

数字

记者日前从中国石油塔里木油田获悉:截至3月中旬,通过西气东输工程,塔里木油田累计向我国中东部地区供气超过**3000亿**立方米,相当于全国2021年天然气总产量的1.5倍。特别是在去冬今春冬供期间,塔里木油田天然气日产量连攀新高,保持在1亿立方米高位运行。(人民网)

健康

高原难入眠?  
专家为你答疑解惑

睡眠障碍常年困扰在高原地区生活工作的人们。专家提示,保持良好心态、消除对高原的恐惧心理、合理健康饮食,才能在高原拥有高质量睡眠。

“睡眠质量差是高原上一件非常令人头痛的事情。”北京高原适应研究康复中心玉树分中心主任、青海省玉树藏族自治州人民医院院长郭勇表示,造成高原睡眠障碍的原因在于高原低氧环境影响、对高原环境过于紧张和恐惧,睡前不合理饮食以及长时间使用电子产品等不良习惯。

郭勇建议,第一,初到高原应该多出去走一走,尽快熟悉环境,从而消除畏惧、紧张情绪;第二,要改掉不良习惯,睡前不长时间使用手机等电子产品,不看惊险刺激的影视剧,保持平和心态,听一些舒缓的音乐有助于更快入眠;第三,要注意饮食,食饮有节,才能起居有常。

郭勇说,良好的睡眠、均衡的饮食、适度的运动,是健康三大基石,睡眠质量与身心健康息息相关,所以不论生活在哪里,人人都要重视睡眠健康。

气象

南北两极地区  
现极端高温天气

多名气象学家近日观测到南北两极地区均出现极端高温天气,部分地区气温超出往年同期平均水平三四十摄氏度。

正常情况下,南极洲现阶段气温会随着南半球由夏季转入秋季而逐渐下降。但南极洲多个考察站本月18日记录到创纪录高温。据法新社报道,法国气象局气象学家艾蒂安·卡皮基安在社交媒体说,法国、意大利合建的康科迪亚南极考察站18日测得气温为零下11.5摄氏度,创历史最高纪录。这一数字较往年同期平均水平高约40摄氏度。

美国威斯康星大学气象学家马修·拉扎拉观测到东南极洲冰穹C-ii地区的18日气温达零下10摄氏度,而往年同期平均气温为零下43摄氏度。

美国国家冰雪数据研究中心科学家沃尔特·迈耶说,北极部分地区3月中旬气温较往年同期平均水平高约30摄氏度,有的地区气温甚至逼近或达到冰点,这极为罕见。

拉扎拉和迈耶均认为,南极洲目前出现的高温天气也可能只是偶然。不过,一旦类似情况再次或反复发生,就可能令人担忧。

消费

新司法解释宣告“签收即认可”无效  
对电商“霸王条款”说不

针对网络消费乱象,最高人民法院近期发布《最高人民法院关于审理网络消费纠纷案件适用法律若干问题的规定(一)》,《规定》主要对网络消费合同权利义务、责任主体认定、直播营销民事责任、外卖餐饮民事责任等方面作出明确规定。

自3月15日起,《最高人民法院关于审理网络消费纠纷案件适用法律若干问题的规定(一)》正式施行。司法解释第一条开宗明

义,直接宣告五类屡禁不绝的“霸王条款”无效,包括收货人签收商品即视为认可商品质量符合约定;电商平台企业依法应承担的责任一概由平台内电商承担;电商享有单方解释权或最终解释权;排除或限制消费者寻求法律救济的权利;其他排除或限制消费者权益、减轻或免除电商责任、加重消费者责任等对消费者不公平不合理的内容。(经济日报)

法治

建立“黑名单”!  
人社部开展“山寨职业资格证书”专项治理

人力资源和社会保障部近日印发《关于开展技术技能类“山寨证书”专项治理工作的通知》(以下简称《通知》),对面向社会开展的与技能人员和专业技术人员相关的技术技能类培训评价发证活动进行专项治理,将违规培训机构和评价机构纳入“黑名单”。

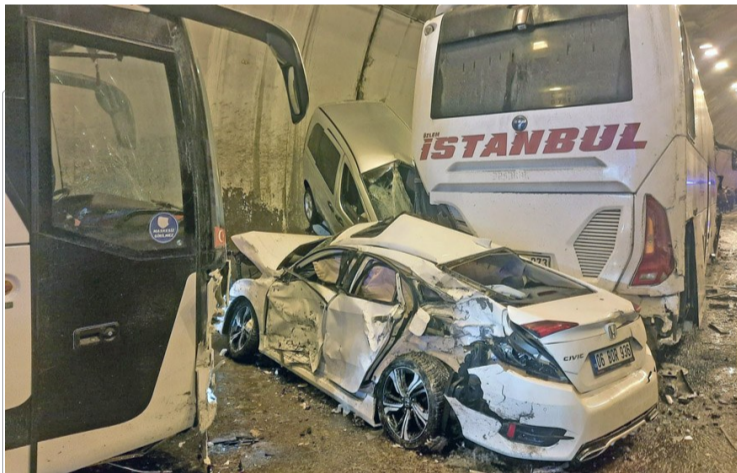
据人社部相关负责人介绍,一些机构和单位以新职业的职业资格、职业技能等级等名义,随意举办培训、评价、发证活动,乱收费、滥发证。还有一些机构和单位虚

假或夸大宣传,甚至假冒权威机构名义组织培训、评价、颁发证书等,社会对此反映强烈。

为维护广大群众合法权益和社会诚信,保障国家职业资格和职业技能等级制度体系规范运行,人社部决定自今年3月起,对技术技能类“山寨证书”进行专项治理。

人社部相关负责人表示,这次专项治理的重点为检查是否违规使用有关字样和标识,虚假或夸大宣传,特别是是否存在违规培训、违规收费等情况。(中国青年报)

观图



土耳其一隧道多车连环相撞事故致数十人受伤

这是3月19日拍摄的土耳其西北部博卢省一隧道的交通事故现场(视频截图)。

博卢省一隧道当日发生多辆汽车连环相撞事故,造成数十人受伤。据报道,事故发生在博卢省的博卢山隧道,波及18辆轿车、卡车、半挂车和城际客车,导致隧道交通一度中断。

省域

江苏今年新增建设500个政府法律援助工作站

江苏省司法厅近日公布2022年司法行政10件惠民实事,今年该省将新增建设500个政府法律援助工作站,培育7.4万名“法律明白人”,推动法律服务向基层延伸覆盖。

据悉,江苏今年将在公检法机关、群团组织、高校、律师事务所、军队团级以上单位,以及重点民生部门和困难群众相对集中的村居(社区)设立法律援助站,提供法律咨询、代拟法律文书、受理法律援助

申请等服务;依托社区综合服务中心、新时代文明实践中心、网络化管理服务中心等设立法律援助联络点,收集群众需求、接转法律援助申请等。同时,对已建工作站点进行规范化改造。

今年,江苏还将在村居(社区)遴选熟知法律法规常识、带头尊法学法守法用法的村(居)民,作为“法律明白人”参与普法宣传、法律服务、纠纷化解等工作,确保每个综合网格“法律明白人”不少于2名。

(本版稿件除署名外均据新华社)

事件

美国12岁女学生  
遭警察“跪颈”

美国一名12岁女中学生与人发生争斗,遭一名兼职做保安的警察用膝盖压住颈部按在地上,引发家长和民众指责。

威斯康星州基诺沙市教育部门18日发布的监控录像显示,本月4日,这名女学生在林肯中学的餐厅与另外一名穿深色衣服的女生发生争执并动手。学校保安肖恩·居乔上前劝阻,首先拉开深色衣服女生,在试图阻止当事女学生时与她一起摔倒在地。居乔起身用手按住女学生,随即用膝盖压住对方颈部,反剪她的双臂并铐上手铐。女学生遭“跪颈”大约半分钟。

居乔是基诺沙市警察局的警察,下班后兼职在学校做保安。女学生的父亲杰雷尔·佩雷斯说,她的精神遭受重创,不得不向精神科医生求助。他指责居乔采用威斯康星州去年开始禁用的“跪颈”执法方式,要求对他提起犯罪指控。

**中国体育彩票**

7位数第 22040 期:  
3 9 1 8 8 9 3  
7星彩第 22030 期:  
2 8 4 9 2 5 8  
排列3/排列5第 22069 期:  
5 8 6 1 9  
大乐透奖池: 11.79亿  
7位数奖池: 7235万  
7星彩奖池: 2.77亿  
最终结果以彩票中心开奖公告为准

**文明购彩指南**

- 请勿在店内吸烟
- 请勿携带宠物进店
- 请使用文明礼貌用语
- 垃圾不落地请分类投放

中国福利彩票  
CHINA WELFARE LOTTERY

双色球一周回顾  
(3月13日-3月19日)

上周双色球开奖3期,全国共产生一等奖22注,单注最高奖金1000万元,单注最低奖金631万多元;二等奖开509注,单注最高27万多元,最低6万多元。在此期间,江苏彩民收获2注一等奖,其中一注大奖花落无锡,这也是无锡今年中得的首注双色球一等奖。中彩票票出自锡山区鹅湖镇人民路91号32020794福彩投注站,奖金637万多元。无锡彩民收获1注二等奖,大奖出自江阴市南闸南新街38号32025659福彩投注站。双色球2元可中1000万。

**福彩开奖**

双色球 第 2022030 期  
12 23 24 26 27 30 05  
福彩3D 第 2022069 期  
7 3 0  
15选5 第 2022069 期  
01 02 04 06 09  
以福彩正式开奖公告为准