

# 世界硒都·湖北恩施城市形象推介会在瑞典举行 暨“硒”发现200周年纪念邮册首部发行

(《北华人报》记者文力报道) 8月16日, 瑞典举办的“第5届国际硒与环境与健康大会”与“第11届硒与生物学国际研讨会”(恰逢硒发现200周年)之际, 大会组委会在瑞典卡罗林斯卡学院Solna校区隆重举行。在此, 启动“世界硒都·湖北恩施城市形象推介暨发现200周年纪念邮册全球首发仪式”, 同时, 向全球推介“唯一探明独立硒矿床”所在地中国恩施城市形象与中国保健协会科普教育分会、湖北省硒产业协会、江苏省集邮公司、天脉德源健康产业集团联合发行《硒发现200周年纪念邮册》。



价值。  
大会主席Elias Arnér在现场指出, 硒对人体健康具有微而不凡的作用, 邮册发行, 旨在呼吁国际专家、学者、社会进一步加大对硒与人体健康的关注与研究。湖北省硒产业协会会长储震表示, 瑞典是硒的发现地, 中国是硒的发扬地, 在中国, 硒正帮助着万千家庭重燃生命希望, 未来中国硒产业将以更加开放的态度与世界对话, 共同探索世界健康事业的可持续发展。中国硒产业愿与世界硒产业一起携手同行, 构建合作共赢的产业生态圈, 让硒望之火燎原世界, 让“微而不凡”的硒元素造福人类。

### 联合国官员出席 发布仪式获国际高度关注

本次发布仪式受到“硒”领域内国际人士的高度关注, 众多重量级嘉宾莅临现场。联合国维和部官员Lennart Gustsson携夫人出席本次活动(Lennart Gustsson先生曾对联合国维和事宜做出杰出贡献并荣获诺贝尔和平奖)。出席本次大会的还有瑞典各领域代表、瑞典乌普萨拉市副省长Stefan Hanna先生、大会主席Elias Arnér教授、瑞典石油大王Ove Hgman及夫人、诺贝尔夫妇校友Janne Nilsson的教授及夫人、瑞典著名IT公司亚太区执行长官Bo Lindström先生及夫人, 出席本次发布仪式的中国代表中国恩施州人民政府副州长程水源、湖北省硒产业协会会长储震、相关硒产业代表。瑞典当地《Aftonbladet》、《Chinanews》、《kinyheter》、《北华人报》、《Nordic Chinese Newspaper》、等媒体及中国新华社记者现场采访报道。

高端智库, 开展硒与人体健康的基础理论和产业化研究, 邀请本次大会主席、硒研究专家一起到恩施参加九月份即将举办的第四届硒博会, 同时作相关硒研究的最新学术报告。

通过本次大会的城市形象推介让与会的专家学者及国际硒产业代表们高度认识世界硒都·湖北恩施的硒资源、硒产业和旅游人文资源。让世界硒研究学术界聆听恩施州政府利用硒资源、发展硒产业的声音, 让世界了解世界硒都。恩施的高科技硒产品也走出国门在大会亮相, 提升了“世界硒都·湖北恩施”的国际影响力。

### 首部硒主题纪念邮册全球首发

#### 推进全球硒产业融合与中瑞友好交流

大会现场进行了隆重的纪念邮册全球首发仪式, 这是硒发现200周年以来发行的第一本硒相关纪念邮册。该邮册由“第11届硒与生物学和医学国际研讨会”暨“第5届国际硒与环境与健康国际会议”组委会、中国保健协会科普教育分会、湖北省硒产业协会、江苏省集邮公司、天脉德源健康产业集团联合发行, 得到恩施州人民政府的大力支持。邮册内容涵盖硒元素的发现、硒发现200年以来的里程碑事件、中国梦珍藏版邮票、世界硒都湖北恩施介绍、中国具较大影响力的“科学补硒·健康生活”公益宣传活动以及中国硒匠精神。融合了硒科研、硒应用、硒科普、硒资源、硒产业等元素, 同时结合硒元素特性, 收藏中国邮政珍藏发行的中国梦特种邮票、太阳神鸟纪念邮票、防癌抗癌的特种邮票等, 具有较强的纪念及收藏

各联合发行单位领导代表在邮册上庄严签字, 世界硒都·湖北恩施副州长程水源与斯德哥尔摩Solna市长Pehr Granfalk互赠礼物, 推进中瑞友好交流。大会主席Elias Arnér与湖北省硒产业协会会长互赠礼物, 希望中瑞硒产业能涌现出更多层次、更广领域的交流合作。联合国维和部官员、诺贝尔和平奖获得者Lennart Gustsson也发表了精彩演讲, 期勉中国硒产业对人类健康、世界和平做出更多的奉献。

### 共同传递走过几座城市的“硒望火炬”

#### 让世界因硒更美好

为了呼吁大众加强对硒与健康的关注, 促进全球政府及科研工作者共同关注硒与人类健康事业, 联合国官员Lennart Gustsson、瑞典乌普萨拉市副省长Stefan Hanna、恩施州人民政府副州长程水源、大会主席瑞典卡罗林斯卡学院的Elias Arnér教授、湖北省硒产业协会会长储震等领导代表现场进行了“硒望火炬传递仪式”, 该火炬自2016年5月起从湖北恩施的全球“唯一探明独立硒矿床”采集火种, 已经走遍中国200多座城市, 途经法国巴黎, 再到瑞典斯德哥尔摩。它象征着政府、科研工作者、硒产业代表共同传递硒望、健康人类的美好意愿, 通过火炬传递, 呼吁全球更多人参与, 实现“硒与大健康产业”的共建与共享, 联合更多资源与科技的力量, 造福更多大众健康, 让硒元素焕发更多的力量, 让世界因硒更美好。

为感谢中国硒产业代表们为中瑞经济与文化友好交流方面做出的努力, 诺贝尔和平奖获得者Lennart Gustavsson及Solna市市长Pehr Granfalk先生为中国硒产业代表颁发了促进中瑞两国和平友好使者荣誉证书。

# 习近平总书记给第三届中国“互联网+”大学生创新创业大赛“青年红色筑梦之旅”的大学生的回信

【据新华社】北京8月15日电 习近平总书记给第三届中国“互联网+”大学生创新创业大赛“青年红色筑梦之旅”的大学生的回信。

第三届中国“互联网+”大学生创新创业大赛“青年红色筑梦之旅”的同学们:

来信收悉。得知全国150万大学生参加本届大赛, 其中上百支大学生创新创业团队参加了走进延安、服务革命老区的“青年红色筑梦之旅”活动, 帮助老区人民脱贫致富奔小康, 既取得了积极成效, 又受到了思想洗礼, 我感到十分高兴。

延安是革命圣地, 你们奔赴延安, 追寻革命前辈伟大而艰辛的历史足迹, 学习延安精神, 坚定理想信念, 锤炼意志品质, 把激昂的青春梦融入伟大的中国梦, 体现了当代中国青年奋发有为的精神风貌。



实现全面建成小康社会奋斗目标, 实现社会主义

现代化, 实现中华民族伟大复兴, 需要一批又一批德才兼备的有为人才为之奋斗。

我们比历史上任何时期都更接近实现中华民族伟大复兴的光彩目标。祖国的青年一代有理想、有追求、有担当, 实现中华民族伟大复兴就有源源不断的青春力量。希望你们扎根中国大地了解国情民情, 在创新创业中增长智慧才干, 在艰苦奋斗中锤炼意志品质, 在亿万人民为实现中国梦而进行的伟大奋斗中实现人生价值, 用青春书写无愧于时代、无愧于历史的华彩篇章。

习近平 2017年8月15日

# 瑞典斯京文化节拉开序幕

(《北华人报》记者张文报道) 8月15日, Stockholm 斯德哥尔摩文化节拉开序幕, 第一天即迎来丰富到极致的文化盛宴, 各种演艺、娱乐、军演、话剧等, 将在这短哥尔摩, 是瑞典文化活动的最大活动。

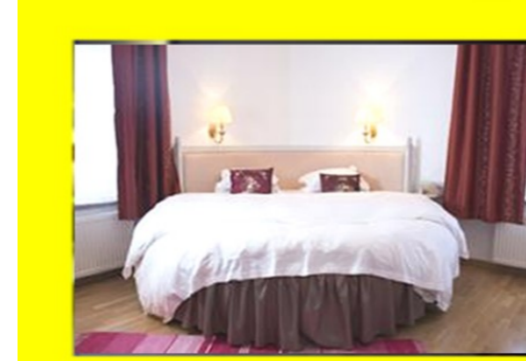


# 瑞典文化历史保护单位(四星级酒店)



# 十七世纪风格酒店

**BROMMAVIKHOTEL**  
Karlsbodavägen 45  
168 67 Bromma  
TEF: 0046-8.868800  
FAX: 0046-8-868805  
www.brommavik.se



## Oriental Supermarket 大中华超市

瑞典最大亚洲超市 斯德哥尔摩市中心 中泰日韩五千余种商品任您挑选

消费满 500 克朗可免费办理会员卡

累积 3000-5000 分, 购物优惠 3%

累积 5000-12000 分, 购物优惠 5%

累积超过 12000 分, 购物优惠 8%

每消费 1 克朗累积 1 分, 积分一自然年内有效, 更多积分, 更多优惠

冷冻产品

饮料零食

泰国特产

方便面

温馨提示: 每位持大中华超市会员卡顾客可按特价购买一套烤鸭, 购买特价烤鸭需提前两天电话预订, 大中华超市拥有对此活动的解释权。

城市官方网站: www.orientalsupermarket.se  
城市电话: 08-242 888

# 欧洲爆毒鸡蛋 丑闻已波及7个国家



【中国网消息】8月3日，荷兰食品安全部门公布了147家农场的鸡蛋含有杀虫剂氟虫腈成分。截至目前，这些“毒鸡蛋”已经威胁到德国、荷兰、英国、法国、比利时、瑞典、瑞士等7个国家的食品安全，欧盟已对【欧洲爆毒鸡蛋丑闻已波及7个国家

中国并未进口丹麦知情不发】8月3日，荷兰食品安全部门公布了147家农场的鸡蛋含有杀虫剂氟虫腈成分。截至目前，这些“毒鸡蛋”已经威胁到德国、荷兰、英国、法国、比利时、瑞典、瑞士等7个国家的食品安全，欧盟已对这些

最先发现鸡蛋 比利时食品安全局，但因其知情不报导致了“毒鸡蛋”扩散范围的加大。

【欧洲爆毒鸡蛋丑闻已波及7个国家

中国并未进口 丹麦知情不发】氟虫腈可杀灭跳蚤、螨虫和虱，被世界卫生组织列为“对人类有中度毒性”的化学品。欧盟法律规定，氟虫腈不得用于人类食品产业链中的畜禽。早在7月底，比利时和德国就因鸡蛋疑似含有杀虫剂氟虫腈下架了百万枚鸡蛋。荷兰涉事养殖场和为其提供杀虫服务的“鸡之友”公司则双双表示无辜。“鸡之友”称，这些农药来自比利时供应商。经比利时检察部门调查，该国两家专门生产杀虫剂的厂商将原本合法用于饲养鸡的杀虫药混合了非法有害物质，以加强药力。

二十六种天然药制成  
电话：08-43761109  
传真：08-7785680

功效：开窍醒神 益智清目 安神止痛  
适用于：头痛、头晕、高血压、失眠、  
增强记忆、学生考试、司机驾车疲劳等。

G-MED-S 智眼带 GROUP  
HÄLSO BAND

附图 Figure  
前额区 Forehead  
侧区 Side  
后脑区 Back of head

# 国家主席习近平12日应约同美国总统特朗普通电话

习近平指出，我同总统先生上个月在德国汉堡举行了很好的会晤。我们作为中美两国的领导人，就共同关心的问题保持密切沟通，对中美关系发展十分重要。双方应该继续按照我和总统先生达成的共识，加强对话与沟通，推进各领域交流合作，妥善处理彼此关心的问题，推动中美关系健康稳定向前发展。中方重视总统先生年内将对中国进行的国事访问，两国工作团队要共同努力做好准备工作。

特朗普表示，很高兴汉堡会晤后再次同习近平主席通话。我同习主席就重大问题保持沟通和协调、两国加强各层级和各领域交往十分重要。当前，中美关系发展态势良好，我相信可以发展得更好。我期待着对中国进行国事访问。

两国元首就当前朝鲜半岛局势交换了意见。习近平强调，中美在实现朝鲜半岛无核化、维护朝鲜半岛和平稳定方面拥有共同利益。当前，有关方面要保持克制，避免加剧朝鲜半岛局势紧张的言行。解决朝鲜半岛核问题，归根结底还是要坚持对话谈判、政治解决的大方向。中方愿在相互尊重的基础上同美方保持沟通，共同推动朝鲜半岛核问题妥善解决。

特朗普表示，充分理解中方在朝鲜半岛核问题上发挥的作用，美方愿同中方继续就共同关心的重大国际和地区问题保持密切沟通。

# 芬兰将打造超级地下核废料库

据美国全国广播公司财经频道8月3日报道，芬兰奥尔基卢奥托岛将使用迷宫般的地下隧道储存核废料，此举可能成为其他国家效仿的模板。

据世界核能协会的数据显示，芬兰目前拥有4座核反应堆，为其提供了近30%的电力。奥尔基卢奥托岛核电站3项目(Olkiluoto 3 project)将成为芬兰第五大核反应堆。芬兰能源公司-工业电力公司称，该核电站将于2018年年底开始正常生产，净发电量将达到1600兆瓦(MW)左右。

来自芬兰工业电力公司的尤哈·波伊科拉(Juha Poikola)受访时称：“奥尔基卢奥托岛核电站3的一个重大变化是它的规模很大。目前，世界上最大的发电厂的发电量大约是1500兆瓦，而奥尔基卢奥托岛核电站3的发电量是1600兆瓦，所以说它的规模很大”。

芬兰工业电力公司称，奥尔基卢奥托岛核电站3一旦完工，芬兰将“在电力生产实现自给自足方面取得长足进步”。

来自芬兰工业电力公司的安妮·涅米(Anne Niemi)称：“对于可操作性废物，如中低级废物，我们有一个地下



# 瑞典女歌手台上唱一半突然脱了真空上阵尽情扭腰

托芙·罗在Lollapalooza音乐节上不仅只穿着破洞背心使肉体若隐若现，唱到一半更直接把衣服脱了真空上阵。

新浪娱乐讯 据台湾媒体报道，瑞典女歌手托芙·罗(Tove Lo)曾凭借《格雷的五十道阴影》主题曲《爱你做主》获葛莱美奖提名词曲作者，在8月6日的Lollapalooza音乐节中

不仅只穿着破洞背心使肉体若隐若现，唱到一半更直接把衣服脱了真空上阵。

托芙·罗今年曾在雪梨歌剧院和加州音乐祭两地演唱，接着又在8月6日于芝加哥举办的“Lollapalooza音乐节”献唱，当天，托芙·罗完

全没穿内衣遮羞，只有在私密部位贴上银色保护，外面直接穿着紫色的洞洞背心，身材若隐若现，现场气氛十分欢乐。

没想到托芙·罗唱到一半，事实上，托芙·罗从出道以来都是坦率、不经修饰以及深受摇滚摇滚(垃圾摇滚、Grunge)启发的风格，被滚石杂志形容为“瑞典最黑暗的国际流行歌手”，也因为创作的歌词自传风格强烈、诚实、百感交集，令她获得“最伤心的瑞典女孩”之称。

托芙·罗今年曾在雪梨歌剧院和加州音乐祭两地演唱，接着又在8月6日于芝加哥举办的“Lollapalooza音乐节”献唱，当天，托芙·罗完

全没穿内衣遮羞，只有在私密部位贴上银色保护，外面直接穿着紫色的洞洞背心，身材若隐若现，现场气氛十分欢乐。

没想到托芙·罗唱到一半，事实上，托芙·罗从出道以来都是坦率、不经修饰以及深受摇滚摇滚(垃圾摇滚、Grunge)启发的风格，被滚石杂志形容为“瑞典最黑暗的国际流行歌手”，也因为创作的歌词自传风格强烈、诚实、百感交集，令她获得“最伤心的瑞典女孩”之称。

托芙·罗今年曾在雪梨歌剧院和加州音乐祭两地演唱，接着又在8月6日于芝加哥举办的“Lollapalooza音乐节”献唱，当天，托芙·罗完

全没穿内衣遮羞，只有在私密部位贴上银色保护，外面直接穿着紫色的洞洞背心，身材若隐若现，现场气氛十分欢乐。

没想到托芙·罗唱到一半，事实上，托芙·罗从出道以来都是坦率、不经修饰以及深受摇滚摇滚(垃圾摇滚、Grunge)启发的风格，被滚石杂志形容为“瑞典最黑暗的国际流行歌手”，也因为创作的歌词自传风格强烈、诚实、百感交集，令她获得“最伤心的瑞典女孩”之称。



# 形意拳与中医学点滴知识在瑞典

《北欧华人报》特约评论员金波报道)形意拳是中国武术之一，和太极拳、八卦拳同属内家拳。多少年来，太极拳在世界各国的推广已经得到世界的推崇。可是，提起形意拳很少人知道。笔者锻炼形意拳几十年“防身健体”受益匪浅，2013年在瑞典一次文化节的表演，三天里有几十万人观看了形意拳的表演，开阔了瑞典人的眼界。瑞典人说，形意拳是中国又一门“功夫”(外国人把拳术称为功夫)我认为，中国武术博大精深应该把形意拳作为“百花齐放”向世界推广。

形意五行拳是形意拳的基础也称为形意之母拳。包括：劈拳、崩拳、钻拳、炮拳、横拳，五种拳术。五行拳是以中国医学传统文化中的五行学说命名的每招每式，使五脏、五体、经络、四肢得到锻炼，五行拳的招式拳法步步为营。形意拳与以中医学理论为基础，锻炼方法可以达到养生保健、健体强身的作用。五行拳是根据中医五行学说命名。

五行拳是形意拳基础，形意的特点都是建立在五行，劈、崩、钻、炮、横的每招每式，又都是“桩”术。俗话说：“练功不站桩，等于瞎晃荡”。五行拳，无论是单打、格斗，还是形意拳的运用熟练程度，姿势、站立、行走、体型、技术的发挥都脱离不了五行拳的基础拳。

形意拳单练包括：五行拳、十二形、五行连环拳、鸡形四把、鹤形八式、十二洪捶、杂式捶、拍手艺术、八字功拳、金刚八势拳、拳入洞拳、九套环拳、形意十七势、盘根、形意散手等。形意拳应用器械：有五行剑、三才剑、纯阳剑、龙形剑、五行刀、五行棍、九州棍、五行枪、连环枪等。可以单练也可以对练：三花炮、五行生克对练、八式对练、洪捶对练、安身炮对练、九套环、十六把、三才剑对练等。如果坚持锻炼功到自然成。

笔者年过花甲在异国他乡颐享夕阳之年仍然坚持每天锻炼始终不渝，坚持不懈换来的强壮的身体，康健的体魄、坚强的性格，顽强毅力并非艺高人胆大，主要是“防身健体，养生保健”。瑞典人得知形意拳的“功夫”纷纷对形意拳产生浓厚的兴趣。

(本报责任编辑小石)

# 芬兰百年庆典隆重揭幕

芬兰百年庆典隆重揭幕 2017年将迎芬兰旅游热

为庆祝芬兰独立100周年，芬兰将在2017年举办一系列精彩纷呈的庆祝活动，百年庆典之年有望迎来芬兰旅游热潮。1917年12月6日，芬兰宣布独立。经过100年的岁月洗礼，当代芬兰人民愈加推崇平等、民主、多元化的国家精神，因此今年对于他们而言将是最有纪念意义的一年。

2017年新年前夜，“芬兰百年国庆盛大开幕”活动在首都赫尔辛基的Töölönlahti湾区隆重举行，通过芬兰电视广播公司Yle的现场直播，开幕盛况在全国观众面前精彩呈现。

即将开业的全球唯一一家姆明博物馆(Moomin Museum)将为艺术及文化爱好者打造一场感官盛宴。博物馆坐落于坦佩雷大厅(Tampere Hall)内，于2017年6月17日开门迎客，将展示芬兰著名艺术家托芙·扬松(Tove Jansson)的原创艺术作品。冒险爱好者也可在同天莅临芬兰第40座国家公园-霍萨国家公园(Hossa National Park)的揭幕现场，参加丰富

多彩户外庆祝活动，可谓全家同游理想之选。芬兰还在今年设立四个自然日，让游客有更多机会深入探索并领略芬兰壮美的自然风光：



2017年5月20日—冰雪融化，万物复苏，走近自然享受捕鱼或采摘野生草药的乐趣，用脚步丈量悠闲写意的度假时光。

2017年7月17日—享受浪漫的仲夏之夜，在篝火旁露营，在星空下入睡，或是聆听夜莺悠扬的歌声。

2017年8月26日—夏末将至，在户外音乐厅聆听大自然交响乐，或是参加以及自然风光为背景的灯光节。

此外，赫尔辛基艺术博物馆还将举办以“当代生活!”(Modern Life!)为主题的展览，向观众展示芬兰在国际环境下的当代风采。展品涵盖建筑、设计、摄影、视觉艺术等多个领域，旨在展现多元化的当代元素对芬兰日常生活和艺术的影响(展出时间：2017年3月3日至7月30日)。

广告招租

《《北欧华人报》》  
广告部

Tel: 0046-8-339977  
Email: Nordic-chinese@hotmail.com

# 立秋过后“末伏”防止中风

（《北欧华人报》记者**强强**、**张文**报道）11日，是末伏开始。有人说，再过几天秋傻子就过去了，再熬一伏今年盛夏就熬到头了。实际，末伏是三伏天的最后一伏，俗称“秋老虎”。可是，在各个国家地区不同温度也不同，末伏时，白天温度仍较高，早晚气温则明显变凉，昼夜温差逐渐增加。再“贪凉”疾病就要找你了，“春困，秋乏”中风人也随之增加。

在中国大部分地区炎热天气都“盼着”立秋，熬过三伏天，最多再过“半个月”天气就凉爽了。在北欧地区则不然，当地人盼夏天，怕立秋。北欧的夏天是最好的季节，从六月到八月中旬进入度假期，在各大小城市和街心好像突然人少了一半人。每个家庭都“拉家带口”去“郊游”玩去了。北欧人真喜热，贪凉！最怕立秋，立秋过后象征着一年快过去了。立秋过后北欧意味着没几天热头了，明显的“秋风扫落叶”，一下就冷了。即使这样的天气北欧人还是习惯晚上开



窗户睡觉，她们觉得开窗空气流通，可是，不少人夏天过后浑身痛、口眼歪斜甚至中风却不知道从何而来。如果，有人劝其关窗户睡觉，他们却反感的说：“为什么？”

北欧地区大部分地区是海洋性气候，山不算高，确实是“山风袭人吹人爽，皮肉筋骨难抵挡”。北欧人真的“贪凉”！却不知道寒冷会伤人？中国人盼立秋、熬盛夏已经习惯成自然了。这时，夏天过后，进入秋天会使人犯困，”沾枕头就着“，尽管是秋傻子节气也是秋风最容易伤人的季节，如果不加注意，还再“贪凉”，可以使人“中风”。

轻者浑身疼痛、头晕目眩，重者口眼歪斜，半身不遂，后悔为时已晚。立秋过后，应该防止中风，中医有“中经络和中脏腑”之分。有人认为自己年富力强，身体健壮，“少年气盛”，中风是“老年人”得的病，实际“风”从来不认人，年轻气盛、不信“邪”的人更容易中风。

## 瑞典研究发现：睡眠不够人马上变丑又变笨



发现睡眠不足的早上，参加者看起来明显倦怠，皮肤变得苍白、出现皱纹、眼皮更轻微下垂。

负责研究的博士 Tina Sundelin 补充，除了显德衰老，睡眠不足更会影响智力及健康，人变得迟钝之余，社交能力都会降低。不想变丑又变蠢，今晚早点睡啦！

（瑞典新闻报道）最近蠢啦又丑啦？可能是睡眠不够啊！瑞典卡罗琳医学院研究发现，如果睡眠不足，相貌马上被评变丑！

研究方面向122名男女年龄介乎18-47岁的人进行研究，记录他们4晚的睡眠时间。两晚睡足8小时、另外两晚只睡4小时。醒来后配合摄影师马上来个大头照，



## 我国居民高血压患病率持续走高

新华社北京8月12日电（记者毛伟豪、荆天）据国家心血管病中心公布的“十二五”期间高血压抽样调查的最新结果，我国约有2.5亿高血压患者，患病率呈上升趋势，且随年龄增高而上升。

在全国31个省（区、市），国家心血管病中心采用分层多阶段随机抽样的方法，共抽取15岁及以上人群约50万人进行调查。从整体来看，我国18岁以上成人高血压患病率为23%，男性高于女性，分别是24.3%和21.6%。城乡差距减小，城市为23.1%、农村为22.9%。但农村地区知晓率、治疗率、控制率较低。

研究还显示，过去10年，高血压地域分布的“北高南低”趋势已发生改变，与经济发展水平正相关。高血压知晓率、控制率也在不断提高，对比2002年至2015年的数据，知晓率从30.2%上升到42.7%，治疗率由24.6%升至38.3%，控制率从6.1%提高至14.5%。心血管事件由升降转“拐点”的到来值得期待。

对多数患者而言，高血压通常无自觉症状，所以根本不知道自己血压升高，体检测血压时才能发现。北京安贞医院高血压科副主任医师匡泽民说，为高血压患者的心血管风险降至最低，需要患者血压控制达到一定的标准。同时还要充分考虑血压波动产生的不利影响。血压波动越大，发生心脑血管事件的风险就越大。因此高质量的降压治疗，除了要长效降压，还要平稳降压。

## 误解中医药宣传会伤害身体

（《北欧华人报》记者**文张**报道）24日，一位瑞典学校餐饮部的“老师”皮肤奇痒，到瑞典中国医药集团门诊看病。医生仔细询问得知这位“老师”利用工作之便每天给学生煮姜汤喝，“近水楼台先得月”自己还在念念有词：“每天吃生姜，身体保健康”却壮志未酬，“身先损，一身红疹”痒难受。化名文文，是瑞典一家瑞典学校餐饮部的“老师”，她喜爱中医养生，但是，一知半解，由其对生姜情有独钟。她已经饮用生姜茶多年，年纪未老却耳聩耳鸣，伴有眼睛发干、发红充血几年。因为工作之便每天都给学生冲生姜茶喝，她不解的是很多学生长了很多“青春痘”……。几个月来发现自己身上“奇痒”难受，用手“挠挠”痒出一片，并且耳聩更加严重、烦躁，“沾火就着”，吃了很多西药效果不见好转。医生再仔细询问，每天她喜欢吃辣，而且比别人“爱吃”，一顿饭要吃小半瓶“老干妈”。

文文跟医生说：“我身体虚不受补，儿子真孝顺，买了很多好药，我一吃补药就更难受”，用过西洋参、冬虫夏草、灵芝、藏红花等。医生听了都出了一身冷汗，请你“把所有的吃的补要都停掉，包括生姜，从今天起停用辛辣食品，鱼虾类”。文文还再争执说，其他可以不吃，这么多补药不吃都浪费了，太可惜了。医生郑重的说，宁可浪费也不要继续伤害自己的身体。中医有：“虚则补之，实而泻之”，根本就没有“虚不受补”之说，只有补“错”或是补的不是“地方”。应该知道，气虚，补气，血虚补血，阴虚滋阴，阳虚助阳，千万不能不同青红皂白，一补为快！

文文得的病，不是虚而是热盛，不但，不能补，而且必须泻！热清，各种症状才能缓解以致痊愈。

目前，网上、微信里中医的宣传有些混乱，切不可片面和盲目的转发，中医理论看似简单，内含深远、深厚、深刻的科学性，如果误解中医药的宣传会导致伤害身体，生姜也不一定适合每一个人。

## 27名中国游客冰岛被甩团“蓝色假日”遭立案调查

继今年7月12日中旅体育国际旅行社在俄甩团后，北京蓝色假日国际旅行社有限公司上海分公司(以下称蓝色假日，总公司位于北京)组团赴冰岛全部游客在完成行程后顺利回国。

北京市旅委表示，此事件是继今年7月12日中旅体育国际旅行社在俄甩团后发生的又一起境外旅游甩团事件。



目前，北京蓝色假日国际旅行社、北京瑞景假日国际旅行社不仅遭到通报批评。相关涉嫌违法违规行为，由北京市旅游执法大队立案调查，依法从严肃处理。冰岛是无数人心中“世界的尽头”，这里虽然不是极北之处，却有着和“地球上”截然不同的风景，近年来深受国人的喜爱。

不过，在今年7月21日，“蓝色假日”组团赴冰岛旅游过程中，因与地接社北京瑞景假日国际旅行社有限公司(以下简称瑞景假日)委托的芬兰旅游公司北欧印象存在经济纠纷，在冰岛被甩团，造成恶劣影响。

据悉，该团由蓝色假日在国内组团，共27人，原定行程是7月21日上午自挪威首都奥斯陆抵冰岛首都雷克雅未克。因蓝色假日拖欠瑞景假日旅游款，导致地接社在冰岛甩团。

最终，在中国驻冰岛大使馆的紧急协助和妥善安置下，经与国内相关部门、企业沟通，最后

北京市旅委对北京蓝色假日国际旅行社、北京瑞景假日国际旅行社进行通报批评。相关涉嫌违法违规行为，由北京市旅游执法大队立案调查，依法从严肃处理。并且，对负责地接的芬兰旅游公司北欧印象给予警告，将其行为记入北京市旅游行业信用监管系统，建议本市其他出境社在组团赴北欧地区时，慎重选择北欧印象。同时，北京蓝色假日国际旅行社要妥善处理好相关投诉和补偿事宜。

针对此次事件，北京市旅委对北京蓝色假日国际旅行社、北京瑞景假日国际旅行社进行通报批评。相关涉嫌违法违规行为，由北京市旅游执法大队立案调查，依法从严肃处理。并且，对负责地接的芬兰旅游公司北欧印象给予警告，将其行为记入北京市旅游行业信用监管系统，建议本市其他出境社在组团赴北欧地区时，慎重选择北欧印象。同时，北京蓝色假日国际旅行社要妥善处理好相关投诉和补偿事宜。

（《北欧华人报》通讯员**陈文芬**、记者**郑伟**吉林报道）

## 吉林省侨联号召海内外侨胞为洪灾民众重建家园贡献力量

8月12日，记者在吉林省侨联获悉，针对前段时间吉林省部分地区遭遇的洪灾，吉林省侨联联合吉林卫视共同发出倡议，号召广大海内外侨胞为灾区人民重建美好家园贡献力量。

据了解，自7月份入汛以来，吉林省遭受大面积、持续性大暴雨和特大暴雨影响，多个县市区不同程度受灾。受灾最为严重的永吉县，全县受灾人口达到27.9万人，经济损失严重。

洪灾无情人有情，吉林省侨联与吉林卫视在第一时间发起了救助捐赠活动，目前吉林卫视不仅在台内发起了员工捐款活动，各个频道也联合社会各界进行了联合募集活动，截止目前累计募

集钱款356万，物资400万。



吉林省侨联侨商会第一时间伸出援手，向永吉县捐助了急需的1万斤大米和100条棉被。省侨联全体工作人员，省侨联海外顾问、世界越柬寮华人团体联合会永远秘书长余建强及大洋洲分会多位会员，省侨联青委会常委、巴西中国浙江商会会长叶新锋，省侨商会会员、吉林松花江实业集团有限公司韩大伟等30余人

海内外侨胞纷纷为灾区慷慨解囊，自发捐款达20万余元，用实际行动诠释了大爱无边、报效桑梓的赤子之心，彰显出中华民族强大的凝聚力。

吉林省侨联和吉林卫视募集的所有善款和物资，都将在8月20日，在“喜迎19大情动中国心”吉林卫视的改版晚会上全球公布，并对吉林灾区进行直接捐赠，由灾区代表现场接受捐赠。捐赠过程也将随吉林卫视的改版晚会向全中国播出，并将通过海外各国华人电视台向全球华人播出，以彰显全球华人在自然灾害面前的凝聚力，弘赤子之心，扬大国之风。

目前，洪水虽然消退，但灾民安置、重建家园、恢复生产的任务仍十分艰巨。在此，吉林省侨联、吉林卫视，共同倡议广大海内外侨胞充分发扬博爱精神和“一方有难、八方支援”的中华传统美德，勇于担当，为灾区捐款捐物，奉献爱心，让我们戮力同心，帮助灾区人民重建美好家园。

## 山西省侨联党组书记王维卿会见香港山西商会会长胡晓明一行



（本报通讯员**斯平**山西报道）8月9日，山西省侨联党组书记王维卿会见到访的香港山西商会会长胡晓明一行，省侨联副主席范安龙、秘书长陈蕾及相关部门负责人等陪同会见。王维卿书记向客人的到来表示热烈欢迎，并介绍了省侨联近期所开展的工作。她说，今年以来，省侨联大力拓展海外联谊和拓展新侨工作，成立省侨联文化交流联盟并积极承办中国侨联“亲情中华”品牌活动，开展“晋侨·金桥”行动积极推动省委“晋商晋才回乡创业创新工程”实施。当听到商会正在筹办“香港山西节”后，她表示山西坐拥五千年中华文明的厚重底蕴，香港是中国对外开放的重要窗口，通过这个平台可以让向香港同胞更多的了解山西，向世界展示中华文明源远流长历史脉络，省侨联将支持商会各项工作，为晋港两地搭建交流合作平台。

胡晓明会长对省侨联的热情接待表示感谢，并介绍了香港山西商会的基本情况和近年来所开展的工作。他表示香港与山西合作前景广阔，商会与省侨联工作上也有很多交集，愿与省侨联继续加强沟通与合作，为山西的父老乡亲做点实事。

**北京国帅宾馆是您到北京旅游休闲的好去处**

地点：北京前门西大街正阳市场2号楼  
电话：0086-10-63132588

**天津市 達仁堂 制药厂**

**清宫寿桃丸**

# 芬兰“基本收入”方案获多数民众支持 细节仍在探索中

芬兰“基本收入”方案投入试验已有半年。近期的调查显示，大多数芬兰人对这一设想表示支持，并提出一些建议。芬兰社保部门官员表示，“基本收入”的具体细节仍在探索当中。

中国金融信息网(记者李骥志 徐谦)广受关注的芬兰“基本收入”方案投入试验已有半年。近期的调查显示，大多数芬兰人对这一设想表示支持，并提出一些建议。芬兰社保部门官员表示，“基本收入”的具体细节仍在探索当中。

芬兰商业与政策论坛EVA上周公布的一项民意调查显示，在2014名受访者中，67%的人认为芬兰人都应该享受“基本收入”，只有17%的人持反对意见。此外，50%的受访者认为，如果要求“基本收入”领取者付出一些劳动，则方案会得到更广泛的认可。芬兰民族联合党

议员埃莉娜·波拉基认为，这一调查结果是“一个值得肯定的事实”，因为“芬兰人认识到‘基本收入’是一个有活力的社会保障模式”。

针对半数受访者认为“基本收入”领取者应从事力所能及的工作的建议，EVA研究主管米卡·路马利塔塔说，这反映了人们的现实主义态度，这种想法是明智的。而赫尔辛基大学社会政策专业教授海基路

希拉莫则认为，“如果添加了附加条件，它就不再是‘基本收入’了”。他说，“基本收入”应该是一种无条件的福利。

芬兰社保局局长埃莉路阿尔托日前在接受新华

同时取消其所享受的各类失业补助。与此同时，他们仍可继续领取最低保障、住房保障，享受医疗、教育等社会福利。试验为期两年，到2018年底结束。

芬兰广播公司对参与试验者进行跟踪调查发现，

多数人认为无条件的“基本收入”能更好地激励失业者去做一些兼职工作。一名叫玛琳的参与试验者说，她现在感觉非常好，可以做所有想做的兼职工作，而不担心会失去“基本收入”。

“基本收入”方案由芬兰社保局2015年提出，目的是简化社会保障系统，防止失业者因害怕失去失业补助而不愿求职。根据芬兰社保局目前的设想，“基本收入”将不附带条件地支付给所有公民，因而也被称为“全民基本收入”。

芬兰的“全民基本收入”设想一经公布，就受到国际媒体广泛关注。阿尔托宁说：“基本收入”现在还是一个概念。“对于一个永久性

的制度而言，还需要探讨一些基本问题，如‘基本收入’对薪酬水平、就业、服务、其他福利以及税收的影响等。”阿尔托宁表示，芬兰福利制度改革还有很长的路要走，“目前针对2000名失业者的试验不能解决所有的问题”。她认为，本届政府任内无法完成有关“基本收入”的细节，最终方案要等到下一届政府来决定。

社记者采访时解释说，对“基本收入”领取者提出一些附加要求，并不一定是让他们去干活儿，而是希望这些人也能接受并参与职业培训，从而获得更好的工作能力，达到劳动力市场的要求。

目前“基本收入”方案仍处于试验阶段。从2017年1月1日开始，2000名参与试验者每月领取560欧元(约合4480元人民币)的“基本收入”，不用交税，



## 瑞典EQT收购Spirit 布局美国城市光纤市场

【据电缆网讯】位于瑞典的另类投资企业EQT日前宣布将收购美国光纤服务提供商Spirit通信企业主要股份。

双方同意不披露此次收购的金额，收购案目前还有待相关部门批准。

据介绍，Spirit通信公司在南卡罗莱州、北卡罗莱州和乔治亚州拥有17个城市光纤市场，光纤总长 Networks。



度超过9000英里。这也是EQT今年在美国收购的第二个光纤服务提供商。

今年2月，EQT宣布斥资9.5亿美元的价格收购了弗吉尼亚州、宾州、西弗吉尼亚州、马里兰州、俄亥俄州和肯塔基州的光纤网络服务提供商Lumos

## 冰岛特色鸡品种——鹰嘴鸡

你听说过鹰嘴鸡吗?在北大西洋岛国冰岛的鹰嘴鸡与我国鸡有着很大的差异，鹰嘴鸡外形较为轻巧，因其嘴巴很像鹰嘴而被命名为鹰嘴鸡，也是

因为长着一种利嘴，鹰嘴鸡才能在岛国中顺利觅食，鹰嘴鸡肉质鲜美，颇受冰岛人民青睐。

鹰嘴鸡产地冰岛，是冰岛的特产鸡品种，据说此鸡主要靠食用海边的蟹贝螺等海鲜长大，肉质鲜美，目前在国内还比较少见。由于我国还没有引进这一鸡品种，因此关于鹰嘴鸡这一品种的相关信息资料较少，其实鹰嘴鸡这一品种并不太适宜在我国饲养，我国和冰岛气候差异很大，不过由于当前科学技术的强大，通过选育改良培育或有可能在我国饲养

鹰嘴鸡。冰岛鹰嘴鸡外形和我国鸽子及海鸥外形有相似之处，但却不易饲养，大家如果对此一鸡品种感兴趣可以具体了解一下。



# 首届国际法伊28R帆船世锦赛扬帆瑞典



【新华社北京8月10日电】据世界帆联国际法伊28R级别协会消息，首个中国品牌举办的国际级帆船世锦赛——首届国际法伊28R (FAREAST 28R) 帆船世锦赛于当地时间10日在瑞典第三大城市马尔默开始第一个比赛日的较量。

本次比赛由国际法伊28R级别协会与瑞典马尔默市政府主办，瑞典马尔默帆船俱乐部承办，共有瑞典、荷兰、丹麦、英国、日本、中国6个国家的22支船队参赛。来自中国海尚帆友俱乐部的两支会员队伍代表中国船队参赛。

国际法伊28R帆船级别协会是世界帆联官方认可的组织机构，更是首个来自中国的帆船级别协会组织，此次所发起的赛事是首个中国品牌举办的帆船世锦赛，获得世界帆联和瑞典航海协会的批准和支持。

比赛开幕前，首届国际法伊28R级别协会年度会议在瑞典马尔默帆船俱乐部举行。国际法伊28R级别协会主席杜盈莹、各国(或地区)法伊28R级别协会和船东等代表出席会议。本

届年度会议的主要议程包括：选举级别丈量员；修改级别规则与级别协会章程；关于法伊28R市财务报告、技术报告；探讨明年国际法伊28R世锦赛及欧锦赛的举办地事宜。经年度会议讨论，比尔·阿博特成为级别丈量员候选人，阿博特曾担任世界帆联规则委员会主席，现任世界帆联国际丈量员及装备委员会成员；2018国际法伊28R世锦赛及2018国际法伊28R欧洲锦标赛将分别在中国与斯洛文尼亚举行。

虽然法伊28R帆船世锦赛是第一次举办，但是比赛按照世界帆联世锦赛标准的竞赛规程要求，完成船只检验、船帆丈量、船员称重等一系列必要流程，严格程度堪比奥运会。该赛事将设立四个竞赛日，并采用群发赛制，所有参赛船队在同一航线出发。

截至2017年6月，法伊28R的全球销量已超300艘，28R是中国乃至亚洲首个获得世界帆联认可的国际统一级别船型，曾提名2016欧洲年度帆船大奖。作为船舶制造行业的知名中国品牌，法伊自2002年创办以来，一直努力打造优质“中国船舶品牌”为目标，提升其在国内国际市场自主品牌的影响力和知名度，展现中国品牌实力。



## 中国海军74舰艇编队结束对芬兰访问

【中新网赫尔辛基8月4日电】(曾行贱 刘畅平)8月4日，由导弹驱逐舰合肥舰、导弹护卫舰运城舰和综合补给舰骆马湖舰组成的中国海军174舰艇编队，圆满完成对芬兰的友好访问，驶离赫尔辛基。

当地时间上午10时许，天空下起了大雨，芬兰海军在码头举行了欢送仪式。编队指挥员俞满江、政委傅晓东与前来送行的芬兰海军学院院长、中国驻芬兰大使馆及华人华侨、留学生代表握手寒暄。随后，编队各舰依次启航，前往访问的下一站。

访问期间，编队指挥员拜会了赫尔辛基市市长、首都警卫团团长等军政要员，官兵们应邀参观了芬兰海军学院、芬兰堡等场所，并与芬兰海军开展了足球友谊赛。

8月3日，编队举行了甲板招待会，芬兰国防军副团长、海军参谋长等军政要员专程赶来参加。当日，运城舰还组织了舰艇开放日活动，4000余名当地市民和芬兰华人华侨登舰参观。许多旅居芬兰的华人华侨目睹祖国军舰的风采后表示：“身在海外，看到祖国的军舰和官



兵，就像看到了家人一样激动。有强大的祖国做后盾，我们对未来充满信心。”

码头华人华侨高呼“祖国万岁”，展开五星红旗，为编队送行。码头华人华侨高呼“祖国万岁”，展开五星红旗，为编队送行。

“此次访问，我们通过高层会面、舰艇开放、甲板招待会、参观見学等形式多样的外事活动，展示出我海军官兵爱好和平、开放自信的良好形象，达到了相互交流、促进合作、深化友谊的目的。”编队指挥员俞满江在总结此次访问的成果时如此表示。

## 冰岛的缤纷姿色

作为令全世界为之着迷的冰岛，她千姿百态的美丽容貌。一年中的任何时间，冰岛都将带给你一次一生难忘的旅行体验。冰岛对于所有爱好旅游者的甚至是一次一生难忘的旅行体验。冰岛对于所有爱好旅游者的甚至是一次一生难忘的旅行体验。

在不一样的时候，冰岛所呈现给你的旅行体验也各不相同，盛夏的冰岛婀娜多姿，深冬的冰岛又神秘莫测。但唯独又放下了刀叉，又不知如何下手的一点永远不会改变，那就是无头疼抉择。小编给你准备了不同时节，冰岛的缤纷姿色，任你挑选。



**瑞典中国医药集团准销售产品**

**帮助中国医药企业在欧盟注册**

**德源印务新技术有限公司**

承接各类印刷、设计等业务

本公司拥有先进的印刷设备、优秀的设计团队

成熟的国内至国外的运输途径

竭诚为海外华人华侨提供服务

瑞典办事处 北欧华人报社

联系电话: 0046-8-337799 传真: 0046-8-7785680