

## “互联网+分享”

# 智慧交通模式下如何出行?

上班顺路让你搭车,出行提前预订好停车位,利用大数据减少交通拥堵……当“分享”撞上“互联网+”,未来的城市中,我们将如何出行?

### 智慧出行已来“敲门”

在“互联网+分享”的影响下,智慧出行时代向我们走来。滴滴跨城顺风车是一家C2C拼车平台,用户可通过互联网预约拼车出行。滴滴提供的数据显示,2016年春运期间,滴滴跨城顺风车一共运送了190万名乘客,相当于两千多列车组的运量,或者中等航空公司的规模。

清华大学信息网络工程研究中心主任吴建平认为,今天这个时代,人们出行越来越强调个性化,越来越强调满足个

人需求。将来人们可通过手机获取更多信息,城市管理者通过大数据分析可以了解每个人的需求,从而创造一个交通体系,更好地满足人们的个性化出行需求。

智慧出行只是“互联网+分享”经济的一部分,国家信息中心发布的《中国分享经济发展报告(2016)》指出,2015年中国分享经济市场规模约为19560亿元,分享经济提供服务者约5000万。预计未来五年分享经济年均增长速度在40%左右,到2020年分享经济规模占GDP比重将达到10%以上。

### “分享”让生活更绿色高效

网友“小贝的樱桃”第一次使用拼车软件当车主,收入

了13.2元钱,并在微博上晒出了收入和乘客对她评价的截图。

开车上下班的路上多载一个人,成本几乎是零。“多载一个人就是分享你的座位,对方付钱就是经济。这对双方都有好处,也可以减少道路拥堵。”滴滴副总裁张贝说。

张贝说,滴滴拼车运营人群中65%的拼成率。如果用平时出租车价格的60%拼车,司机可以获得120%的收入。各方都有积极性,乘客付出更少的出行成本,司机有更高的收入,道路车辆也会减少,拥堵程度就会缓解。

绿狗租车常务副总经理范永耀认为,除了分享车座位,还可以分享用车时段。“按小时租、日租、常租,利用互联网把自己的身份证、驾驶证通过

APP上传,通过服务平台享受全程自助、24小时服务。”

范永耀说,2015年绿狗租车仅分时租赁一项,就满足了五万人次的出行,行驶了242万公里,节省19.36万升汽油。

### 智慧出行还需迈过几道坎

不过,专家认为,智慧出行的发展壮大还需时日。

软通动力集团副总裁方发和认为,开放共享的海量数据是支撑智慧出行的关键。城市管理者要对数据整编、融合,打破目前条块分割的状态,实现信息互联互通共享,这样不仅能提升出行的智慧化水平,也能提升城市的智能水平。

张贝说:“除了数据共享,还要有人身意外伤害保险,才

可以让一个陌生人来搭你的车。另外,还需要方便快捷的支付方式、清晰透明的价格。”

威海市民张芃芃说:“我天黑绝对不拼车,太危险了。白天一般也不拼车。坐陌生人的车担心有风险。”

在海量数据的开发共享过程中,贵州省荔波县长叶霖认为,政府搭建平台,借助民间资本的力量,将市场机制和经营理念引入大数据开发利用会更好。

为了保证信息安全,清华大学信息网络工程研究中心主任吴建平认为,采集数据时,可以用号码或者代号替代主人的信息。“比方说某某女士,这个名字后台可以用12345或者abc等某一个代码代替,只要后台匹配即可,让参与者的隐私不会被泄露。”

## 科普大观园

# 喝果汁有讲究! 看看营养学专家的小秘诀

鲜榨果汁是很多人的爱,有人是因为觉得能够完全吸收水果中的营养,有的则是觉得喝果汁比喝其它饮料好。喝鲜榨果汁有哪些需要注意的点,不妨一起和小编来看看!

### 去除残余

一杯鲜榨果汁,需要很多新鲜水果,有些水果中农药残余量也会增加。因此,一定要认真清洗干净。

将白醋和水以3:1的比例兑好,用喷壶喷在水果上,或者直接用来浸泡,时间在30秒以上,然后再用清水冲洗。白醋中的醋酸是非常好的溶剂,能同时溶解极性和非极性化合物。很多农药不溶于水,但溶

于醋酸。

可以购买一个专门刷水果的软刷,虽然是种物理方法,但对去除农药也有效果。刷子适用于比较硬的水果。

### 合理搭配

有些人担心不同水果一起榨汁,会破坏彼此的营养,这种担心是完全没有必要的。在中国营养学会常务副理事长翟凤英看来,只要口感可以承受,水果种类越多越好。但最好选择味道相近的水果搭配榨汁。

经常榨汁的人都知道,榨完会有很多渣,建议喝的时候充分摇匀,连渣一起喝掉,里面丰富的营养物质可不能浪费。另外,最好每次榨一杯的量,放

置过久,不但营养被氧化破坏,而且容易滋生细菌,因此,榨好后应尽快饮用,放在冰箱中也不要超过半天。果汁营养丰富,但没有完整水果带来的饱腹感,对于想瘦身的人,最好直接吃水果。

### 榨汁没压汁好

果汁还是“压”出来的好,现在市面上有榨汁机和压汁机,很多人认为两者是一样的,其实不然。

榨汁是将汁液和果渣分离,主要得到的是汁液,而压汁是把食物打碎,汁液和果渣混在一起。很多水果的皮和蔬菜的茎叶营养丰富,且含有大量纤维,压汁可将汁液和果渣一

起喝掉,营养更全面。所以从营养上来说,榨汁不如压汁好。

注意,榨汁和压汁的容器一定要清洗干净,做好果汁后应及时清洗,以免汁液中的渣子黏在机器内壁上,不利于彻底清洗。

### 加点橄榄油

鲜榨果汁可加点橄榄油再喝,尤其是芒果、木瓜这样的黄色水果,因富含β胡萝卜素,加橄榄油更有利于营养的吸收。

如果要加芹菜、黄瓜等蔬菜一起榨汁,蔬菜可先用热水烫一下,不仅能去除杂质,还可破坏其中的氧化酶和草酸,出汁率高,减少榨汁中营养素的损失。

果汁营养丰富,但不宜多喝,每天300毫升左右,饭前饭后都可以。但想瘦身的人最好饭前喝,能产生一定的饱腹感。果汁对于小孩、老人来说更适合,对于成人,最好吃整个水果,强健咀嚼肌,促进消化酶分泌。



## 延安市城区主要农副产品价格信息

监测点:农贸市场  
 延安市物价局  
 2016年4月26日采集发布

品种	规格	单位	价格		
			二道街	东盛	白坪
大米	25kg	元/袋	130	130	130
小米	当地主销散装	元/斤	6	5	5
面粉	当地主销25kg	元/袋	95	95	90
红枣	当地主销散装	元/斤	10	10	10
荞面	当地主销散装	元/斤	3.5	5	4
食用油	桶装5L	元/桶	65	60	60
绿豆	散装	元/斤	7	6.5	6
猪肉	五花肉	元/斤	14	14	15
猪肉	精瘦肉	元/斤	18	17	17
羊肉	新鲜带骨	元/斤	30	28	25

品种	规格	单位	价格		
			二道街	东盛	白坪
牛肉	新鲜去骨	元/斤	29	27	28
鸡肉	白条鸡	元/斤	10	10	10
鲤鱼	活500g以上一条	元/斤	8	7	9
鸡蛋	新鲜	元/斤	5	4.5	4
豆腐	当地主销散装	元/斤	2.5	2	2.5
土豆	新鲜	元/斤	3	2.5	2.5
西红柿	新鲜	元/斤	3	4	3.5
黄瓜	新鲜	元/斤	2.5	2.5	2.5
白菜	新鲜	元/斤	1.5	2	1.5
青椒	新鲜	元/斤	5	4	3.5

品种	规格	单位	价格		
			二道街	东盛	白坪
茄子	新鲜	元/斤	3.5	4	3.5
白萝卜	新鲜	元/斤	1	2	1.5
莲花白	新鲜	元/斤	2.5	2	1.5
白葱	新鲜	元/斤	6	6	6
豆角	新鲜	元/斤	7	6	5
蘑菇	新鲜	元/斤	5	5	5
苹果	当地主销红富士	元/斤	5	6.8	3
香蕉	国产一级	元/斤	3	2.98	3