

2025.3.22 星期六

农历乙巳年二月廿三  
大众报业集团(大众日报社)主办

济南市市区今日天气 晴 12℃~25℃ 南风3~4级

“龙马乘组”完成第三次出舱  
1个多月后将返回地球

北京时间3月21日20时50分,经过约7小时的出舱活动,神舟十九号乘组航天员蔡旭哲、宋令东、王浩泽密切协同,在空间站机械臂和地面科研人员的配合支持下,完成了空间站空间碎片防护装置及舱外辅助设施安装、舱外设备设施巡检等任务。出舱航天员蔡旭哲、宋令东已安全返回问天实验舱,出舱活动取得圆满成功。航天员蔡旭哲已完成5次出舱活动,成为目前在舱外执行任务次数最多的中国航天员。

神舟十九号航天员乘组的“太空出差之旅”已近5个月,各项空间科学实(试)验任务进展顺利。按计划,乘组将于1个多月后返回地球家园。据央视

两部门发文规范应用人脸识别技术处理人脸信息活动

## 人脸信息不得通过互联网对外传输

详见A02版

# 近半数成年人 各种“睡不好”

“不想睡”还是“不能睡”  
是谁夺走了  
我们的健康睡眠

### 这些睡眠误区踩

■早上床可以睡得更好?

并不能!早上床更容易导致失眠

■喝酒有助于睡眠?

是假象!喝酒后入睡通常是浅睡眠

■看书可以帮助入睡?

不一定!睡前看书需选择合适的书

■运动是睡眠的好帮手?

因人而异!适度运动对于睡眠  
会有一定帮助

■睡前点香薰可以助眠?

尚无定论!具体成分不明确时,  
不建议点香薰

■一定要睡满8小时?

不一定!好睡眠不是单纯看时长

■平日熬夜周末补觉?

不可取!保持规律睡眠节律很重要

详见A03-A04版



从数羊到买“电子羊”  
睡眠“困难户”  
撬动数千亿生意



探秘“第四环境”  
子午工程二期通过验收  
详见A02版

经典老片扎堆重映  
其中门道可不少  
详见A06版

连超级跑车都痴迷  
碳纤维成车界高端主流



详见A12版

这件唐代顶级首饰盒  
竟是猎杀海龟做的



详见A14版

生日应该快乐?  
其实最初并不是这样  
详见A15版

枣阳不产枣 仙桃不产桃  
有些地名为啥名不副实  
详见A16版