

# “海底穿针”！ 我国首条220千伏自主可控绝缘料海缆成功送电

碧海之上，巨轮作业；波涛之下，“盘龙”潜行。

在茫茫北部湾，如何将长达44.8公里的“电力长龙”精准埋入海底？这场堪比“海底穿针”的硬核施工，藏着中国海缆敷设的精湛工艺，更见证了国产“芯”海缆成功“入海”的新突破。

3月20日，南方电网220千伏涠洲岛跨海联网工程正式投运，结束了涠洲岛“孤网运行”的历史，同时也标志着我国首条使用国产交联聚乙烯绝缘料的220千伏大长度海缆实现稳定送电。

——海缆何以生产？  
此次海缆生产的过程就像“挤牙膏”，对精确度要求极高。

与此同时，海缆长期服役于海洋环境，维护难度远高于陆地电缆。其中，连接一段段海缆的工厂接头是海缆系统中的薄弱

环节，容易发生局部故障，影响整条海缆的运行安全。

同时，绝缘熔体要一次性连续挤出，几十公里的生产过程中，熔体压力、温度、电缆偏心率必须保持极致稳定。

面对重重难题，技术团队潜心攻关，连续攻克了国产电缆绝缘连续挤出抗热烧技术、大长度挤出工艺、工厂软接头制作等核心技术难题，实现绝缘材料的国产化突破，最终创下国内纪录——单根22.9千米220千伏海缆16天连续挤出105吨国产绝缘料，让国产材料扛住了超长生产的严苛考验。

——海缆何以敷设？  
不同于陆地施工，海底环境能见度极低，还要对抗洋流冲刷、高压渗透等挑战，要将重量高达7000多吨、相当于80多节满载火车厢的海缆敷设在海底，难度不亚于黑暗中“穿针引线”。

跨海联网工程项目负责人吴星介绍，施工前，团队采用多波束、侧扫声呐、浅地层剖面仪等设备，给海缆敷设线路做了细致的“CT扫描”，全面摸底海底情况。

施工中，团队依托搭载动态定位系统的海缆敷设船，配备海缆埋深检测系统、拖拽式水下载设犁等自动化设备，海下作业既有“手脚”干活，又有“眼睛”看路，实现了精准“穿针引线”。

——如何做到“穿海不闹海”？  
重达7000多吨的海缆在海底穿行，不仅途经国家级水产种质资源保护区，还需穿越涠洲岛周边敏感的珊瑚礁区域，如何最大限度减少对海洋生态的干扰？

“关键在于过程管控和技术创新。”南方电网广西电网公司基建部总经理张宁说，在全程

做好海洋生态环境监测的同时，施工团队创新采用“三维地质建模+定向钻精准穿越”技术，通过非开挖水平定向钻，从海床下25米深处穿越珊瑚礁。

“传统开挖方式如同‘开刀手术’，需要在海底挖掘隧道，对海洋扰动大。而非开挖水平定向钻就好比‘微创手术’，只需极小的施工创面，就能在海床下钻出一条通道让海缆安全通过，相比传统施工减少了85%的海底扰动面积。”跨海联网工程施工联合体项目经理陈谦说。

相关监测报告显示，施工期间，周边海域表层海水浊度、叶绿素浓度均处于正常环境波动范围，海水水质维持第一类标准，珊瑚礁生态系统结构完整、功能正常。

随着这条“能源大动脉”安家送电，涠洲岛从此有了稳定可靠的供电“强心脏”。南方电网

广西电网公司规划部总经理刘艳阳说，未来海岛附近的海上风电不仅可以就近消纳，富余的绿色电力还能通过跨海联网工程反送陆地，让涠洲岛从一个单纯的“用电端”，升级为绿色能源的“枢纽点”。

中国工程院院士黄崇祺表示，这是国产交联聚乙烯绝缘料首次在大长度220千伏交流海缆系统中应用，对保障国家电力能源产业链供应链安全具有重要意义。

我国首条220千伏自主可控绝缘料海缆成功送电，不仅打破了国外技术垄断，更为我国海上风电、岛屿联网等重大工程，装上了自主可控的电缆“防护盾”。

这一突破的意义，远不止点亮一座海岛。

新华社南宁3月20日电 记者 陈一帆 王楚然

## 多做“口碑工程” 不搞“口号工程”

循迹溯源 树立和践行正确政绩观

中部某地盲目上马“百亿级产业园”沦为“口号工程”，被媒体曝光后引发关注。近年来，一些地方“有轨电车”“物流新城”“仿古小镇”等项目，也因决策脱离实际，陷入折损两难、后患无穷的窘境。这些“口号工程”变成“烂尾工程”，背后折射出一些党员干部政绩观出现偏差问题。

今年的政府工作报告提出，努力为人民服务办实事。“十五五”规划纲要中，109项重大工程项目中民生工程达25项。实事办得实不实，工程建得好不好，一个重要标尺就是能不能成为百姓心坎上的“口碑工程”，而非劳民伤财的“口号工程”。

“天地之间有杆秤，那秤砣是老百姓。”政绩分量足不足，最终都要在这杆秤上称一称。

报表可修饰，数据可美化，现场可包装，民心无法作假。有一些党员干部在这杆秤前失了分寸，政绩观跑偏：有的败家子，把寅吃卯粮当“魄力”，留下一屁股债让群众戳脊梁骨；有的官油子，领导面前一套、群众面前一套，把芝麻吹成西瓜；有的表演派，眼里只有短期“轰动效应”，舆情来了连夜办，风头过了原样搁……凡此种种，病根都是政绩观出了问题。

“入党为什么，当‘官’干什么，身后留什么？”这个问题，每一位党员干部都应常思常想。真正的口碑，不在材料报表里，而在百姓心头上。离任多年，老百姓谈起那些年、那些干部，还会由衷地念叨一句“那届班子干了实事”，这才是沉甸甸的褒奖。不少打基础、利长远的工作，党员干部任期内可能看不到轰轰烈烈的效果，也许多年后才逐渐生发影响；当年种下的树苗已渐成荫，规划的项目已让群众得了实惠、培养的人才已成栋梁……这都是树立和践行正确政绩观的生动注脚。

金杯银杯，不如老百姓的口碑。当每一位党员干部都深明此理，那些急功近利的“口号工程”就会失去市场，惠及长远的“口碑工程”就能在百姓心中闪光。

新华社北京3月20日电 记者 张丽卿

## 市场监管总局： “3·15”曝光问题 正依法从严从快查处

新华社北京3月20日电（记者 戴小河）国家市场监督管理总局20日通报，针对“3·15”晚会曝光的市场监管领域违法问题，总局迅速部署，依法从严从快查处，并对相关地方政府和市场监管部门开展约谈和挂牌督办，坚决维护消费者合法权益。

市场监管总局新闻发言人、新闻宣传司司长王秋华介绍，目前各项执法行动已取得阶段性进展。针对“漂白的鸡爪”问题，市场监管总局组织专案组，对涉事企业开展突击执法，现场查封过氧化氢（俗称“双氧水”）27桶、鸡爪制品551箱。

针对“万能”的外泌体”问题，涉事属地市场监管部门联合卫健、公安等部门组成检查组，现场查扣“外泌体”相关产品。目前，有关部门已依法对4家涉事公司、3家医美机构及医疗机构立案调查。

针对“增营营销的套路”问题，涉事属地市场监管部门联合公安、卫健等部门开展核查处置，对11家经营主体立案调查，相关产品正抽样送检。

针对“私域营销里的专家之迷”问题，涉事属地市场监管部门联合公安等部门开展现场核查，已提取涉事公司包括制作虚假课程讲座在内的电子数据和关键证据。

针对“疯狂的租赁电动自行车”问题，涉事属地市场监管部门会同交通、公安等部门开展现场核查，提取涉事经营主体租赁合同和直播电子数据，固定电动自行车牌照、行驶证等相关证据，督促平台关停违规账号。

针对“谁在给AI‘投毒’”问题，涉事属地市场监管部门联合公安部门对涉事企业现场核查，公安部门已经启动调查。

市场监管总局表示，下一步将继续会同相关部门，深挖彻查、一查到底，对违法行为露头就打。问题不查清不放过，整改不到位不放过。

## 稀土、萤石、重晶石！ 四川找矿取得重大成果

新华社北京3月20日电 新一轮找矿突破战略行动的最新成果显示，我国在四川冕宁实现稀土、萤石、重晶石三个矿种找矿的重大突破。

记者19日从自然资源部获悉，为做好新一轮找矿突破战略行动找矿成果发布，重点领域信息公开中开设“找矿成果发布”项目，定期发布相关找矿成果，首批发布包括稀土、萤石、重晶石三项重大成果来自四川。

由中稀（凉山）稀土有限公司实施的“四川省冕宁县牦牛坪矿区稀土矿资源储量核实勘查”项目，详细查明了矿体分布特征、矿石类型等，新增稀土氧化物资源量966.6万吨，保有资源量累计达1040.8万吨，另新增伴生资源萤石2713.5万吨、重晶石3722.8万吨，取得重大找矿突破。

自然资源部有关人士介绍说，在稀土之外，萤石和重晶石矿产发现的规模更为震撼。萤石作为现代工业的重要矿物原料，广泛应用于航天、制冷、医药、电子、机械和原子能等领域；在半导体芯片制造领域，高纯度萤石是必不可少清洗和刻蚀材料。

重晶石的最大用途包括石油天然气钻井行业，作为钻井泥浆加重剂，防止井喷事故，是能源开采“安全员”，在化工、填料、医疗造影等领域也有重要应用。

据介绍，四川属于有色金属大省，尤其在战略稀有金属和新能源矿产方面具有全国乃至全球重要地位。下一步，自然资源部和四川省及有关企业将进一步加大勘查力度，加快资源产业整合。

## 多地举办“世界水日”“中国水周” 主题宣传活动



3月20日，在重庆市永川区神女湖边，工作人员向参加“世界水日”“中国水周”科普实践体验活动的红河小学“小黄帽”志愿服务队的同学介绍水质检测流程。

3月20日，多地开展主题宣传活动，迎接3月22日即将到来的第三十四届“世界水日”和第三十九届“中国水周”。

新华社记者 黄伟 摄

## “屏幕哄睡”影响“睡眠开关”，青少年如何睡个好觉

如今，刷手机已成为不少青少年的“睡前仪式”——有人用短视频缓解学业压力，有人靠聊天、刷资讯“放空”，甚至有人把手机当作催眠工具。然而这种看似平常的“屏幕哄睡”，却悄悄对青少年的睡眠和情绪产生不良影响。

当学业的压力与成长脚步不期而遇，青少年如何才能睡个好觉？

晚上“屏幕哄睡”  
白天疲惫不堪

白天学业繁重，睡前狂刷手机，已成为不少青少年的生活常态。然而，这样的“睡前仪式”换来的并非真正的放松。

天津高二学生小雨表示，在紧凑的学习节奏下，睡前时光是她和同学们难得的专属时间。为了解压，大家都习惯躺在床上刷短视频、回消息，常常一看就到深夜12点多，有时甚至凌晨2点才疲惫入睡。

“睡前玩手机时觉得很放松，舍不得让这段完全属于自己

的时间溜走。但熬夜刷手机后，白天会觉得又困又累，心烦意乱。”小雨坦言，“屏幕哄睡”的“后遗症”让她有点吃不消。

小雨的家长也慢慢发现，原本温和开朗的孩子，变得越来越敏感易怒，成绩也明显下滑。经过专业医疗机构诊断，小雨情绪困扰的主要根源在于长期“屏幕哄睡”引发的睡眠紊乱。

睡眠对青少年健康的影响不容小觑。全国爱卫办2025年发布的《睡眠健康核心信息及释义》指出，青少年睡眠不良主要与学业压力、电子设备的使用以及不规律的作息时间等有关。长期睡眠不良影响学习能力、免疫力、生长发育等，甚至产生心理和精神问题。

蓝光“欺骗”大脑  
影响“睡眠开关”

睡前刷手机，明明越刷越困，怎么还会影响睡眠和情绪？

“问题就出在手机屏幕发出的蓝光上。”天津市安定医院儿童青少年心理科主任孙凌表示，手

机、平板等电子屏幕发出的短波蓝光，会直接“阻止”大脑分泌褪黑素，而青少年的大脑往还未完全发育成熟，对蓝光更加敏感。

孙凌介绍，褪黑素就像是身体的“睡眠开关”，傍晚天暗下来，褪黑素开始分泌，让人慢慢感到困倦，到凌晨时分分泌最多，让人睡得安稳。可如果睡前一直刷手机，蓝光便会“欺骗”大脑，让大脑以为还是白天，“睡眠开关”就会被推迟打开，孩子入睡时间越来越晚。

入睡时间推迟不仅会导致睡眠不足，还会影响青少年的情绪调节。天津市安定医院睡眠医学科主任张新军表示，一整晚完整的睡眠，并非一种静止状态，而是由快速眼动睡眠（REM睡眠）和非快速眼动睡眠（NREM睡眠）两个阶段交替构成的循环。REM睡眠与记忆整合、情绪调节和学习功能密切相关，NREM睡眠则是体力与精力恢复的关键时期。

“REM睡眠就像大脑的‘情绪排毒站’。”孙凌表示，白天孩

子承受的学业压力、积累的负面情绪，都会在这个睡眠阶段被慢慢整理、释放，帮大脑恢复平静。而长期“屏幕哄睡”会让REM睡眠时间大幅减少，大脑没法完成“情绪排毒”，负面情绪便会越积越多。

专家提醒，青春期末就是情绪波动的敏感时期，体内激素变化让孩子容易出现情绪起伏，而“屏幕哄睡”带来的睡眠紊乱，则会进一步放大这种波动，导致情绪问题和睡眠问题互相影响，进入恶性循环。

放下手机  
睡个好觉

睡眠是情绪的稳定器，也是青春期成长的养分。专家提醒，“屏幕哄睡”看似便捷，实则代价沉重，要想睡个好觉，还需规律作息，优化睡眠环境。

孙凌建议，手机不该成为哄睡工具，家长应严格控制青少年睡前电子屏幕使用时间，睡前1小时关掉所有电子设备，可换成读纸质书、听舒缓音乐等温和的

### 租赁权拍卖公告

我公司受有关单位委托，定于2026年4月1日10时，在本公司拍卖厅举行公开拍卖会，具体事项公告如下：

一、拍卖标的：

- 位于桐乡市梧桐街道优优花园小区19幢朝北108、109、110号房屋3年期租赁权，建筑面积约274㎡，起拍价5.25万元/年，保证金2万元。
- 位于桐乡市梧桐街道优优花园小区19幢朝北101、111号1-2层房屋及优优花园小区20幢朝北二楼东半层房屋3年期租赁权，建筑面积约1231㎡，起拍价18.13万元/年，保证金5万元。
- 位于桐乡市梧桐街道优优花园小区20幢朝北101、102号房屋3年期租赁权，建筑面积约154㎡，起拍价3.02万元/年，保证金1万元。
- 位于桐乡市梧桐街道优优花园小区20幢朝北103、105、106、107号房屋3年期租赁权，建筑面积约225㎡，起拍价4.31万元/年，保证金2万元。

注：上述标的在租赁期内不得经营生产加工类或有油烟、有污染、有噪音的项目，更不得使用明火。

二、报名条件：有意参加竞买者，请携带有关证、照原件及复印件（单位凭营业执照副本、公章，法定代表人身份证，个人凭身份证，如委托他人竞买的，还应提供授权委托书、代理人身份证）办理竞拍登记手续并领取拍卖文件。

保证金请直接交入本公司账户【户名：浙江正联产权拍卖有限公司，开户行：桐乡农商银行梧桐支行，账号：201000123585472】，保证金交纳方式：转账（网银或电汇），保证金以到账为准。

三、标的展示及报名时间：2026年3月30日-3月31日17时止，详情请提前预约；标的展示地点：标的所在地。

四、报名地址：桐乡市复兴北路680号三楼；咨询电话：0573-88037738 王女士  
浙江正联产权拍卖有限公司  
2026年3月21日

### 福彩七乐彩

第2026030期 总销量:4018370元  
基本号(●)07 09 12 14 15 18 27 特别号(★)28

奖等	中奖条件	中奖注数	奖金
一等奖	●●●●●●●	0注	0元/注
二等奖	●●●●●●★	10注	12227元/注
三等奖	●●●●●●	127注	1925元/注
四等奖	●●●●●★	610注	200元/注
五等奖	●●●●●	4600注	50元/注
六等奖	●●●●★	11887注	10元/注
七等奖	●●●●	55073注	5元/注

更多信息查询：<https://www.cwl.gov.cn>  
本信息若有误以公证数据为准 2026年3月20日

### 福彩15选5

第2026069期 投注总额:696962元  
常规号(无须排序)03 07 13 14 15

奖级	中奖条件	中奖注数	奖金
特等奖	中5连4	0	0元/注
一等奖	5个号全中	128	1824元/注
二等奖	中任意4个号	6012	10元/注

奖池金额:1098433元。  
更多信息查询：<https://www.cwl.gov.cn>  
本信息若有误以公证数据为准 2026年3月20日

### 办理遗失声明 刊登各类公告 请到嘉兴日报

地址:嘉兴市迎宾大道99号嘉兴日报社  
一楼广告受理处(仅此一地)  
0573-82532309  
(唯一热线)  
联系人:小马

●嘉兴市南方包装制品有限公司遗失公章、法人章(徐云妹)、发票专用章、财务章、合同章各一枚，声明作废。

### 福彩3D

第2026069期 销售总额:6241930元  
中奖号码908

奖等	浙江中奖注数	每注奖额(固定)
单选	2162注	1040元/注
组选3	0注	346元/注
组选6	4476注	173元/注

中奖总金额:3045829元,奖池金额:2000000元。  
更多信息查询：<https://www.cwl.gov.cn>  
本信息若有误以公证数据为准 2026年3月20日