

神十三乘組亮相 分享半年奇妙旅程點滴

歡迎外國航天員相聚天宮探蒼穹

神舟十三號飛行乘組，在天上的空間站「感覺良好」，在地上的航天城也「感覺良好」。28日下午，神十三航天員翟志剛、王亞平、葉光富從空間站返回地球74天後，在北京航天城首次公開亮相，分享太空半年奇妙旅程點滴。翟志剛說，在神十三乘組返回前，已與神十四乘組進行天地雙向視頻，通過直播與他們溝通空間站的設施設備和使用技巧，還告訴他們一些生活小技巧。葉光富回答提問時表示，中國空間站歡迎國外航天員朋友的加入。

大公報記者 劉凝哲北京報道

在昨日舉行的神舟十三號航天員乘組見面會上，航天員大隊大隊長、航天員系統副總指揮景海鵬表示，航天員乘組返回後相繼完成隔離恢復、療養恢復階段各項工作，已全面轉入恢復觀戰階段。目前，航天員身心狀態良好，各項醫學檢查結果正常，運動心肺功能基本恢復，肌肉力量、耐力以及骨密度得到很好的恢復，達到預期效果。在完成恢復期各項工作、進行恢復健康評估總結後，3名航天員將轉入正常訓練工作。

神十三乘組三人神采奕奕、精神抖擻，確實「感覺良好」。「『感覺良好』並不是我和我們乘組的專用，我們大隊的每一位航天員都說過『感覺良好』」，神十三乘組指令長翟志剛說，每一次「感覺良好」，背後都飽含着億萬國人對航天事業的支持；每一次「感覺良好」，背後都凝聚着工程全線辛勤地付出；每一次「感覺良好」，背後都是祖國和人民對我們的托舉；每一次「感覺良好」，背後都是我們乘組之間的密切配合和個人的努力。地上訓練也好，天上飛行也好，能夠保持這種「感覺良好」的狀態，是因為載人航天事業的發展，我們的「感覺良好」一定會繼續下去。

談及與神十四乘組的交接工作，翟志剛說，在返回之前，已與十四乘組進行天地雙向視頻，對空間站上的工作生活以及做各類科學實驗所有設施設備的位置和使用技巧仔細溝通和交流，「把天上

不易操作的東西，還有一些我們使用過的工具放在了什麼地方，都說得很清楚。」

太空睡得香甜有技巧

「他們對天上的一些小事很感興趣，因為所有正常操作和實驗，他們已經培訓得很好」，翟志剛說，在天上有一個很小的細節，是認為幹起來覺得特別累的小事：剪腳趾甲。「第一個腳收不回來；第二，腳上的趾甲不能讓它亂飛」，翟志剛幽默地說。像這樣類似的生活小技巧，包括在天上180多天的睡眠，採用什麼樣的姿勢，採用什麼樣的方法，怎麼睡得又香又甜都是有技巧的。

曾與葉光富一起訓練的意大利航天員Samantha Christoforetti向他表達問候。對此，葉光富表示，祝賀Samantha能夠再次飛向太空、遨遊蒼穹，也祝願她和整個任務團隊能夠順利圓滿地完成飛行任務。中國空間站歡迎國外航天員朋友的加入，我也非常期待有朝一日能夠與大家一起在中國空間站裏創造一次令人嚮往的合作飛行。

談及未來是否準備繼續征戰太空，翟志剛說，作為首批航天員的年齡都不小了，往後飛行的機會越來越少，能夠為祖國出征太空，是每一位航天員的驕傲。王亞平說，其實在返回地面的那一刻，就已經做好了準備、全部清零，準備盡早回到訓練當中。葉光富則表示，榮譽只能代表過去。



航天员見面問答

「太空出差」期間是否也曾有煩悶、低落、孤獨的時候，是否遇到過困難，又是如何克服的？

王亞平：

第一是生活有目標，行動才会有方向，180多天的時間很長，但是我們會把它分成幾個小的階段，每個階段有每個階段重要的任務，比如說出艙、天地連線等。第二是專注當下，珍惜當下。第三是直面困難，積極樂觀。

翟志剛在神舟七號任務出艙時曾遇到緊急情況，這次返回時說了一句「返回也是很刺激的」，當時遇到什麼情況？

翟志剛：

在整個返回的過程中，看似我們在畫面裏沒有任何動作，但我們在返回艙感受到一次又一次的衝擊。尤其是到最後，我們的返回艙由單點懸吊變成雙點懸掛。在我們神舟飛船返回過程中，短短的時間內飛船返回速度迅速減小，整個返回過程很刺激。

作為中國首次在軌駐留6個月時間的乘組，有什麼特殊的措施和防護手段嗎？

葉光富：

整個任務團隊做足工作，包括提供強大的地面保障支持，制定科學合理的飛行任務計劃，完善在軌醫學與健康保障措施，優化失重防護和在軌鍛煉方案，並豐富在軌鍛煉的設備設施，比如說太空跑台、太空自行車、拉力器、呼吸肌鍛煉器等。此外，保障團隊還為我們量身打造多套太空養身保健操。

大公報記者劉凝哲整理

▲6月28日下午，神舟十三號航天员乘組在北京航天城與媒體和公眾正式見面，這是他們天外歸來74天後的首次公開亮相。

新華社



▲神舟十三號航天员葉光富（右）、翟志剛（中）、王亞平（左）在空間站的生活豐富多彩。圖為此前三人在空間站的合影。

網絡圖片

王亞平：出艙一刻如打開另一世界之門

特稿

王亞平是中國首位太空出艙女航天員。「出艙的那一刻，我感覺像是打開了另外一個世界的門。宇宙的美，震撼了我，宇宙的深邃，始料未及，而我們居住的藍色星球懸居其間，平靜、美麗而祥和，那是一種從未有過的體驗和感覺」，王亞平說，神舟十三號任務讓她有一種穿越的感覺，不僅來自於全新的艙外空間，也來自於飛行平台的全方位升級、各項科技的全面革新、飛行時間質的飛躍。

在繁忙的神十三任務中，王亞平兩次登上「天宮課堂」講台。她說，在中國載人飛行任務中，每個第一次都極具挑戰性，比如說第一次進駐空間站、第一次在太空授課等，都意味着地面要進行大量驗證和準備。第一次神舟十號的太空授課，為孩子們成功搭建起了航天與課堂的橋樑。神十三任務，兩次「天宮課堂」，在給孩子們講課的同時，還能實時看到地面課堂孩子們的畫面，孩子們的眼中有光、心中有愛、頭腦中有知識，對世界充滿了好奇。

王亞平說，在太空裏面生活180多天，心理的調節是面對最大挑戰之一，但是神十三乘組都很好地克服了這個困難，「我們乘組180多天，是非常快樂地度過的」。王亞平勉勵心懷航天夢的孩子們，「心有多大，舞台就有多大，不因困難而不敢想，更因敢想而勤於做」。

大公報記者 劉凝哲

發改委：支持香港深度參與共建「一帶一路」

【大公報訊】記者張寶峰北京報道：28日，中宣部舉行「中國這十年」系列主題新聞發布會。對於香港如何更好地參與和助力「一帶一路」的問題，國家發改委副秘書長蘇偉表示，今年是香港回歸祖國25周年，「一國兩制」實踐進入新階段，中央政府對新一屆香港特區政府寄予厚望，香港各界也充滿期待。圍繞落實國家「十四五」規劃《綱要》以及支持香港參與和助力「一帶一路」建設相關安排，我們將全力支持香港發揮所長、發揮優勢，鞏固提升競爭優勢，深度參與共建「一帶一路」，在更好融入和服務國家發展大局中實現香港的繁榮發展。

統計數據顯示，截至目前，中國已與149個國家、32個國際組織簽署200多份合作文件，戰

略規劃對接日益深化。共建「一帶一路」已先後寫入聯合國、二十國集團、亞太經合組織、上海合作組織等多邊機制成果文件。

此外，截至2022年5月，中國與沿線國家貨物貿易額累計約11.8萬億美元，對沿線國家非金融類直接投資超過1400億美元。中國已累計與32個共建國家和地區簽署經認證的經營者（AEO）互認協議，貿易投資自由化便利化水平持續提升。

蘇偉表示，9年來，共建「一帶一路」秉持共商共建共享原則，堅持開放、綠色、廉潔理念，努力實現高標準、可持續、惠民生目標，國際凝聚力、感召力和影響力不斷增強，取得了實打實、沉甸甸的成就。

全國普通話普及率達80.72%

【大公報訊】記者江鑫嫻北京報道：教育部28日召開「教育這十年」「1+1」系列第六場發布會，介紹十八大以來語言文字事業改革發展成就。教育部稱，十年來，全國普通話普及率從70%提高到了80.72%，文盲率下降至2.67%。

教育部語言文字信息管理司司長田立新表示，這十年，深化語言文字交流合作，推進國際中文教育高質量發展。制定發布首個面向外國學習者、全面評價其中文水平的規範標準《國際中文教育中文水平等級標準》，目前已向海外發布8個語種的對照版，與20多個語言教育機構進行標準對接。建設全球中文學習平台，並發展用戶600萬人、覆蓋全球182個國家和地區，平台總訪問量突破億次。建



▲在智利舉辦的「漢語橋」比賽上，參賽學生和工作人員合影。

立海外普通話水平測試站，打造中文水平考試（HSK）品牌。

截至2021年底，10個聯合國下屬專門機構將中文作為官方語言，180多個國家和地區開展中文教育，76個國家將中文納入國民教育體系，外國正在學習中文人數超過2500萬，累計學習和使用中文人數近

兩億。

田立新介紹，十年來開展港澳普通話水平測試6萬餘人次，舉辦港澳中小學教師普通話培訓、兩岸大學生漢字創意設計大賽等活動，覆蓋10餘萬人次。同時，建立了兩岸語言文字交流合作協調機制，共建中華語文知識庫網站，合編《兩岸常用詞典》等系列工具書，並製作了《潮平兩岸闊》紀錄片。

香港特別行政區成立二十五周年

The 25th Anniversary of the Establishment of the Hong Kong Special Administrative Region

郵票 [1套4枚] [\$2、\$3.70、\$4.90及\$5]
Mint Stamps [A set of 4 stamps] [\$2, \$3.70, \$4.90 & \$5]
售價 Price: HK\$15.6

小全張 [嵌有1套4枚郵票]
Souvenir Sheet [Containing a set of 4 stamps]
售價 Price: HK\$15.6

套摺 [附有1套4枚郵票]
Presentation Pack [Containing a set of 4 stamps]
售價 Price: HK\$30

特別郵戳
Special Postmark

發行日期 Issue Date: 1.7.2022

中國人民解放軍進駐香港二十五周年

The 25th Anniversary of the Stationing of the Chinese People's Liberation Army in Hong Kong

郵票小全張 [嵌有1枚\$20郵票]
Stamp Sheetlet [Containing a \$20 stamp]
售價 Price: HK\$20

特別郵戳
Special Postmark

全線37間集郵局於2022年7月1日上午9時至下午2時發售紀念郵票及相關郵品，並為市民提供即時蓋印服務。

該服務會因應情況而改變，請瀏覽香港郵政網頁獲取最新消息。紀念郵票及相關郵品2022年7月2日起在全線郵政局發售。

The commemorative stamps and associated philatelic products will be on sale at all 37 philatelic offices from 9 a.m. to 2 p.m. on 1 July 2022 and will provide hand-back date-stamping service. Provision of hand-back date-stamping service is subject to change.

Please visit Hongkong Post website for the latest arrangement.

The commemorative stamps and associated philatelic products will also be available at all post offices from 2 July 2022.

*尚有其他郵品可供選擇。More stamp products are also available for purchase. *售價僅供參考。郵品設計或會更改。All images are for reference only and are subject to change. *數量有限，售完即止。Available while stocks last.

郵政局 ShopThruPost shopthrupost.hongkongpost.hk

Facebook

Instagram

香港郵政業務熱線
Hongkong Post Business Hotline
2785 5711

香港郵政
Hongkong Post
香港郵政