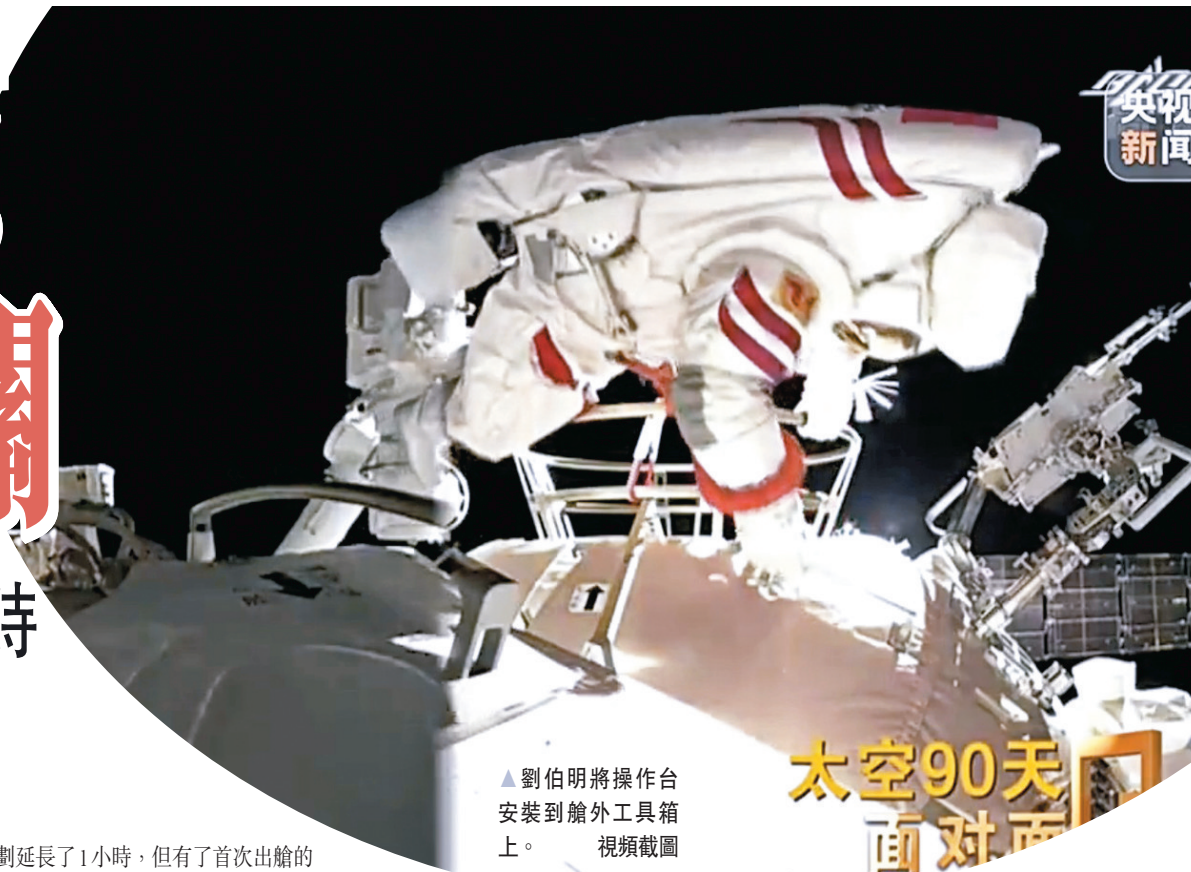


首次出艙遇考驗

天地合作克難關

執行神十二任務耗時較原計劃長1小時 劉伯明：與地面訓練差異很大



▲劉伯明將操作台安裝到艙外工具箱上。 視頻截圖

太空90天
面對面

香港文匯報訊 據央視新聞報道，近日，神舟十二號航天员聶海勝、劉伯明、湯洪波現身記者見面會，這是他們自9月17日返回地面後，首次與媒體和公眾正式見面。近日，劉伯明在接受央視的採訪時透露，神舟十二號任務過程中的首次出艙遇到了挑戰，因此比原計劃延長了1小時。

7月4日8時11分，劉伯明躍身來到了浩瀚宇宙。這是繼神舟七號飛行乘組順利完成出艙任務後，時隔13年，中國航天员再次執行出艙任務。出艙活動即將結束時，劉伯明需要將機械臂上的操作台拆除，安裝到節點艙門口的艙外工具箱上，這時他遇到了挑戰。「操作台晃動幅度特別大，我們也在飄着，傾桿想對上插孔，就是對不上。我一個人裝不上，湯洪波又出來，我們兩個人也裝不上。」

「02(劉伯明)，請你判斷是否需要03(湯洪波)協助你固定腳步？」

地面發來詢問。一米多長的操作台在太空中搖搖不定，如何完成安裝任務，對劉伯明來說，是一場心力和腦力的考驗。劉伯明快速作出判斷，「我請示地面，按照出艙程序拆解成兩步來操作。後來地面採納我的建議，給它拆分了操作。」

第二次出艙 提前1小時完成

拆解口令下達完畢後，空間站正好飛出测控區。11分鐘後再次進入测控區時，劉伯明已經將操作台安裝到艙外工具箱上。劉伯明說，地面訓練和太空中實地執行任務差異很大，「失重帶來的影響，在地面可能模擬不到。水下訓練有阻力，動起來難，但在太空中想制動比較難。」

經過約7個小時的出艙活動，劉伯明與湯洪波圓滿完成了出

艙任務。首次出艙比原計劃延長了1小時，但有了首次出艙的經驗，8月21日的第二次出艙，比計劃提前1小時完成。

初入空間站 一人拆三千螺絲

6月17日，神舟十二號三名航天员入住中國空間站。此前，成功發射並與天和核心艙完成交會對接的天舟二號貨運飛船已提前送去6.8噸物資。航天员入住後的首要任務是整理物資和安裝設備設施。聶海勝介紹，整理物資和安裝設備關係到他們後面的生活，要在幾天之內做完。「廚房、衛生間都要裝起來，也要弄好……做這些東西要拆大量螺絲，拆了以後還不能堆放，一步步很繁瑣，就這樣不停地在那幹。」劉伯明形容這個階段三名航天员就像裝卸工，「我拆了3,000多個螺絲，最後螺絲都直冒金星。」

聶海勝：我就是一個普通人

從1998年入選中國第一批航天员，到2005年神舟六號，再到2013年神舟十號以及2021年的神舟十二號，每隔8年，聶海勝就能拿到一張「太空入場券」，執行飛行任務。如今已經57歲的他，是中國首位在軌持續100天的航天员。很多網友因此把他比作超人，聶海勝說：「我就是一個普通人，這個年齡能上去的人很多，只是好多人可能沒有這種機會。」他說，自己的訓練一直沒有停止過，「一直不停地準備。」

慢跑鍛煉心肺 肌體恢復需半年

香港文匯報訊 據央視新聞報道，神舟十二號航天员乘組返回後恢復期主要分為隔離恢復階段、療養恢復階段、恢復觀察階段。目前，神舟十二號航天员乘組已完成第二階段工作，現已全面轉入恢復觀察階段。航天员劉伯明介紹，肌體恢復大概半年左右，「恢復快的話能達到執行飛行任務前的狀態」。目前，航天员主要以慢跑的方式鍛煉心肺，等身體完全恢復好後才會投入下一步訓練。

劉伯明表示，航天员內臟、身體各項機能都沒有受到影響，失重主要改變了體液的分佈。「現在在太空的神十三乘組航天员臉是腫的，看着油光泛亮感覺年輕了，其實是充血，不是吃胖了。」

今年46歲的湯洪波是神舟十二號航天员乘組最年輕的航天员。

對於他來說，比起日常的艱苦訓練，成為航天员前漫長的等待更能磨練他的意志。當同批戰友中的劉洋、王亞平、陳冬先後飛天時，湯洪波還沒有等來自己的機會。2016年，他曾入選神舟十一號飛行任務備份航天员，但仍與飛天夢想擦肩而過。這次經歷讓湯洪波明白更要努力提升自己。他經常周末去單位看書，除了午飯時間，就是在研究資料。「現在任務越來越複雜，需要的知識越來越多。我一直不斷學習、學習、學習，在學習中等待這個機會。」



●神舟十二號三名航天员入住中國空間站要拆大量螺絲。 視頻截圖



●神舟十三號航天员乘組已完成第三階段工作，現已全面轉入恢復觀察階段。 視頻截圖

港深倡增合作 共建「雙城三圈」

香港文匯報訊(記者 李望賢 深圳報道)香港提出「北部都會區」發展規劃，與深圳共建「雙城三圈」，為深港合作提供了全新的發展空間。在粵港澳大灣區建設的大背景下，兩地如何以此為契機，推動進一步合作，攜手共建國際創科中心？日前，2021港深智庫聯盟線上研討會舉行，來自深港約50個機構與會，眾多專家圍繞兩地人才培養、產業融合等話題，提出真知灼見。

香港特區政府政策創新與統籌辦事處港深合作策略規劃顧問凌嘉勤介紹了「北部都會區」的規劃理念。他指出，「北部都會區」將打造成香港的第二個引擎，跟維港都會區相輔相成，在產業的基礎方面將構建完整的創科產業生態系統。其中，如新田科技城不單是一個園區，而是要成為一個完整的創科生態系統、綜合服務社區，讓創科人才能夠在這裏匯聚，工作生活。

次大規模地將發展思維跨越了深港兩地行政的界限，拓展到整個大灣區。在此背景下，香港需要強化跟深圳的對話與合作機制，共同構建「雙城三圈」的跨境策略框架，這意味著兩地融合的模式要不斷創新。

打造「港深社區」 推港融入灣區

他表示，目前在深圳一些片區也開始在探索，如香港科技大學位於深圳南山的校園，也正在探討增加香港元素打造成港深社區。「如果能夠利用香港多所院校在大灣區的校園、科研機構、醫療機構等作為據點，打造更多類似社區，可能也是推動香港融入大灣區很好的抓手。」

深港共建國際創科中心，必須要實現要素自由的跨境流動，其中人才的流動十分關鍵，這也是當天專家們熱議的焦點之一。

綜合開發研究院常務副院長郭萬達認為，在粵港澳大灣區的融合中，科技市場一體化是很好的切口，做好這個，能讓各

種要素在國家雙循環發展中有一個載體。其中，很重要的就是要素跨界的流動，人才的流動尤為重要。

科創產業結合 助港青北上

深港科技合作促進會總幹事鄧小昆則提出，要把科技創新和產業緊密結合起來，幫助把香港科研院校的創業青年引到深圳，幫助他們發展。

他認為，不僅要推動香港青年的北上，還要鼓勵深圳的科研機構和創業青年到香港發展，實現雙向互動，在此過程中建立

起完善的創業生態。

除了人才的匯聚，創新資源的融合也尤為重要。深圳南山科技事務所所長王曉梅建議，深港將河套、前海、西麗湖、光明科學城等重要平台與香港聯動，推動雙方的協同機制，「讓香港的高校資源跟深圳的企業共建實驗室，或者創新共同體、創新聯合體，形成聯盟，打造科研成果轉化的機制和模式。」她同時還建議，鼓勵深圳的企業跨過深圳河到香港，把高端製造引到香港，形成互動，讓創科中心真正成為國際化的競爭力。



●2021港深智庫聯盟線上研討會日前舉行。 受訪者供圖

中國將建8條國家冷鏈物流骨幹通道

香港文匯報訊 據中新社報道，近日，中國國務院辦公廳發布《「十四五」冷鏈物流發展規劃》(下稱《規劃》)，提出中國將建設「四橫四縱」8條國家冷鏈物流骨幹通道。中國國家發改委13日上午召開新聞發布會，就「十四五」冷鏈物流發展規劃有關情況作出詳細介紹。

「四橫四縱」串接19城市群

國家發改委經濟貿易司副司長張江波介紹稱，《規劃》提及的「四橫四縱」8條國家冷鏈物流骨幹通道中，「四橫」是指北部、魯陝藏、長江、南部四大通道，「四縱」指西部、二廣、京鄂閩、東部沿海四大通道。通過「四橫四縱」串接農產品主產區和19個城市群，形成內外聯通的國家冷鏈物流骨幹通道網絡。

張江波指出，針對解決中國農產品生產、消費相對分散與冷鏈物流規模化發展之間的矛盾，《規劃》還創新性地提出產銷冷鏈集配中心建設。包括在產地，建設一批產地冷鏈集配中心，推廣「移動冷庫+集配中心(物流園區)」等新模式，提高產地冷鏈設施利用效率和農產品產後商品化處理水平；在城市，建設一批銷地冷鏈集配中心，集成整合流通加工、區域分撥、城市配送等功能，優化城市冷鏈設施布局。

擴大生鮮等高品質消費品供給

張江波還提到，在運行層面，《規劃》提出打造消費品雙向冷鏈物流新通道。其中，在生產端，按照「一村一品」「一縣一品」「多品聚集」，發展「平台企業+農業基地」「生鮮電商+產地直發」等新業態新模式，暢通高品質農產品上行新通道；在消費端，推動冷鏈物流服務網絡向中小城鎮和具備條件的農村地區下沉，鼓勵供銷合作、郵政快遞、交通運輸、電商等企業共建共用冷鏈物流設施，擴大生鮮等高品質消費品供給。

張江波稱，通過各方協同推進，中國將有效推動冷鏈物流形成網絡規模經濟效應，拓展冷鏈物流服務網絡，促進冷鏈物流提質增效降本，帶動農業產業化發展和農民增收，支撐城鄉居民消費升級。

教育部：暫時下線「拍照搜題」類作業App

香港文匯報訊 據中新社報道，近日，中國教育部辦公廳印發通知，對加強教育App管理推動「雙減」政策銜接提出明確要求，暫時下線「拍照搜題」類作業App。

前，暫停中小學線上學科類培訓App的備案工作；已備案的相關教育App暫時從平台下線。

下線的相關教育App提供者獲得中小學線上學科類培訓許可後，在平台補充許可信息，提交恢復備案申請，經所在地省級教育行政部門審核通過後恢復上線；未獲

得中小學線上學科類培訓許可的，撤銷備案。

通知提出，對於提供和傳播「拍照搜題」等惰化學生思維能力、影響學生獨立思考、違背教育教學規律的不良學習方法的作業App，暫時下線。整改到位並經省級教育行政部門審核後，方可恢復備案；

未通過審核的，撤銷備案。

通知明確，不再受理學前線上培訓App備案申請，已備案的相關App予以撤銷。教育App平台不再開展「雙減」相關投訴受理工作。關於校外培訓的相關政策，以校外培訓監管部門解釋為主。