

香洲区图书馆本月活动丰富多样

# 免费沙龙讲座等你来

本报讯(记者马涛)记者昨日采访获悉,去年12月初对市民免费开放的香洲区图书馆今年1月又将举办一系列的免费沙龙活动,陪伴市民一同进步。

首先是今日下午3时,一场主题为“整理生活就是整理人生——断舍离的智慧”沙龙活动在区图书馆二楼举行,主讲嘉宾希望大家一起学习的同时,通过整理,活出绽放的姿态,获得知识的力量,展现出真正的自己,变得温柔而坚定,从容而优雅;当晚7时,致良知书院创

始人、阳明心学创新研究者江波将给大家带来“少年王阳明”成长事迹介绍,让孩子从小立志,设定自己的人生小目标,并承诺实践,达成目标。

11日晚7时,一场主题为“锡艺之美”的沙龙活动将在香洲区图书馆举行,主讲嘉宾将给大家介绍传统锡工艺知识及当下锡工艺发展情况等。

12日下午3时,锵锵能力素养教育创始人刘东京老师将给大家带来主题为“如何用PBL方式打开孩子诗词

素养”的讲座,在潜移默化中帮助孩子提升人文素养;当晚7时,珠海夫妻学堂创办人、香洲区心理协会会长万晓丽将给大家长朋友带来主题为“《父母规》之教子有方”讲座。

13日下午3时,毕业于加拿大Sheridan先进电影电视研究生专业的孟宪婷将与大家一起讨论电影中的浅与深,“侃”出对电影的理解;当晚7时,创业先驱张一巍老师带来主题为“浅谈大湾区文创产业创业之路”沙龙活动,与大家分享什么是文创

产业、文创产业的过去现在未来等。

18日晚7时,设计师Titi、手作匠人芯莹共同给大家带来主题为“把你的生活,活成你想要的样子”的沙龙活动。

20日晚7时,珠海市雷鸣达科技有限公司董事长、永道国学院创始人邝怀彬与大家分享如何有效化解家庭矛盾等。

主办方表示,沙龙活动免费对外开放,请感兴趣的广大市民朋友在活动前15分钟到达图书馆。

## 昆明至丽江动车开通

去楚雄大理丽江更方便

据新华社昆明1月5日电 云南昆明至丽江的动车5日开通运行。据中国铁路昆明局集团消息,开行初期,昆明至丽江动车每天开行3对。

昆明至丽江的动车从昆明出发,途经楚雄彝族自治州和大理白族自治州,终点到丽江,沿途自然风光旖旎、民族风情多样。

开行初期,昆明至丽江动车每天开行3对,运行时间最短2小时58分,最长3小时36分,旅途时间较普速列车压缩约6.5小时。昆明至丽江动车票价执行浮动机制,根据不同季节、不同时段等市场因素,实行不同的票价。昆明至丽江二等座执行票价最低197元,最高220元。

## “狗主子”也别养太肥

超重或致宠物犬减寿

宠物肥胖日益引起关注。英国一项最新研究显示,超重可能导致宠物犬减寿超过两年。

利物浦大学研究人员调取美国的兽医诊疗记录,分析体重对宠物犬健康的影响。记录涉及1994年至2015年间超过5万条年龄在5.5岁至9.5岁的12个较常见犬种。

研究人员发现,每个犬种都因体重超重导致寿命缩短,总体而言,比起大型犬,小型犬更容易因超重减寿。研究结果显示,吉娃娃和博美犬平均减寿2年,金毛寻回犬和拉布拉多犬平均减寿不到1年。(新华社微特稿)

## 广播体操你还会做吗?

全市24个镇、街组队交流



本报讯(记者刘联)昨日下午,近千人齐集市体育中心体育馆,共同参与了2019年珠海的健康盛事

——珠海市“健康镇(街)”广播体操交流活动。

本次活动全市24个镇、街积极组队参加,并得

到了社会各届的大力支持和关注。

图为广播体操交流活动现场。 赵梓 摄

## 斗门东堤工程通过竣工验收

达到50年一遇防洪(潮)标准

本报讯(记者陈翩翩)“洪潮、排涝、灌溉、通航,斗门东堤工程的建成,将为城市防灾减灾提供更加坚实的保障。”工程技术人员如此评价。日前,我市乾务赤坎大联围加固达标工程应急项目斗门东堤工程顺利通过竣工验收。这也标志着我市海堤防洪潮标准及能力进一步得到提升,为人民群众生命财产安全提供强有力保障。

记者了解到,斗门东堤加固达标工程以防洪(潮)和排涝为目标。工程重点加固外围堤防,更新

改造堤上病险涵闸,使堤防和穿堤建筑物全部达到50年一遇的防洪(潮)标准。据悉,本次斗门东堤工程建设,总计加固海堤全长9公里,沿堤线重建水闸6座,新建涵闸1座、重建涵闸11座。工程于2009年3月完工后,已投入使用多年,经受住了“黑格比”“巨爵”“纳莎”等多次强台风袭击,尤其是2017年“天鸽”超强台风考验。实践证明,该工程充分发挥了挡洪潮、排涝等水利基础设施作用,有效地缓解了围内的防洪排涝压力,保

障了当地工农业生产和人民生命财产安全。

至此,我市已先后完成南水沥闸、三前闸、莲洲堤段、平沙东堤、斗门西堤、联合闸-鸡啼门大桥段、井岸下段、中珠联围、尖峰山大桥-联合闸堤段、鸡啼门-矿山电厂段、乾务堤段、四个水闸、草塘湾堤段和斗门东堤段共14宗水利工程建设,并顺利通过竣工验收。未来,相关职能部门将及时总结经验,适时开展斗门东堤工程项目后评价,为全市水利工程建设及管理提供示范。

### 冷暖你先知



#### ◆珠海陆地天气

阴天,初时有零星小雨

温度:15℃-20℃

湿度:75%-98%

风向风速:偏北 陆地3级

#### 【浴场预报】

海滨泳场:水温低,不适宜游泳。

三灶金沙湾:水温低,不适宜游泳。

东澳岛南沙湾:水温低,不适宜游泳。

#### 【航线预报】

九州港至蛇口航线:有轻到中浪,海况良好,适宜乘船出行。

香洲港至外伶仃航线:有轻到中浪,海况良好,适宜乘船出行。

香洲港至万山航线:有轻到中浪,海况良好,适宜乘船出行。

#### 【各类生活指数】

过敏指数 不易发 无需担心过敏问题,可以尽情享受生活。

感冒指数 不易发 气温回升,感冒几率较低。

紫外线指数 弱 建议涂擦SPF8-12、PA+的防晒护肤品。

空气污染指数 良好 气象条件有利于空气污染物扩散。

舒适度指数 舒适 白天气温适宜,早晚舒适。

交通指数 良好 气象条件良好,车辆可以正常行驶。

#### ◆珠海未来3天天气

星期一:阴天间多云,早晚有零星小雨和轻雾 16℃-21℃

星期二:大致多云,间中天色明朗 15℃-19℃

星期三:阴天,有分散小雨 15℃-19℃

### PM2.5 每日监测

点位	AQI级别	AQI类别
吉大	I	优
前山	I	优
唐家	I	优
斗门	I	优

截至1月5日18时  
数据来源:珠海市环保局