

北碚区全力打造 科学家精神教育基地

据北碚区科协消息,今年以来,北碚区对中国西部科学院旧址进行了全面修缮,目前已建成中国西部科学院旧址陈列馆。

陈列馆将着力打造“中国西部科学院旧址陈列馆感悟科学史”“重庆自然博物馆科学家塑像瞻仰缅怀纪念”“科学小课堂参与互动”等科学家精神教育精品研学路线。创作弘扬科学家精神文艺作品,实现全媒体平台推送,呈现科学家的精彩故事,壮大科学家精神宣讲队伍,在重要时间节点开展科学家精神主题教育活动。同时进一步发挥辖区科学家资源富集优势,从不同方面突出弘扬科学家精神,努力推动陈列馆创建成为国家级、市级科学家精神教育基地。

(市科协战略发展部、北碚区科协供稿)

璧山区科协开展 世界无烟日科普宣传

本报讯(通讯员 杨旭)日前,璧山区科协联合区委宣传部、区卫生健康委等单位志愿者前往大成广场开展第35个世界无烟日科普宣传活动。

活动中,志愿者通过悬挂标语、摆放科普展板、发放单页、一对一现场讲解等形式,向广场周边居民进行世界无烟日科普知识宣传,劝导居民自觉抵制吸烟行为,创建无烟、健康、文明的生活环境。通过实际案例分享,告知其烟草制品的成瘾性,以及会增加心脏病、心血管疾病等患病概率的危害性,同时呼吁居民积极参与全民健身活动。活动共发放健康宣传手册100余份,环保口袋150余个,科普围裙150余份。

垫江县科协组织专家 开展中考考前心理辅导

本报讯(通讯员 刘小凤)为帮助学生科学减压,轻松备考,垫江县科协近日组织县心理咨询协会心理咨询师到垫江县第一中学校为200余名初三学生进行了中考考前心理辅导活动。

心理咨询师首先评估了学生考前备考状态,使其自我了解焦虑程度,引导其发掘潜力,增强自信。同时现场传授了减压小妙招,带领学生体验了深呼吸、肌肉放松、蝴蝶拍等应对考试焦虑的放松方法,帮助学生调节情绪,减压赋能,以良好的状态迎接中考。最后,专家针对考前失眠、情绪烦躁等现象作了解答,并提出了优化情绪的具体建议:“关注当下,做好能把控的事。”

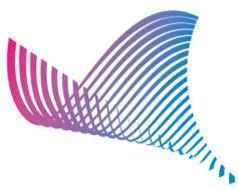
黔江区林学会宣讲 湿地科普知识

本报讯(通讯员 何云莲)近日,黔江区林学会在市级科普基地阿蓬江湿地文化保护宣教中心为濯水镇小学的学生们上了一堂生动的湿地科普知识宣讲课。

科普宣讲员根据小学生们的年龄情况,采用讲、问、观、知识速记比赛等形式引导他们学习了湿地生态保护系统知识,全面了解阿蓬江的湿地公园的独特景观、鸟类、鱼类等资源情况。宣讲结束后,科普宣讲员还向参与的每位小学生派送了“阿蓬江湿地”图册作为礼物。本次宣讲课有效地传递了生态安全理念,普及了林业生态建设知识,教育引导小学生从小树立敬畏大自然、保护生态环境的意识。

怎样才能入选 航天员

6月5日,神舟十四号飞船载着新的“太空出差三人组”抵达中国空间站。直到飞船发射前一天,中国载人航天工程办公室才对外公布了三位航天员的名字。这使得航天员的身份愈加神秘。迄今为止,只有不到600人进入过太空,他们经历过常人难以想象的严格选拔和训练。如果你也想当航天员,需要经历哪些步骤呢?



科 普 中 国
CHINA SCIENCE COMMUNICATION



科普中国 APP 科普中国 微博 科普中国 微信

A 初选

1995年,我国开始选拔航天员。当时的条件包括:有坚定的意志、献身精神和良好的相容性,身高在160-172cm之间(2009年放宽至175cm),体重在55至70kg之间。年龄为25至35岁,大专以上学历,必须是歼击机或强击机飞行员,累计飞行600小时以上且飞行成绩优秀,无等级事故,无烟瘾酒瘾,最近3年体检均为“甲等”。

由此可见,要想成为一名航天员,你先得是一名空军飞行员(或科研院所的航天飞行工程师和科研单位的载荷专家),经过几年至十几年艰苦的训练,达到数百小时以上的“驾龄”,成功处理过空中的紧急情况,才有可能通过最初的筛选。

初选过后,还有好几轮训练和选拔,从身体、心理、综合素质等进行全方位考察和筛选。你的同伴从上千人到只剩下几十人。现在,通过选拔的你们将组成航天员大队,进驻中国航天员科研训练中心。在这里,航天之路才开始。

B 训练

中国航天员的训练项目,共有8个大类200多个科目。每完成一项,你都将离太空更近一步。

超重耐力适应性训练,将令你承受8倍于体重的压迫,同时还要做出预定动作、回答问题。其间肌肉会严重变形,呼吸困难。鲜红的停止按钮就在手边,却从未有人按下。随后,你蒙上眼睛,坐在一把高速旋转的座椅上,体验15分钟天旋地转的前庭功能训练,呕吐是初训者的常规反应。此外,在太空中血液会涌向脑部,所以训练中你需要头部向下躺在一张床上,以适应这种血液的重新分布。

在综合实战演练中,你都是通过数字仿真系统身临其境体验太空的工作方式。但有一些仍然需要“身体力行”。比如模拟微重力状态下的出舱活动。在中性浮力水槽中,你要身带铅块沉入水底,持续4-6小时训练,每次训练完后都脱力到拿不稳筷子。

到后来,连海上救生和野外生存等高强度训练都已经难不倒你。

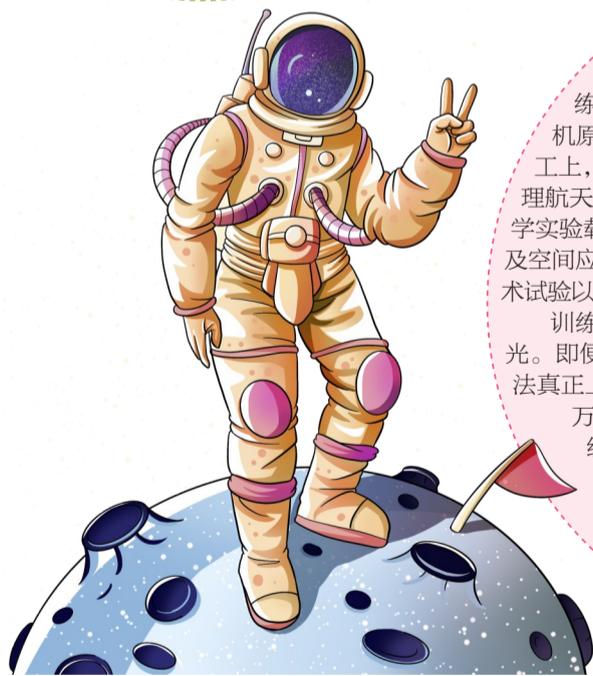
C 学习

除了身体素质训练,你还接受了心理训练和专业知识学习,包括天文学、空气动力学、发动机原理、医学、心理学、动物学、植物学。尽管在乘组分工上,航天驾驶员和航天飞行工程师主要负责直接操纵、管理航天器以及开展相关技术试验,载荷专家主要负责空间科学实验载荷的在轨操作。但同为航天员,对空间站舱内外设备及空间应用任务相关设施设备的安装和调试,空间科学实验与技术试验以及进行日常维护维修都应该有基础的了解。

训练持续了3-5年,你数不清错过了多少与家人相处的时光。即便如此,你也可能长期作为后备航天员,直到退役也无法真正上太空。

万幸,你终于等到发射这一天,与两名同伴正式入选乘组,准备进驻中国空间站。在卫星发射中心,巨大的运载火箭已经矗立在塔架上。你们换上舱内航天服,在工作人员的帮助下进入发射舱。舱门关闭,一项一项做完准备工作,你看到倒计时面板上显示最后一分钟:3、2、1、点火!

(本报综合)



提升全民科学素质在行动
重庆市全民科学素质纲要
实施工作办公室主办

重庆立案查办向未成年人 无底线营销食品案件510件

日前,重庆市市场监督管理局通报面向未成年人无底线营销食品专项治理成果:共立案查办面向未成年人无底线营销食品类案件510件,上报典型案例14件,没收“低俗营销食品”354.76公斤,罚没金额113.52万元。有效治理校园及周边、网络平台等面向未成年人无底线营销色情低俗食品现象,保护未成年人身心健康。

此次行动整治重点为:未经许可从事食品生产,生产经营不符合食品安全标准和标签标识不合法的食品;对商品性能、功能作虚假或者引人误解的商业宣传;发布恶搞、低俗以及含有色情、软色情内容等违反公序良

俗,损害未成年人身心健康的广告;为“三无产品”等法律、行政法规严禁生产、销售的产品设计、制作、代理、发布广告;生产经营侵犯注册商标专用权的商品;电子商务平台经营者不履行法定核验登记义务、对违法情形未采取必要处置措施或未向主管部门报告。

截至目前,重庆累计检查电子商务平台994个次,其中网络食品经营者4316户次;检查食品生产主体3074户次;检查食品经营主体18485户次,其中校园周边食品经营者11436户次、学校内食品经营者1964户次;吊销食品生产经营许可证2个、吊销食品经营许可证2个。(重庆市市场监督管理局供稿)

●陈德菊遗失保险执业证,证号:020006500008020170403637,声明作废。
●谷永浩遗失保险执业证,证号:02000650011880120170801189,声明作废。
●李源通遗失保险执业证,证号:02000650011880120170801113,声明作废。
●陈单遗失保险执业证,编号:020006500008020170403637,声明作废。
●温韵诗遗失保险执业证,编号:0200065001128002016000323,声明作废。
●唐小琴遗失保险执业证,编号:02000650011280020190301434,声明作废。