

勾勒丰台“金融+文化”天际线

国家大剧院艺术家奏响丽泽云端演奏会

本报讯(记者 林瑶 原梓峰)管乐声声入耳,悠扬曼妙的音符飘荡在丽泽金融商务区上空,2月25日中午,在丽泽SOHO的52层,一场“云端”演奏会悄然开场。

据悉,这是国家大剧院百场公益演出首次来到丽泽金融商务区,为城市金融核心注入崭新文化活力。“百场公益演出是国家大剧院延续10年的艺术普及教育活动,携手国家大剧院合唱团、管弦乐团、歌剧演员队和戏剧演员队以及国内外优秀艺术家,深入乡镇街道、学校、科研院所、部队、企事业单位等地,举办了千余场优质文化资源直达基层的公益性演出,惠及观众逾20万人次。”国家大剧院工作人员告诉记者,“今天我们带来了来自国家大剧院管弦乐团的四位乐手来到丽泽金融商务区,打破传统音乐厅的限制,利用丽泽SOHO的高空空间,提供独特的‘云端’演出场地,为金融从业者和市民带来别样的视听享受。”

“我们邀请近百位商务区入驻企业职工共赴‘云端’演奏会,希望在忙碌的工作之余,进一步丰富大家的精神文化生活,以文化力量赋能丽泽金融商务区高质量发展,提升区域文化软实力,让文化成为商务区发展的强劲引擎。”丽泽商务区管委会相关负责人说。

四位管弦乐艺术家以一曲大家耳熟能详的莫扎特《G大调小夜曲》开场,通过“经典曲目演奏+现场导赏+沉浸体验”的形式,为大家带来一场别开生面的演奏会。“我们不仅在表演空间上有了新突破,演奏类型也涵盖了多种音乐类型,既有《蓝色多瑙河》《梦幻》等古典音乐名曲、《公爵之歌》《饮酒歌》等知名歌剧选段,还有《梁祝·化蝶》《瑶族舞曲》等传统民族音乐……”四位乐手边说边纵情演绎,弓弦交错间,古典与现代交融,美妙的旋律在丽泽上空缓缓蔓延。

“在中午休息的时间‘品尝’到这样一场高水平的‘视听大餐’太舒压、太值得了!”在

丽泽锐中心办公的王晓雪在演奏会后大呼过瘾,“平时工作压力大,很少有时间走进剧院踏踏实实看演出,今天的演奏者是顶尖艺术家,音乐也是曲曲经典,这样一场开在身边的品质级演奏会让我很惊喜。”

正如观众所说,此次公益演出在时间的选择上也很“贴心”,考虑到周边金融从业者工作时间紧、压力大,特别选取了午休的12:30—13:30进行演出,用一首首云巅雅乐勾勒独属于丰台的金融文化天际线。

“此次国家大剧院百场公益演出走进丽泽金融商务区只是第一站,未来我们还将精心策划,在南中轴、中关村丰台园等丰台地标区域举办此类活动,提升区域文化氛围。下一步,丰台区文旅局还将继续积极搭建文化资源合作平台,为公众带来更加丰富多元的文化体验,不断满足人民日益增长的精神文化需求,打造品质生活,助力区域文化建设迈向新台阶。”丰台区文旅局相关负责人说。



“云端”演出为金融从业者和市民带来别样的视听享受。原梓峰 摄

3月1日至3月12日 禁飞低慢小

本报讯(特约记者 张蕾)根据北京市公安局发布的《关于加强2025年全国“两会”期间北京地区“低慢小”航空器管理工作的通告》,自3月1日零时起至3月12日24时期间,在本市行政区域内,禁止一切单位、组织和个人利用无人机、穿越机等“低慢小”航空器进行各类体育、娱乐、广告性飞行活动。

“低慢小”航空器是指飞行高度在1000米以下、飞行时速小于200公里、雷达反射面积小于2平方米的航空器具。主要包括轻型和超轻型飞机(含轻型和超轻型直升机)、滑翔机、三角翼、动力三角翼、载人气球(热气球)、飞艇、滑翔伞、动力滑翔伞、无人机、航空模型(含穿越机)、无人驾驶自由气球、系留气球等。

请相关从业单位和广大市民主动配合民航、体育、公安等部门,对涉及“低慢小”航空器人员、器具信息进行登记管理,同时严格遵守各项规定,杜绝违规飞行。

针对孔明灯、氢气球,警方也作出相关提示:孔明灯利用明火加热空气产生动力升空,且自重较轻,遇有阵风或碰撞高大建筑物后容易坠落,一旦掉落到草丛或悬挂到树枝等易燃物品上,极易引发火灾。按照2014年出台的《关于在北京地区禁止生产销售燃放孔明灯的通告》,在本市行政区域内禁止生产、销售、燃放孔明灯。

氢气属于易燃易爆气体,使用氢气充灌的气球遇到明火、静电、太阳暴晒或压力过高时,

极易发生爆燃,在公共场所贩卖、携带氢气球等行为也会给公共安全造成极大的风险隐患。

北京警方将会同相关部门持续严厉查处打击“低慢小”航空器、孔明灯和涉氢气球违法行为。对于未经审批擅自开展飞行活动的,非法生产、销售、燃放孔明灯以及非法制造、买卖、存储、使用氢气和使用氢气充装气球的单位或个人,北京警方将依法查处;对于构成犯罪的,将依法追究刑事责任。

北京警方请广大市民自觉遵法守法,树立为个人、家庭、社会负责的意识,杜绝各类“低慢小”航空器违法违规飞行行为,不购买、不使用孔明灯以及氢气充灌的气球,共同维护空中秩序和公共安全。

本报讯(通讯员 王海露 桑茜)近日,由中国运载火箭技术研究院抓总研制的长征三号乙运载火箭(以下简称“长三乙火箭”)托举中星10R卫星在西昌卫星发射中心点火升空,成功完成发射任务。

中星10R卫星是满足国内政府及行业用户业务、船载业务等需求的通信卫星,可为“一带一路”国家地区提供高效的卫星网络传输服务,为国家“网络强国”“一带一路”和“数字经济”战略实施提供有力保障。

火箭采用“去任务化”的设计研制模式,助推器、芯一级、芯二级、芯三级等产品都实现了通用化和组批投产,大大提高了生产效率,增强了火箭任务适应性,缩短了履约周期。

自1月7日长三乙火箭发射实践二十五号卫星以来,长征三号甲系列运载火箭开启了年度新一轮高密度发射。为了确保本发任务完成,发射队员在春节假期提前返岗,一丝不苟完成各项射前准备工作,用实际行动诠释航天人的责任与担当。

火箭院长三乙火箭成功发射中星10R卫星

健康卫生小知识

少饮酒 不酗酒

酒的主要成分是乙醇(酒精)和水,几乎不含有营养成分。酒精对身体的大部分器官和系统都产生危害,有引发成瘾、依赖的特性。1克酒精可提供7千卡的热量,产热能力仅次于脂肪。经常过量饮酒,会使食欲下降,食物摄入量减少,从而导致多种营养素缺乏、急慢性酒精中毒、酒精性脂肪肝等,严重时会造成酒精性肝硬化。过量饮酒还会增加患高血压、脑卒中(中风)、精神障碍等疾病的风险,并可能导致交通事故及暴力事件的增加,危害个人健康和社会安全。

成年人若饮酒,应限量,不劝酒、不酗酒。成年人一天饮用酒精量建议不超过15克,相当于啤酒450毫升、葡萄酒150毫升、低度白酒50毫升、高度白酒30毫升。儿童青少年、孕妇、乳母、慢性病患者不应饮酒,驾车、操纵机器等特定职业人群禁止饮酒。

如果出现无法克制地对酒的渴望,不喝酒就会感到身体、心理上不舒服,甚至出现幻觉、妄想等精神症状,这是酒精依赖症的表现,需要到综合医院的精神科或精神专科医院就诊。

遇到心理问题时
主动寻求帮助

每个人一生中都会遇到各种心理健康问题。心理健康问题能够通过调节自身情绪和行为、寻求情感交流和心理援助等方法解决。积极参加体育运动是维护心理健康的重要途径,运动可以增强正确面对挫折和困难的能力。

重视和关注儿童青少年心理健康,开展生命教育,加强心理咨询指导,培养儿童青少年珍爱生命意识和情绪管理与心理调适能力。需要心理咨询时可拨打当地12345、12355、12320等热线电话寻求帮助。

如果怀疑有明显的心理行为问题或精神疾病,要及早去精神专科医院或综合医院的心理科或精神科咨询、治疗。

精神疾病可防可治,不要觉得难为情或耻辱。家人的陪伴和监护对于精神疾病患者的康复非常重要。一旦确诊患有精神疾病,应尽快让患者接受正规治疗,监督患者遵照医嘱全程、不间断、按时按量服药。精神疾病的治疗效果与疾病类型、疾病严重程度有关。通过规范治疗,多数患者病情可以得到有效控制,达到临床痊愈。

丰台好人

好人说

捡到东西归还失主是每个人的基本道德,只有我们每个人都做到诚实守信,养成良好的社会风气,才能让城市更加进步。



路俊丽

路俊丽:答应别人的事一定会做到

好人故事

路俊丽,1966年出生,北大街北里社区退休居民。

路俊丽是小区出名的热心人,不仅为人热心,经常主动调解邻里矛盾,还会陪独居老人聊天,答应别人的事,不管自己多忙一定会做到。随着年龄增大,路俊丽的腿脚也越发不好,要经常去医院看病开药。2024年4月10日,路俊丽在医院的转门口看到有人的手机从兜里滑落,于是赶紧上前捡起手机,但由于转门速度很慢,等她追出去的时候,掉手机的居民已经走远。路俊丽一路小跑追上失主,可惜身体不允许。

她本想把手机交给医院门卫,但转念一想:自己既不知道失主什么时候再来医院,又担心失主有紧急的事情被丢手机耽搁。于是,路俊丽只能将手机暂时保管在自己手上,等待失主来电。等了几个小时,电话终于铃响了,电话中传来失主焦急的声音:“您好,请问是您捡到了我的手机吗……”通过电话沟

通,路俊丽和失主约好第二天早上九点在社区居委会见面。

第二天,路俊丽准时前往居委会。大约一个小时后,手机又响了,失主的声音再次传来:“您好!实在不好意思因为一些事情耽搁了,我现在马上过去找您。”路俊丽连忙答应:“好的好的,我在门口等您,不着急。”

十一点左右,失主终于来到了居委会门口。路俊丽询问了有关手机的信息,确认了失主。失主拿到手机后,想留下路俊丽的联系方式,并想通过转账的方式感谢路俊丽。路俊丽坚定拒绝了,说“捡到东西归还失主是每个人的基本道德,不需要感谢。只有我们每一个人都做到诚实守信,养成良好的社会风气,才能让我们的城市更加进步”。

这一幕让我们看到了人性的美好,也让我们看到了社会的温暖。拾金不昧的行为不仅体现了个人道德素质,更是我们社会文明进步的体现。