

由火箭院抓总研制 创造又一个新纪录 长三乙火箭成功发射 通信技术试验卫星十三号

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(简称“长三乙火箭”)在西昌卫星发射中心点火升空,将通信技术试验卫星十三号精准送入预定轨道,发射任务取得圆满成功。

至此,长三乙火箭实现了我国首个单一型号100次宇航发射,创造了我国运载火箭发展历程中又一个新纪录。

本次任务中,型号团队围绕产品流程优化、可靠性提升、产品化等方面对火箭开展了多项技术优化。同时,型号团队严格落实集团公司和院相关部署要求,加强质量管控,细化分解形成近50项保成功措施,确保任务顺利实施。

长三乙火箭与长三甲、长三丙火箭共同构成了长三甲系列“金牌火箭”。长三乙火箭于1993年获批立项,自1996年首飞到完成

100次发射历时28年,是我国宇航发射次数最多的单一型号,承担了多个国家重大工程任务,将北斗、嫦娥、风云、天链等“乘客”送入预定轨道。

“探索浩瀚宇宙,建设航天强国,是我们不懈追求的航天梦。”谈及长三乙火箭取得如此成绩的原因,火箭院相关负责人说。中国航天事业不断攀登高峰、刷新高度,得到了快速发展,发射任务的需求也随之激增。同时,该系列火箭最早采用系列化、通用化、组合化的设计思路,也为后续发展打下了坚实的基础。多年来,型号团队始终坚持不懈地进行技术创新与可靠性提升,不仅极大地提升了长三乙火箭的整体性能与竞争力,使其能够从从容应对多样化的发射需求,还为重大工程的顺利实施提供了有力的支撑与保障,为中国航天事业的蓬勃发展注入了源源不断的活力与动能。

100发是新的起点,长征系列运载火箭高级顾问、中国工程院院士、时任长三甲系列火箭首任总设计师兼总指挥的龙乐豪说起长三乙火箭研制历程感慨万千,首飞到百次,火箭背后凝聚着一代代航天人追梦不止的奋斗印记,这之中离不开航天精神的引领,更离不开国家的全力支持,以及中国国民经济的快速发展带来的相互促进作用。

龙乐豪还用“引领方向、树立标杆”来评价长三乙火箭。该型火箭的成功研制,不仅为我国航天事业带来了一系列技术创新和经验积累,更是将研制理念传承了下去,为新一代运载火箭的发展奠定了基础。未来几年,长三乙火箭将持续实施高密度发射,型号团队将继续以“勇担重任、敢于创新、务实高效、追求卓越”为追求,以敢于自我革命的精神,主动创新创造,高质量完成好每一次发射任务。

陆军装甲兵学院曾泽鹏:泳坛荣耀与军旅传奇

本报讯(通讯员 张泽昊)在第4届世界军校学员运动会50米蛙泳项目的赛场上,一个矫健的身影吸引着众人的目光。他就是曾泽鹏,这位2000年3月出生于湖北襄阳的青年,代表全国所有军校学员与世界上其他国家的高手展开激烈角逐。

军旅成长 从游泳健将到特战尖兵

曾泽鹏的游泳天赋几乎是与生俱来的。在七岁那年,他便在大伯的引导下开始了游泳训练。从七岁到十二岁,他的生活几乎被游泳填满,除了上学,其余时间都投入到了艰苦的训练中。在学校,他凭借出色的身体条件,被教练选中加入校队,并进而被推荐至省队集训。一次偶然的机会,曾泽鹏被某特战旅看中,希望他加入海军陆战队。面对部队伸出的橄榄枝,曾泽鹏没有丝毫犹豫,毅然选择入伍。

在新兵连的日子里,曾泽鹏经历了从地方青年到合格军人的蜕变。他逐渐意识到,军旅生活并非只有光鲜亮丽的一面,更多的是日复

一日的艰苦训练和磨砺。然而,正是这些挑战激发了他内心的斗志和潜能。他凭借着出色的身体素质和坚韧不拔的意志,逐渐在新兵中崭露头角。

泳坛建功 从“蛟龙王”到全国冠军

曾泽鹏的游泳天赋在部队中得到了充分的展现。2020年7月,他首次参加旅首届“蛟龙杯”游泳比武,便一举夺得10000米第一名和远距极限游泳32000米第一名,并打破了该科目陆军纪录。此后,他更是连续三年在“蛟龙杯”游泳比武中包揽多个项目的冠军,成为特战旅名副其实的“蛟龙王”。

2023年9月,曾泽鹏被保送至陆军装甲兵学院深造。在学院里,他依然保持着对游泳的热爱和执着追求。面对更加专业的训练和比赛环境,他更加刻苦地训练,不断提升自己的游泳技能。2024年7月,在全军院校“强军杯”游泳比赛中,他包揽50米、100米、200米蛙泳3个项目冠军和4×100米、4×50米蛙泳接力冠军及4×

未来展望 从当兵的人到带兵的人

对于曾泽鹏来说,泳坛夺魁只是他军旅生涯中的一个阶段性成果。他深知,作为一名军人,自己的使命和责任远不止于此。在未来的日子里,他希望能够将自己在游泳方面的特长和经验传授给更多的战友和学员,为部队培养出一批批优秀人才。

他还希望利用自己在学院学习的机会,不断提升综合素质和领导能力。他梦想着有一天能够成为一名优秀的带兵人,将自己的所学所悟应用到实际的带兵工作中去。他相信,在不久的将来,他一定能够在新的岗位上继续发光发热,为部队建设贡献自己的力量,在军旅生涯中书写更加辉煌的篇章。

图说 丰台好人

抗癌英雄 精彩人生



杨瑞英与癌友姐妹们经常一起朗诵、唱歌、跳舞、学相声和时装表演。未来,她也会继续在抗癌事业中发光发热。

杨瑞英,东铁匠营街道横七条路第二社区居民。

三十多年来,她是与癌症殊死搏斗的“抗癌英雄”,是帮助癌友走出人生低谷的“抗癌明星”,是有坚定舞台梦想的文艺“发烧友”,是街坊邻居眼中的孝老爱亲模范,是传播正能量的新时代“社区发声人”。她常常告诉自己,只要拥有自强不息的信念,积极乐观的心态,帮助别人的热情,就一定能活出精彩人生。1988年8月,杨瑞英被确诊为乳腺癌晚期。经过无数个辗转反侧的难眠长夜,她下定决心不放弃生存的希望要和死神做一场斗争。人生奋斗的动力出自于对生命的渴望。她积极配合医生用中西医结合疗法进行调理,坚持锻炼。经过综合治疗,她的身体逐步好转。至今她已与病魔战斗36年,创造了癌症不等于死亡的生命奇迹。

天坛医院『天坛病案复印』 微信小程序使用详解

刚出院不到5个工作日,还不能复印病历,过几天再来医院又得请假……您有这样的烦恼吗?

北京天坛医院已经开通微信“天坛病案复印”小程序,让您足不出户就能轻松完成出院病案复印申请、费用支付、快递邮寄、进度查询等业务——只要患者出院时间超过5个工作日,在微信上搜索“天坛病案复印”小程序,或者扫描二维码,就可以按照提示步骤进行操作。

进入小程序后,您只需要按照提示逐步填写“个人基本信息”和领取方式(请仔细阅读病案复印须知和隐私协议)→选择需要的病案信息(如果是多次住院,选择想要的那次)→选择“所需份数”→选择“复印用途”,(比如报销、医疗)→勾选所需要的病案内容→上传身份证件照片等进行身份认证→选择领取方式→需要快递寄送时完善快递信息→提交申请→支付费用成功→订单生成,显示订单号。

病案科工作人员接到复印申请后,将进行身份审核,审核通过后及时为您打印病历,交付EMS为您寄出。如果您在医院现场,也可以扫描二维码进行手机操作,一样快递到家。

不过,申请复印病案时您需要准备以下身份证明材料:

- 申请人为患者本人时需提供:患者本人的有效身份证明(身份证、户口本、护照、港澳通行证、军人证等);
- 申请人为患者代理人时需提供:①患者本人有效身份证明 ②代理人有效身份证明;
- 申请人为未成年人患者的法定监护人时需提供:①患儿的有效身份证明(身份证、户口本、出生证明等) ②法定监护人的有效身份证明。

注意:目前天坛医院仅提供入院日期为2015年1月1日之后出院病案的线上复印服务。住院期间未提供身份证号码的(例如使用护照号),无法使用小程序。死亡病历不能在线申请复印,请患者近亲属携带有效身份证明及与死亡患者关系的法定证明材料(如户口本、结婚证、出生证明等),到天坛医院门诊综合服务中心病案复印业务窗口现场办理。若委托他人代理,代理人除以上材料外,还需现场提供代理人有效身份证明、代理关系的法定证明材料或授权委托书。



(扫描二维码,查看视频详解)



(扫描小程序,办理病案复印)

第二十六届中老年优秀健身项目表演赛成功举办

33支中老年健身团队同台竞技



表演赛展示了中老年群体良好的身体素质和积极向上的精神面貌。

本报讯(通讯员 陈静)近日,2024年北京第二十六届中老年优秀健身项目表演赛在丰台区栎能魔王运动空间举办。本次比赛由北京市社会体育管理中心主办,北京市老年人体育协会承办,丰台区老年人体育协会协办,表演赛吸引了来自全市各区的中老年健身团队33支。

随着开幕式结束,参赛选手纷纷登场,无论是老年太极拳的沉稳舒展,还是广场舞队伍的激情飞扬,每一位参赛者都全情投入,展

示了中老年群体良好的身体素质和积极向上的精神面貌。

除了传统项目,本次赛事还特别设置了创新健身项目,如老年瑜伽、老年健身操等。来自石榴庄街道的徐老师和团队带来的健身瑜伽表演,以其柔韧的动作和专注的神态,深深打动了观众。徐老师说:“瑜伽不仅能帮助我保持身体的柔韧性,还能帮助我舒缓压力保持内心的平静。”



每一位参赛者都会全情投入。