

# 佛穗莞城际铁路广州段、佛山段公示征求意见 佛山段工期约5年半

佛山日报讯 记者周龙凤报道:2月26日,广州地铁分别发布佛山经广州至东莞城际铁路鹭洲至新塘段(佛山段)、佛山经广州至东莞城际铁路鹭洲至新塘段(广州段)的社会稳定风险分析征求公众意见的公示,意味着佛穗莞城际迎来新进展。

记者查阅相关公示发现,佛穗莞城际佛山段、广州段社会稳定风险分析征求公众意见的公示内容包括项目名称、项目地点、工程建设内容及工期安排,但未

介绍沿线设站情况。其中,佛山段明确线路起于鹭洲,经佛山市顺德区、禅城区、南海区至佛广边界,设置停车场1座,还明确经过乐从镇、石湾镇街道、祖庙街道、桂城街道、大沥镇,总工期约5年半。

去年12月底,佛穗莞城际曾公布最新的实施计划和设计方案,提及线路预计分期建设,佛山鹭洲至广州新塘段(即佛山段、广州段)拟近期实施。据当时披露的线路图显示,佛山段共设7站,依次

为:鹭洲、东平、文华公园、普君北路(预留)、叠滘、奇槎、三眼桥;广州段共设10站,依次为:芳村、市二宫、艺洲路、磨碟沙、琶洲、鱼珠、黄埔站、埔南路、陈家林路、新塘。

今年佛山两会期间,市政府工作报告曾提及要加紧佛穗莞城际等项目前期工作。当时,佛山市地铁集团有限公司党委书记胡拯民接受采访时透露,佛穗莞城际等项目推进工作进展顺利,各方响应积极,广州、东莞都对佛穗莞城际项目展

现出极高的合作热情。

据了解,佛穗莞城际起于佛山鹭洲站,东西向穿越广州后,接入东莞松山湖站,建成通车后可实现广州至佛山、东莞中心30分钟互达。这条横跨三市的城际铁路将有助于推动粤港澳大湾区城市之间的融合发展,实现更高效便捷的湾区通行。同时,线路途经佛山市内多个重要区镇,未来接入佛山轨道交通线网后,将有助于重塑区域格局,对“再造一个新佛山”具有重要意义。

## 珍惜盘中餐 让节约成风尚



佛山日报讯 记者冯慧雯报道:“反对铺张浪费,倡导文明用餐。”2月27日,记者走访高明滨荷Park生态文创园的三荷楼发现,餐厅入口处两侧最显眼的地方分别张贴了“节约粮食,拒绝浪费”等宣传标语。前来就餐的市民也自觉践行“光盘行动”,杜绝“舌尖上的浪费”。

“这次的点餐刚刚好,大家吃得饱又没浪费。”当日,市民林女士与朋友5人在三荷楼就餐,点了8道菜,所有食物全部吃完。她告诉记者,之前来三荷楼就餐时,试过没吃完一些菜,自己也会打包。

三荷楼店长张守凤介绍,为减少浪费,三荷楼推出了小份菜,服务员也会根据实际分量向顾客提供点餐建议。当顾客结账时,服务员也会提醒顾客打包,并免费提供打包盒。

当日,记者在现场看到,不少市民喝完早茶都自觉将未吃完的点心打包带走。“剩菜明显减少了很多,基本上都是光盘。”张守凤说,在服务过程中,服务员也会顺便了解客人的口味、分量是否合适,听取建议后再改进。

中国公民健康素养解读

## 做好健康管理 防治慢性疾病



高血压是我国常见的心血管疾病之一。未使用降压药物的情况下,非同日3次诊室血压测量收缩压 $\geq 140$ mmHg和/或舒张压 $\geq 90$ mmHg,可诊断为高血压。患者有高血压病史,目前正在服用抗高血压药物,血压虽低于140/90mmHg,仍诊断为高血压。

长期高血压可引起心、脑、肾并发症,严重危害健康和生命。超重或肥胖、高盐饮食、体力活动不足、吸烟、过量饮酒、精神紧张、工作压力大是患高血压的危险因素。具备上述危险因素之一,即为高血压高危人群。

高血压的治疗必须坚持长期、综合、全面的原则。高血压患者应遵医嘱服药,按期复查。增强自我保健意识,主动学习高血压知识,对疾病有全面正确认识,掌握家庭自测血压的方法,做好血压自我监测。高血压患者除关注血压水平外还要关注是否存在其他心血管疾病危险因素。

高血压患者及高血压高危人群要养成健康的行为生活方式,清淡饮食,少盐、少油、少糖,多吃蔬菜和水果,做到合理膳食、控制体重、戒烟限酒、适量运动、减轻精神压力、保持心理平衡。

此外,还要关注血糖变化,控制糖尿病危险因素,糖尿病患者要做好自我管理。

典型的糖尿病症状表现为“三多一少”,即烦渴多饮、多尿、多食和不明原因的体重减轻、乏力。出现典型的糖尿病症状加上空腹血糖 $\geq 7.0$ mmol/L或随机血糖 $\geq 11.1$ mmol/L,或口服75克葡萄糖负荷后2小时血糖 $\geq 11.1$ mmol/L,或糖化血红蛋白 $\geq 6.5\%$ ,可诊断为糖尿病。

具备以下因素之一,即为糖尿病高危人群:处于糖尿病前期、超重或肥胖、高血压、血脂异常、脂肪肝、糖尿病家族史、妊娠糖尿病史、巨大儿(出生体重 $\geq 4$ kg)生育史。糖尿病患者应遵医嘱用药,定期复查。增强自我保健意识,主动学习糖尿病防治知识,对疾病有全面正确认识,掌握家庭自测血糖的方法,做好血糖自我监测,加强自我管理,预防和减少并发症。

糖尿病患者及糖尿病高危人群要养成健康的行为生活方式,控制血糖、血压、血脂和体重,做到合理膳食、科学运动、不吸烟、不喝酒、规律生活。

根据国家基本公共卫生服务规范要求,乡镇卫生院(村卫生室)、社区卫生服务中心(站)为辖区35岁及以上2型糖尿病患者提供健康管理服务,每年提供4次免费空腹血糖检测,至少进行4次面对面随访。(文/佛山市健康教育与促进中心)

## 传承红色基因 凝聚奋进力量

### 佛山掀起学习罗登贤烈士先进事迹热潮



佛山日报讯 记者苏宏堃、黄锦成摄影报道:今年是罗登贤同志诞辰120周年。连日来,佛山掀起学习罗登贤烈士先进事迹热潮,重温罗登贤烈士不平凡的一生与卓越的革命成就,传承英雄事迹、弘扬革命精神,厚植爱党爱国爱家乡的情怀,为“再造一个新佛山”凝聚奋进力量。

2月27日,记者走进罗登贤事迹展览馆看见,不少市民正在认真聆听罗登贤堂弟罗二妹的讲解。罗二妹根据“国破家贫少年立志”“一心向党名扬省港”“奔赴国难威震雪原”“光耀史册丰碑永铸”的时间轨迹,详细地为市民介绍了罗登贤短暂而又光辉的一生。在他十多年的革命斗争生涯里,他从一个旧社会的工厂童工一步步成长为中国共产党的早期领导人,并为共产主义的崇高理想而牺牲。

“罗登贤自幼父母双亡,生活十分艰苦,10岁时被姐姐带到香港打工谋生。”罗二妹说,上世纪80年代,村中罗氏族人到南京雨花台烈士纪念馆参观后,对有关罗登贤籍贯的表述提出了异议,随后多方奔走,寻找专家考证,最终认定罗登贤



昨日,市民走进罗登贤事迹展览馆,学习罗登贤烈士先进事迹。

确实来自禅城南庄。

据悉,罗登贤事迹展览馆于2017年在罗登贤故居原址建成。展厅以罗登贤短暂而伟大的一生为主线,让观众读懂罗登贤光辉的一生。馆内通过实物、图片、文字、视频、场景还原等形式,形象真实地展示了罗登贤英勇无畏、催人奋进的英雄事迹和崇高精神,现已成为佛山重要的红色基地、爱国主义教育基地。

紫洞村格巷村民小组党支部书记、村民小组长罗文中告诉记者,村里在2015年筹建罗登贤事迹展览馆的时候,村民非常积极,大家出钱出力。

市民何佳雄参观完罗登贤事迹展览馆后心情久久不能平静。他表示,通过此次参观活动,深深感知到如今的幸福生活是革命烈士们用自己的鲜血换来的,一定要加倍珍惜,将牢记烈士的事迹和精神,立足本职工作,奋发有为,努力为祖国的繁荣富强贡献力量。

今年是罗登贤同志诞辰120周年,为深入挖掘这一历史人物的革命精神及其在中国工人运动和抗日救亡斗争中的重要地位,中共广东省委党史研究室和中共佛山市委联合主办的纪念罗登贤同志诞辰120周年学术研讨会,正面向全国征集高质量的学术论文,应征者可将电子文档发送至电子邮箱fstdsyjs@foshan.gov.cn,投稿请注明“纪念罗登贤同志诞辰120周年学术研讨会”征文。

罗登贤同志诞辰120周年学术研讨会征文

### 三水区北江小学:

## 让社会主义核心价值观在学生心中扎根



文/佛山市新闻传媒中心记者 陈浩文

三水区西南街道北江小学积极探索将社会主义核心价值观融入教育教学全过程的新模式,通过结合学科内容、互动讨论、实践活动、多媒体资源以及家校合作等多种形式,将抽象的价值观转化为学生可感知的具体行动,真正让社会主义核心价值观在学生心中扎根,在行动中闪光。

近日,记者走进北江小学看见,教室里,班主任耐心指导学生通过分析爱国主题材的文学作品,理解爱国的深刻内涵。

“社会主义核心价值观不是空洞的口号,而是要融入到学生的日常生活和学习中。”北江小学总务处主任许燕红说,学校希望通过多元



化的教学方式,让孩子们深刻理解并自觉践行社会主义核心价值观,成为有理想、有道德、有文化、有纪律的社会主义建设者和接班人。

据了解,北江小学在将社会主义核心价值观融入学科内容方面下足了功夫。例如,在历史课上,老师会引导学生思考历史人物的功过,培养学生的爱国主义情怀和辩证思维;在美术课上,学生会创作以社会主义核心价值观为主题的绘画作品,用艺术表达自己的理解和感悟。

“以前觉得社会主义核心价值观

离我们很远,但是通过老师的讲解和小组讨论,我发现其实这些价值观就在我们身边。”学生小燕说。

北江小学十分重视社会实践,组织学生参与社区服务、植树造林、慰问孤寡老人等活动,让学生在实践中体验社会主义核心价值观的意义和价值。

许燕红表示:“我们不仅注重课堂教育,更注重实践体验。只有让学生在实践中亲身感受,才能真正理解社会主义核心价值观的内涵,并自觉将其转化为自己的行动

指南。”

家校合作也是北江小学社会主义核心价值观教育的重要组成部分。学校定期组织家长课堂,邀请专家讲解家庭教育理念,引导家长在家庭生活中践行社会主义核心价值观,为孩子营造良好的成长环境。

“学校会定期和我们沟通,分享孩子在学校的表现,也鼓励家长在家里以身作则,给孩子树立榜样。”家长吴先生说,这种家校合作的方式非常好,能让家长更好地帮助孩子健康成长。



扫码看视频

北江小学老师在课堂上为学生讲解社会主义核心价值观。/佛山市新闻传媒中心记者陈枫摄

中国福利彩票 CHINA WELFARE LOTTERY 2025年2月27日

### 天天福彩 开奖公告

双色球 07 08 16 18 25 32 + 14 (2025021期)

快乐8 11 12 15 20 21 28 31 32 37 39 42 44 51 55 57 66 71 73 77 79 (2025048期)

6 4 0 (2025048期)

热烈祝贺佛山彩民春申双色球第2024129期一等奖5注,每注奖金656万元,一等奖特别奖5注,每注奖金250万元,共为国家贡献税收906万元!

扶老 助残 救孤 济困  
\*数据以广东省福利彩票发行中心公告为准