会激活干扰性电子围栏,这也是全球首次在监狱使用这项技术。

(据《北京晚报》)