

## “亲子同行·‘醉’在乡间”旅游活动在斗门举行

# 36对亲子家庭感受美景美食

本报讯(记者廖明山 何进)一分钟高质量的陪伴,胜过一整天无意义的相随;一次真诚的亲子互动,让孩子铭记一生。近日,一场名为“亲子同行·‘醉’在乡间”创享e家城乡互助乡村体验游在斗门区南门村菡猗堂及接霞庄举行,活动吸引珠海市区的36对亲子家庭参与。

本次活动由珠海市妇联、斗门区妇联主办,斗门区创享e家、井岸镇创享e家、向日葵社工承办,斗门镇创享e家、瑞众社工协办。活动旨在拉近城乡距离,增强城市居民对乡村的认识与了解。

体验游在团队拓展中拉开帷幕,家长们抛开猫爸虎妈的角色,做孩子们的玩伴,体验畅快淋漓的亲子团队互动游戏。

都说“唯爱与美食不可辜负”,在美食制作环节,南门村妇女骨干邀请亲子家庭体验艾饼DIY制作。摘艾叶、和粉、蒸艾饼……劳动的



城里的孩子体验乡村游。

本报记者 曾遥 摄

过程中,不少家长直呼“追寻着传统美食的味道,仿佛回到了自己的童年时光,更加深了对亲情相伴的理解”。

随后,主办方组织亲子

家庭开展“乡村振兴旅游体验”,线路以休闲观光、美食文化为基调,亲子家庭结伴到菡猗堂、接霞庄等乡村旅游网红景点“打卡”,感受乡

村美景。菡猗堂、蚝壳墙、荷花池、古民宅……步步皆风景,处处蕴深意,让人们充分感受珠海推进乡村振兴战略的成果。

# 上课顺便把病看了 解决了大问题

## 专家名医为老年大学学员义诊,引导大家养成良好生活习惯



义诊活动现场。

本报记者 赵梓 摄

本报讯(记者廖明山 王晓君)12日上午,第二届珠海·文化重阳节系列活动之“名医进校园义诊活动”在珠海市老年大学举办,来自珠海市中西医结合医院多位专

家名医为老年人免费义诊,并在活动现场宣讲传播健康知识,倡导老年人选择健康的生活方式。

义诊现场既有名医为市民问诊,也有中医护理适宜

技术免费体验,还有中医养生妙招。

在名医义诊区,由市中西医结合医院的中医“大咖”们组成,心血管内科主任、主任医师赵晓东,神经内科主任、主任医师周武,治未病科副主任、副主任医师、医学博士寇吉友等6位专家名医为市民听诊把脉,引导大家养成良好生活习惯。

该院中医护理团队还带来了热敏灸、艾灸、腕踝针等颇具特色的中医护理适宜技术体验,吸引了许多在市老年大学上课的老年学员竞相体验。学员张女士一边做腕踝针,一边对记者说:“我刚刚做了艾灸,效果特别明显。”杨先生刚排在治未病科队伍里,专

家对他进行了一番望闻问切,又来到神经内科的专家这里排队,他说:“平时这些专家的号想挂都难,现在面对面和医生交流,还免费诊断送药,机会难得呀。”“来上课顺便把病看了,解决了大问题。”在一个上午的义诊时间里,就诊的人们对各位专家热情细致地诊疗服务表示高度赞扬和一致好评。

市中西医结合医院相关负责人表示,该院每年都要开展超过50次的义诊活动,这次来到市老年大学,希望能够为更多的市民朋友提供更好的服务。

本次活动由市卫生健康局、市老年大学、市老年教育研究会、珠海传媒集团主办。

# 2019 珠海茶博会下月举行

## 广东茶艺技师职业技能竞赛总决赛同期开赛

本报讯(记者钟夏)2019中国(珠海)国际茶业博览会将于12月5-8日在珠海国际会展中心举行,广东省职业技能大赛-茶艺技师职业技能竞赛总决赛也将在展会期间同期举行。

这是该展会连续第二年在珠海举行。本届珠海茶博会展览面积规模达到15000平方米,展品囊括六大茶类品种及茶具、茶服饰、茶包装、茶食品、国内外工艺品、文创产品等,除了来自珠海、澳门、中山、广州、深圳等粤

港澳大湾区城市的参展企业,还将有来自欧美、日本及东南亚市场的参展商、专业人士参加。

据介绍,由广东省人力资源和社会保障厅主办、广东省茶业行业协会和珠海益武国际展览有限公司承

办的2019广东省职业技能大赛——茶艺技师职业技能竞赛选拔赛将于近日正式启动,大赛总决赛将在珠海茶博会期间举办,届时将有100名经过层层选拔的茶艺“顶尖高手”汇聚珠海,进行“巅峰对决”。



### ◆ 珠海陆地天气

晴到多云,日间干燥

温度:22℃-27℃

湿度:50%-85%

风向风速:东北 陆地3级

### 【浴场预报】

海滨泳场:浪高0.5米,水温25.1℃。

东澳岛南沙湾:浪高1.1米,水温25.4℃。

### 【航线预报】

九洲港至蛇口航线:有轻浪,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,海况一般,乘船出行需预防晕船。

### 【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 较易发 早晚气温比较低,注意防护。

紫外线指数 中等 建议涂擦SPF12-15、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,早晚清凉。

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

星期四:天晴干燥 19℃-25℃

星期五:天晴干燥 19℃-25℃

星期六:天晴干燥 20℃-25℃

(本报记者 许晖整理)

### 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11月12日18时

数据来源:珠海市生态环境局