

健康

贾玲一年减重100斤是真的吗？
运动科学专家：可行

春节期间，电影《热辣滚烫》引发人们对减肥话题的热议。电影女主角乐莹和她的扮演者贾玲都靠运动实现了大幅减重，有人赞叹，有人质疑。贾玲用一年时间减重100斤，对普通人而言有没有参考价值？

重庆市体育科学研究所副所长刘猛说：“贾玲减肥前的基础体重较大，减肥周期较长，在科学指导下进行减肥，取得这样的效果是正常的。”西南大学体育学院教授彭莉也认为，贾玲的案例是普通人可以复刻的，因为较为适宜的减重速度是每周减1至2斤，一年52周，按照每周减2斤的速度，大体重人群就可以减去104斤。

对于有减肥需求的人，专家建议其“管住嘴、迈开腿”，踏踏实实、一步一步打造健康身体：首先做一个短、中、长期规划，包括行动方式和阶段性目标；然后建立健康的生活规律，包括相对固定的运动方式和时间、就餐时间及一天热量摄入总量计划，让身体代谢形成有效的能量循环。

法治

香港海关侦破
历来最大宗洗黑钱案

香港海关16日表示，破获历来最大宗的洗黑钱案件，涉案金额约140亿港元。海关共拘捕7名怀疑涉案人士，并冻结他们名下合共约1.65亿港元资产。据悉，海关人员根据情报锁定一个怀疑清洗黑钱集团并展开财富调查。海关发现该洗钱集团以家族式经营，不但在本地开设多间公司和多个银行账户，更通过中介人招募本地人士开设空壳公司和傀儡账户，并利用这些公司、账户处理合共约140亿港元怀疑犯罪得益。

香港海关财富调查科高级监督叶冬菁介绍，该洗钱集团以钻石、电子产品等跨境贸易作为掩饰，将大量资金多次转移到香港，从而将黑钱“洗白”，相关银行账户的出入账交易合共超过2万宗。案中主脑是一名34岁非华裔本地居民。

经深入调查后，海关人员于今年1月30日采取代号“拂晓”的执法行动，突击搜查全港多区共11个处所，拘捕7人。目前，案件仍在调查中，7名被捕人士现正保释候查，不排除会有更多人被捕。

事故

东电公布
福岛核污水泄漏原因：
忘关手动阀门

据日本《每日新闻》报道，针对福岛第一核电站2月7日发生的核污水泄漏事故，东京电力公司2月15日公布了调查结果，称泄漏系工作人员未关闭手动阀门所致。

报道称，当天核污水泄漏时长约40分钟，约1.5吨核污水流到外部并渗入土壤，泄漏的放射性物质总量高达66亿贝克勒尔。

报道指出，目前，福岛第一核电站每天有4000人左右在进行核电站报废工作，人为失误不断。对此，东电宣传人员称：“由于是人工作业，完全避免失误非常困难。”（中新网）

解读

返程遇不可抗因素不能按时返岗算旷工吗？
专家解读

各地陆续迎来返程高峰。虽然各方加大保障力度，但是仍有一些旅客买不到返程票。如果因为买不到票，不能按时返岗上班，会被算旷工吗？

中央财经大学沈建峰教授表示，如果因为车票紧张，没有办法买到车票而不能返程，劳动者应当及时请假，以使用人单位做好工作方面的安排。如果未能及时请假，可能就会构成旷工。当然，此处的问题是用用人单位是否有权不准许事假而直接开始计算旷工呢？这取决于劳动者是否已经穷尽了合理的购票手段。如果劳动者穷尽合理的购票手段，依然没有办法买到票，用人单位应当准予事假而不能拒绝请假计算旷工，否则构成管理权限的滥用。

如果因为天气、客运管理原因，以至于相关的车次、航班被取消，导致劳动者无法按时返岗，劳动者同样需要及时通知用人单位并提供相关的证据。在这样的情况下，用人单位不应劳动者按旷工处理，在无法返岗期间的工资按照单位的事假工资规则来支付。（央视网）

观图

哈尔滨冰雪大世界闭园



2月15日，游客在哈尔滨冰雪大世界园区内留影。

受气温升高等因素影响，哈尔滨冰雪大世界景区于2月15日24时闭园。本届哈尔滨冰雪大世界园区总体规划面积81万平方米，共使用25万立方米的冰和雪，打造美轮美奂的冰雪童话世界。

民生

2023年各类失业保险待遇共发放976亿元

人力资源社会保障部近期数据显示，2023年，失业保险金等各类失业保险待遇共发放976亿元，为保障失业人员基本生活发挥了重要作用。

作为社会保障体系的重要部分，失业保险具有保生活、防失业等功能。劳动者所在单位和本人缴纳失业保险费满1年、非因本人意愿中断就业，就可以申领失业保险金。

据人社部门介绍，失业人员可持本人身份证或社保卡，向参保地失业保险经办机构提出申请；或上网通过失业保险待遇申领全国统一入口办理，网址是：<http://si.zwfw.mohrss.gov.cn/>；此外，还可通过微信、支付宝搜索“电子社保卡”小程序、掌上12333APP选择“失业保险网上申领”办理。

据了解，领取失业保险金没有次数限制，对以后找工作也没有影响。相关规定明确，失业保险经办机构不得要求失业人员转移档案，不得将失业人员领取失业保险金的情况记入职工档案。

截至2023年底，全国失业保险参保人数为2.44亿人，同比增加566万人。

天气

极寒天气导致蒙古国超61万头牲畜死亡

据蒙古国紧急情况总局16日通报，极寒、暴风雪天气已导致蒙古国超过61万头牲畜死亡，且这一数字在继续增加。

据蒙古国相关部门不完全统计，截至16日，该国已有611924头牲畜因极寒、暴风雪天气而死亡，东部肯特省、苏赫巴托尔省、东方省、东戈壁省以及中西部的后杭爱省灾情严重。

另据通报，目前蒙古国全国至少有1.35万户牧民被困牧区无法出门，3.84万公里道路因大雪被封。

入冬以来，蒙古国21个省和首都乌兰巴托市持续遭遇极寒和暴风雪，全国80%以上国土至今仍被大雪覆盖，多地积雪厚度达到100厘米。

（本版稿件除署名外均据新华社）

数字

记者近日从住房城乡建设部了解到，未来，我国将每年改造**10万**公里以上地下管线。目前，全国城市的供水管道长度达110.30万公里，排水管道长度91.35万公里，天然气管道长度98.04万公里，供热管道长度49.34万公里。

文化

第74届柏林电影节开幕

第74届柏林电影节15日开幕。今年共有20部电影入围主竞赛单元，将围绕金熊奖和银熊奖等主要奖项展开角逐。

主竞赛单元评委会主席是曾凭借电影《为奴十二年》荣获奥斯卡最佳女配角奖的卢皮塔·尼永奥，评委会成员包括中国香港导演许鞍华、德国导演克里斯蒂安·佩措尔德等。

柏林电影节主办方此前宣布，将本届电影节终身成就荣誉金熊奖授予美国导演、制片人和编剧马丁·斯科塞斯，颁奖典礼将于2月20日举行，电影节期间将放映斯科塞斯的一系列作品。

科技

痴呆发病预测新进展
我国科学家发现
重要生物标志物

近日，复旦大学科研团队采用大规模蛋白质组学数据和人工智能算法，发现了预测未来痴呆风险的重要血浆生物标志物，可实现提前15年预测痴呆发病风险。相关成果发表在《自然·衰老》，《自然》主刊评价这项研究“标志着向能在早期无症状阶段检测阿尔茨海默病及其他类型痴呆的血液检测方法迈进了一步。”

复旦大学类脑智能科学与技术研究院冯建峰教授／程炜研究员团队，联合复旦大学附属华山医院郁金泰教授团队，基于大样本队列数据，对52645名非痴呆社区人群进行了平均超14年的追踪随访，其中1417位参与者被诊断为新发全因痴呆（ACD）、691名患者被诊断为新发阿尔茨海默病（AD）、285名患者被诊断为新发血管性痴呆（VaD）。通过分析1463种血浆蛋白质数据，团队发现了对痴呆预测极具价值的血浆生物标志物。

江苏省龙年主题
刮刮乐派奖活动来啦！

中国福彩重磅推出“甲辰龙”生肖系列刮刮乐已全面上市。为回馈广大购彩者对刮刮乐生肖票的喜爱，江苏省福彩中心从2024年1月24日0时起，至3月8日24时止，对凡在我省任一福彩代销点购买面值30元“甲辰龙—福龙贺岁”刮刮乐和面值50元“甲辰龙—福耀龙腾”刮刮乐，若单张刮刮乐中奖500元，则再额外奖励500元。这么大力度的派奖活动，你心动了吗？