



4月16日，中国海军在“郑和舰”甲板列队。新华社发

执行“和谐使命—郑和舰环球行”任务

中国海军“郑和”舰起航

将访问越南等11个国家港口,总航程3万多海里,历时5个多月

新华社大连4月16日电（朱思楠、曹金平）执行“和谐使命—郑和舰环球行”任务的中国海军“郑和”舰16日从大连起航,前往11个国家进行友好访问。

中央军委委员、海军司令员吴胜利出席欢送仪式并讲话。吴胜利指出,追寻郑和七下西洋的历史航迹,以实际行动弘扬郑和精神,传播和增进中国人民与世界人民、中国海军与世界

海军友好交流的情谊,共同建设“和谐海洋”,使命光荣、意义重大。这次出访是海军时隔10年后第二次组织环球航行行动,是海军首次派遣单舰以学员为主体执行环球任务,也是适应海军转型需要、拓展培养院校学员远洋航海能力的创新实践。他希望全体远航官兵牢记党和人民的重托,圆满完成环球航行任务,向世界展示人民海军威武、和平、文明之师的良好形象,为建设“和谐海洋”作出积极贡献。

随舰出访的308名官兵中有110人为海军大连舰艇学院的学员,其中女学员13名。他们将遵循“全员、全程、全方位、满负荷”的原则,完成海图标绘、天文观测、地理观测等航海相关课目的训练实习,并通过参观访问、文体活动,与到访国海军进行友好交流。

环球航行期间还将邀请13个国家海军院校学员分阶段随舰远航,与中国海军学员一起同吃同住同训练,参与海上实习训练活动。

据这次出访指挥员、海军副参谋长廖世宁介绍,“郑和”舰将访问越南、马来西亚、印度、意大利、西班牙、加拿大、厄瓜多尔、法属波利尼西亚、汤加、印度尼西亚、文莱等11个国家港口,并停靠吉布提、牙买加、澳大利亚3国港口,总航程3万多海里,历时5个多月。

中国“军校第一舰”：“郑和”舰

有着中国“军校第一舰”之称的“郑和”号远洋航海训练舰即将起航开始环球航行。这艘“海上军校”,单从它的舷号“81”和以中国伟大航海家郑和来命名的命名方式上,就能看出其在中国海军诸多舰艇中的与众不同。

因为中国海军的军舰舷号编定基本都是以三位阿拉伯数字为主,并且极少用人名对舰艇命名。目前只有舷号81的“郑和”号与舷号82的“世昌”号用此法编定命名。

大名鼎鼎的“郑和”号,有着鲜为人知的辉煌。

老:武器装备老

“郑和”号远洋航海训练舰于1987年4月27日由上海新建造船厂建造完毕正式下水服役,舰长132.07米,舰宽15.8米,满载时排水量大于6000吨,最大航速是18节,可连续航

行10000海里,自持力为30昼夜,可承载170名船员以及30名老师和200名军校学员。“郑和”号是中国人民海军成立以来,为海军院校建造的第一艘远洋航海训练舰,被誉为“中国军校第一舰”。

其实,从目前披露的资料看,“郑和”号训练舰上的武器装备并不是很先进,从舰首到舰尾主要武器装备是:在前甲板上作为主炮的两门57毫米双管火炮和围拱其两侧作为副炮的两门30毫米双管火炮。此外,还有5管反潜火箭2座,以及对海/低空警戒雷达1座、圆球炮瞄准雷达1座。这些基本上就是“郑和”号训练舰的全部火力装备,都是1987年列装时就开始列装的老装备。

新:教学设备新

与武器装备的略显落后形成强烈对比的是,“郑和”号上的教学设施十分先进,信息化程度很高。舰上配备先进的通讯系统、教学彩色闭路电视系统,仅大型海图室就有三个,并设教学指挥中心。在这艘舰上,学员可同时进行航海、观通、机电、武器、船艺、医疗等40多个科目的实习训练,舰上配备覆盖全舰的局域网,安装了“黑匣子”系统,可以自动记录45天舰船的各种数据。

辉煌:海军23军官曾在“郑和”号实习

“郑和”号作为中国“军校第一舰”不断创造着历史,服役二十多年来,累计有近3万名军校学员在“郑和”号上完成海上实习,目前在海军舰艇部队现役的指挥军官和技术军官中,23曾在该舰实习过。这正是“郑和”号的辉煌!

（来源：国际在线）

郑和舰环球行

“郑和”舰

“郑和”舰是我国自行设计制造的第一艘海军远洋航海训练舰。它以我国明代伟大航海家“郑和”的名字命名,舷号“81”,1987年4月正式服役,至今已航行28万海里。主要承担我海军院校学员海上实习训练任务,可同时完成航海、舰炮、观通、雷达声纳、舰艇操纵等15个专业30多个课目的教学训练任务。

作为中国海军对外交流的窗口,“郑和”舰服役25年来,曾多次结合学员远航实习出国访问,航迹遍布世界30多个国家的40多个海区 and 港口。这次环球航行也是“郑和”舰服役以来第10次出访。

（新华社大连4月16日电）



4月16日,李大钊故乡河北乐亭县的民间艺人苗兴忠历时两年,按照1:17的比例制做完成了“微缩版李大钊故居”。该微缩建筑总计使用15x0.75x0.32毫米规格的小青砖10万余块,其他如门窗、火炕、灶台、家具等,外形、用料和数量与“现实版”的故居相同。新华社发

河北『微缩版李大钊故居』

天津瓷房子上盖『瓷巢』



4月16日,天津“瓷房子”,中国古瓷博物馆顶部正在搭建钢板结构的“巢”,搭建完成后将以历代陶瓷瓷片进行装饰,与“瓷房子”融为一体。民间收藏家张连志历时6年精心打造的“瓷房子”是在一座法式洋楼建筑基础上,使用数亿片历代陶瓷瓷片装饰而成。新华社发

最近流行的歌曲完全不会唱,对新鲜事物失去兴趣,除了工作就喜欢宅在家,逢人便说“老了老了”……

最近流行的歌曲完全不会唱,对新鲜事物失去兴趣,除了工作就喜欢宅在家,逢人便说“老了老了”……

“初老症”袭临80后

近日,“初老症”的50条症状在网上流传,引发众多80后的共鸣。心理学专家认为,“初老症”并非真正意义上的未老先衰,而是一种心态上的衰老。专家提醒年轻人,要培养积极的生活观,补充“正能量”,预防“初老”。

“初老症”50条症状

“初老症”一词源自台湾偶像剧《我可能不会爱你》,特指在生活和工作的双重压力下,一些年轻人心理年龄往往比实际年龄大,对新鲜事物缺乏兴趣,心态消极,并且身体开始出现衰退迹象。

网上流传的“初老症”50条症状主要包括:莫名其妙就会一大早醒过来;KTV热门点播排行榜的歌曲完全不会唱;越近的事情越容易忘记,越久以前的事情反而越是记得;对星座、运势、紫薇斗数、塔罗牌与励志书,已经不感兴趣……

在微博上,网友们纷纷列举自己的“初老”症状,在新浪网发起的“你是否患上初老症”投票中,超过四分之三的网友认为自己患上了“初老症”。一些网友甚至把自己的网名改成了

“XXX疑似初老症”“初老症晚期XXX”。网友“贾茹jasmine”说:皮肤干黄,凌晨4点醒,身体乏力,这就是“初老症”吧。网友“花痴mikki”表示:“三点半睡,七点醒来。初老症太严重了,已然失去熬夜和睡懒觉的能力。”

源于心理压力

“初老症”是一种生理疾病还是心理疾病?记者就此询问了国家二级心理咨询师肖莉。肖莉表示,心理学上并没有“初老症”这一说法,网上的“初老症”测试也不是科学的心理量表。网友们所说的“初老症”实际上是一种因为心理压力加剧而导致的身体亚健康状态。

肖莉说,造成“初老症”的原因主要来自心理方面。“30岁左右本应该是精力充沛、具有冒险和挑战精神的年龄,然而随着生活节奏加快,80后一进入社会就面临竞争、房贷、养孩子等压力,感到负担重,被早熟,丧失了应有的精神动力。而巨大的心理压力又导致睡眠质量下降、多梦,长期下去就会出现易疲倦、健忘、交往能力下降等症状。”

北京中医药大学教授贺娟分析,“初老症”形成的原因,一是社会节奏太快。年轻人因为工作压力大等问题,心理承受能力变弱,出现逃避现实的心理。二是因为价值观的变化。现在很多年轻人崇尚“快乐至上”,经常熬夜、打牌,却不注意科学饮食和锻炼身体,久而久之身体和心理自然就会承受不了。

北京大学社会学系教授夏学銮表示,现代都市女性忙于工作缺乏时间和空间清理内心压力,再加上女性内心易缺乏安全感,所以更容易患上“初老症”。

应补充“正能量”

如何预防“初老症”,摆脱负面情绪呢?中国心理学会心理专家陈志林支招说,改善“初老

症”的最好方法就是好好休息,保证夜间11点至早上6点的这段黄金睡眠时间。“平时工作紧张,年轻人就需要充分利用下班等琐碎的私人空间,调整好生活节奏,适当进行健身,诸如瑜伽、散步等,都是很好的选择。”

“患上初老症并不可怕,关键是正确认识这种状态对自己的生活、工作带来的影响,并主动进行调整和应对。”肖莉说,这种积极、乐观的心态被时下的年轻人称作“正能量”,多补充一些“正能量”,就能驱赶走消极的情绪。

“比如主动和父母、亲戚朋友谈论自己的生活和工作情况;每天适当参加体育锻炼活动;对自己的职业做简单的长期、短期规划。这些都是缓解压力,拒绝‘初老’的好方法。”肖莉说。

“不会唱KTV的新歌,那意味着不再盲目跟风,看电视半小时就睡着,意味着合理安排时间,注意养生;认识新朋友的速度变慢,意味着在多种感情之间,意味着重视身边的朋友,珍惜当下……”一位网友在微博中对“初老症”做出了另一种解读,为“初老症”赋予了更多积极的意义。

夏学銮认为,初老并不可怕,关键是年轻人要树立正确的价值观和人生观,追求健康的身心状态。面对挫折和失败,不要轻易放弃个人的责任和使命,用积极的生活态度迎接压力和挑战,未来会更有乐趣。

记者 孙伟丽
（据新华社北京4月16日专电）

为了13亿人的健康明天

——“中国式”医改求解世界性难题

短短3年间,一张世界上最大的基本医疗保障网络在中国大地上铺开,13亿人“病有所医”的梦想正在变成现实。

2009年至2011年,面对“看病难、看病贵”难题,中国以空前力度推行改革开放以来最深刻的一轮医药卫生体制改革。

没有任何成功的模式可以复制。3年来,中国立足国情,逐步探索走出了一条中国特色医改道路,思路越来越清晰,步伐越来越坚定。

“病有所医”： 编织世界最大医保网

——经过3年改革,以职工基本医疗保险、城镇居民基本医疗保险和新型农村合作医疗为主体,城乡医疗救助制度为兜底,商业健康保险及其他多种形式医疗保险为补充的中国特色医保制度体系初步形成,为城乡居民“病有所医”提供了制度保障。

记者从有关部门获悉,截至2011年底,中国基本医保覆盖率超过95%,城乡居民参加三项基本医保人数超过13亿,比改革前增加了1.72亿。其中,像马俊寿一样的新农合参保农民超过8.32亿人,增加了1700万人。城镇居民和新农合政府补助标准逐年提高,从2008年的每人每年80元提高到2012年的240元,保障范围由住院延伸到门诊。

——针对老百姓最担心的“因病致贫”问题,新医改逐步建立起重大疾病保障机制。其中,农村儿童白血病、先心病纳入保障范围以来,困难家庭患儿看病费用实际补偿比例从2008年的40%提高到70%至90%。2011年,终末期肾病等6类重大疾病纳入试点范围,超过20万患者获得补偿。

随着基本药物制度初步建立,基本药物零差率销售实现全覆盖,基本药物价格平均下降三成,大幅减轻了基层群众用药负担。在落实基本药物制度的同时,基层医疗卫生机构综合改革同步推进,公益性管理体制、竞争性用人机制、激励性分配机制、规范性药品采购机制以及长效性补偿机制逐步建立。

问道医改： 努力破解世界性难题

医改是一个世界性难题。如何破解重重困难,推动建立符合国情、惠及全民的医药卫生体制?经过多年探索和努力,中国给出了自己的答案。

——攥紧拳头才能形成合力。

医改涉及利益格局深刻调整,是经济社会领域的一场综合改革,只有建立强有力的组织保障机制,才能保证改革系统性地向前推进。改革伊始,按照中央的决策部署,建立组织实施机制已成为推进医改的一项基础性工作。

党的十八大以来,以胡锦涛同志为总书记的党中央高度重视包括医改在内的民生工程。2008年12月,国务院成立深化医药卫生体制改革领导小组,20个部门共同参加,统筹组织和协调全国医改工作。

五指握紧,攥成拳头,才能形成合力、强势推进。医改的组织机构建设避免了部门为利益而推诿扯皮、相互掣肘,形成无缝隙责任链条,把更多的不可能变为现实。

——看准方向才能少走弯路。

中国医改方向明确,让群众尽快得到实惠,是深化医改的出发点和落脚点。为了实现改善人民群众享有医疗卫生服务条件这一根本目的,中国医改突出强调维护公共医疗卫生公益性的要求,发挥现代国家人民政府的基本职责。

2009年4月,《中共中央、国务院关于深化医药卫生体制改革的意见》公布,明确医改指导思想和总体目标。国务院随后公布《医药卫生体制改革近期重点实施方案(2009—2011年)》,明确医改五项重点任务。

按照分级负担的原则,我国中央和地方政府努力调整财政支出结构,多渠道筹措资金,力保资金及时足额到位。

——削足适履不如量体裁衣。

医改是世界性难题,但在中国要破解这一世界性难题,必须坚持立足国情,用中国式的办法深化医改。

结合我国基本国情,中国式医改三年间思路日益清晰:坚持以农村为重点、预防为主、中西医并重的卫生工作方针,坚持保基本、强基层、建机制的基本原则。

“三年改革,我们从百姓基本需求出发,从基层做起,结束了基层以药补医的历史,取得了‘四提高一降低’的明显成果,让老百姓从新机制中得到真实惠。可以说,制度创新是此次医改的最大亮点。”日前,国务院医改办公室主任孙志刚在医改座谈会上说。

“再深的水也要趟”： 探索医改突围之路

如今,医药卫生体制改革中还存在一些较为突出的矛盾和问题,特别是随着改革向纵深推进,利益格局深刻调整,体制性、结构性等深层次矛盾集中暴露,改革的难度明显加大。医改已经进入“深水区”。

“在党中央国务院的坚强领导下,我们下定决心:再深的水也要趟。”卫生部部长陈竺如是说。

医改最大的难点是公立医院改革。对这块难啃的“硬骨头”下手,将不可避免地触及药品生产流通、医疗机构、医务人员、患者等不同领域和群体的切身利益。

3年来,公立医院改革试点在2000多家公立医院开展。政事分开、管办分开、医药分开、营利性与非营利性分开,全面推行便民惠民措施,改革试点取得了积极进展。

公立医院改革正稳步推进——党中央、国务院已确定,下一步的医改将重点推进公立医院改革。

在3年试点的基础上,医改方案提出,深化补偿机制改革,破除“以药养医”机制,推进医药分开、管办分开。建立现代医院管理制度,规范诊疗行为,调动医务人员积极性。

展望未来,“十二五”医改规划已明确:在全国医保建设、基本药物制度巩固和公立医院改革三方面取得突破。中国正朝着在2020年覆盖城乡居民的基本医疗卫生制度基本建立,实现人人享有基本医疗卫生服务的宏伟目标坚实迈进。

记者 吴小军 吕诺 胡浩（据新华社北京4月16日电）

突发事件

一名陕西游客在台湾坠海身亡

据新华社台北4月16日电（记者任沁沁 张承志）一位来自大陆陕西省的男性游客16日13时15分在台湾新北市野柳地址公园观光时坠海,经送医急救,15时04分宣告伤重不治。

据台湾观光局介绍,这位名叫金崇耀的游客下午随大陆旅行团前来观光,在公园内越过红色警戒线到岸边拍照,因雨天岩石湿滑不幸失足落海,随即被救上岸。该游客14时许送至台大医院金山分院,到医院前心肺功能已停止,经全力抢救仍不治。

据介绍,该游客头部有挫伤,可能在坠海前先撞到岩石昏迷。

香港两辆巴士相撞 57 人伤

新华社香港4月16日电（记者张雅诗）香港两辆公共汽车16日上午在新界马鞍山相撞,导致57人受伤,据悉大部分为轻伤。

香港警方在接受记者查询时表示,16日8时24分接报,两辆巴士于马鞍山亚公角街相撞,导致57人受伤,其中5人伤势较重,其余大部分属轻伤,伤者分别被送院治疗。

据介绍,肇事巴士为九龙巴士公司的85K和89D路线巴士,初步怀疑是85K靠停车站时,尾随的89D巴士过分跟贴而导致意外。