

番禺男子勇救落水者后
沙陇头涌多了一批救生圈

羊城晚报讯 记者梁怿韬,
实习生潘民列、赵钰燕、金瑜摄影报道:广州市番禺区桥南街道草河村是一处水网密集之地。7月11日,一名4岁男童在村内河涌溺水,幸遇附近居民相救,避免了一场溺水事故发生。

一次溺水事件意味着一处安全隐患。在溺水救人事故发生一个月后的8月11日,男童溺水河涌的救生设施查漏补缺工作已全面完成。全社会对暑期水上安全的重视,让当天下水救人、如今正候选8月份广州好人的救人者徐金灵感到欣慰。

“水好靓,我们世代随水生活。”住在草河村的徐金灵,对家门口的沙陇头涌水质赞不绝口,他介绍,常常有人到沙陇头涌垂钓,偶尔还有人野泳。

但看似平静的沙陇头涌,却隐藏了一些不安全因素。7月11日上午10时许,徐金灵在沙陇头涌旁的家中和一名装修师傅聊天。听到“有人落水了”的呼救传来,他立即冲出屋,只见一名男童面朝下漂浮在沙陇头涌水面。

“当时我哪顾得那么多,感觉自己有能力救人,就下去救了。”曾在广东省消防总队工作近20年的徐金灵,衣裤没来得及脱便从亲水平台跃入河涌,成功把落水男童救上岸,并通过急救方式让男童恢复意识、脱离了生命危险。

“如果能把溺水隐患治理一下,可避免同类事故发生。”徐金灵说。



沙陇头涌护栏边最新加装的救生设施

徐金灵救人一事,很快在围观街坊的朋友圈流传。草河村所属的桥南街道关注此事后,立即对沙陇头涌亲水平台涉水安全隐患进行全面检查。

记者了解到,沙陇头涌本来安装有救生设施,因使用时间较长存在缺损。为避免溺水事故发生和提升应急救援能力,在徐金灵救人后,街道已对沙陇头涌进行救生设施查漏补缺。8月11日,记者回访发现,沙陇头涌所有亲水平台均安装救生圈,部分亲水平台还增设护栏以防人员下水,拯溺条件比之前有了很大提升。

“不仅救生设施需要提升,还需要全社会都关注暑期涉水安全。”徐金灵表示,拯救溺水男童后,与其家长交谈时发现,由于家长和孩子对涉水安全防护意识不足,导致了意外发生。这一个月来,徐金灵参加了番禺区的涉水安全讲座和先进事迹汇报会,参加了村民以家委会主题活动名义举行的暑假水上安全公益课,呼吁家长孩子重视暑期涉水安全。

欺骗无人机 偷偷搞建设

南沙查获24宗违建项目

为提升巡查效率,部分执法部门采购无人机,通过“天眼”查违建。但个别违建当事人,抓住无人机巡查的局限性继续违法建设。11日,广州市南沙区综合行政执法局大岗综合执法大队,对利用障眼法“欺骗”无人机的1350平方米违法建设实施拆除。据悉,当地执法部门将采取“人工+智能”的方式,加强查违违建。

“无人机可以从高空拍摄,对摄入画面的违法建设进行标记,生成违建图斑。”南沙区综合行政执法局相关负责人介绍,在最近一轮无人机查违中,他们发现个

别村庄的违建图斑明显减少,但却没接到违建已被拆除的报告。执法人员改用地面人员巡查的方式前往违建图斑地,发现图斑上的违法建设,大多被当事人搭建了铁皮棚或盖上黑纱布。通过上盖障眼物,无人机未能识别图斑。违建当事人则在障眼物下方,持续进行违法建设。从8月4日至今,大岗执法大队已查获24宗利用障眼法“欺骗”无人机的违建行为。

“这种障眼法也为我们日后的执法工作提了醒。”该负责人表示,执法人员将采取“人工+智能”方式,增加地面巡查频率减少无人机“受骗”。

羊城晚报记者 梁怿韬
通讯员 成广聚 黄正亮 刘丽裕

广州地铁客流量
已近去年同期水平

羊城晚报讯 记者徐振天报道:近日,乘坐广州地铁的乘客应该都能感受到,以往熟悉的拥挤感又回来了。11日,广州地铁发布的数据显示,8月10日,广州地铁线网总客流量达857.1万人次,与去年同期864.2万人次的数据几乎持平。

记者整理疫情发生以来的广州地铁客流量数据发现,广州地铁的客流数据整体呈U字型分布。今年年初,受疫情影响,广州地铁客流量呈断崖式下跌,到2月15日,以67.2万人次的日总客流量“跌入谷底”。随着

国内疫情防控形势逐步向好,在此后的几个月里,广州地铁单日客流量进入“稳步爬升”阶段。客流量数据从100万到800万,总共用了近三个月时间。端午节前一天的6月24日,客流量重回8字头,达859万人次。

广州地铁8月11日公布的数据显示,8月10日广州地铁客流量857.1万人次,与去年同期864.2万人次的数据大致持平。2019年,广州地铁日均客流量为905万人次,当前数据约相当于去年日均客流量的95%。

广州鼓励商场、图书馆等场所设置慈善空间

羊城晚报讯 记者符畅、通讯员廖培金报道:近日,广州市人民政府印发了《广州市人民政府关于印发推动慈善事业高质量发展行动方案的通知》(简称《行动方案》)。据悉,《行动方案》共涉及10个方面,30项主要工作任务,确保更加全面地推动广州市慈善事业高质量发展,实现具有广州特

活力。

结合《民法典》的出台,《行动方案》还明确,推动知识产权、股权、有价证券、保险等新型捐赠方式的实施,并探索个人遗赠接受路径,以丰富慈善捐赠形式。在巩固交流合作平台、设立慈善信托、发展志愿服务已有做法的基础上,进一步提出了提升惠民实效

的新要求,支持各区政府创建“慈善之区”,开展扶贫产品慈善定制服务,突出以民服务导向,扩大慈善介入重大疾病前置救助的领域和范围。

《行动方案》还指出要传承创新慈善文化、推动慈善融入生活两项重点工作,通过举办“慈善+”等活动,实施慈善家庭推广计

划,加强广府慈善文化的传承、研究和创新。

此外,《行动方案》明确了从政府监管、内部治理、行业自律、社会监督四个方面全面加强慈善事业的监督管理,实施“清风促善行”行动,号召慈善组织积极参与“广州慈善公众开放日”活动和慈善组织透明度评价工作。

街市		8月11日菜价		计量单位:元/公斤
来源:广州市发改委价格监测中心				
本地菜心	9.38	水空心菜	6.8	蒜头 14.81
小塘白菜	7.23	青皮冬瓜	4.47	黄鳝 63.82
大芥菜	7.45	青瓜	7.69	原条鲮鱼 29.38
西洋菜	9.0	云南小瓜	7.8	冻鸡翼 40.0
西红柿	9.23	丝瓜	9.41	鱿鱼 49.63
芥兰	10.4	洋葱	7.14	精瘦肉 71.56
西兰花	12.28	莲藕	11.88	红壳鸡蛋 10.97

态势一片向好。截至8月11日,琶洲区域各展馆在7月、8月已经成功举办展会36场,合计展览面积约88万平方米,参展参观人数约70万人次。相关行业专家表示,目前会展行业恢复率超过60%。

线下展会按下快进键

6月以来平均每两天一场展会

自6月

10日,广州

首个线下展会——

广州国际防疫物资展举

办以来,广州会展行业复工复产步伐加快,7月起全面恢复办展。截至8月11日,琶洲区域各展馆在7月、8月已成功举办展会36场,合计展览面积约88万平方米,参展参观人数约70万人次。展览涉及建筑装饰、家具、国防科技、跨境电商、防疫物资、文化旅游、休闲娱乐等多个领域。

相关策展公司的负责人告诉记者,受疫情影响,上半年很多展会无法如期举行,积压了

一批线下展会。近期展会筹备时,参展商对于是否参展很矛盾。一方面,今年上半年的业务较少,参展商对接下来的业务拓展感到紧张;另一方面,他们也担忧参展的情况是否理想。

为此,不少参展商在扩大参展效应方面,下了一番功夫。上半年的疫情对行业整体影响较大,我们希望通过展会扩大客户群,争取新的订单。”在8月11日启动的2020广州国际混凝土与砂浆展上,一家大型搅拌机的生产商表示,为了扩大参展效应,他们邀请了年轻的乐队进行表演,为大型机械展增添活跃氛围。

会展业拉动周边食住消费增长

面积17.01万平方米,同比下降96.9%。原计划于2月至6月举行的112场展会全部延期或取消,涉及展览面积约500万平方米。

“就目前而言,会展行业应该已经恢复了60%~70%,有些产业开始正增长。”广东鸿威国际会展集团有限公司总经理王照云表示,9月开始该公司将在全国范围内举办10场以上的产业博览会。

从近两个月广州举办展会的情况来看,琶洲区域有不少服务企业受惠。据统计,7月份以来,琶洲区域各酒店如广交会威斯汀酒店、保利悦雅酒店、保利

洲际酒店等,入住率均从上半年的20%以下提升到80%以上,香格里拉大酒店、南丰朗豪等酒店7月份的入住率达到60%。

“会展业是与制造业直接相关的生产性服务业,与产业链条的上游、中游和下游各环节都密切相关,同时也是新技术的展示和宣传窗口,是技术创新最佳交流沟通平台,是行业技术迭代的风向标,是促进新技术转化的催化剂,对一个行业的技术突破具有导航引领作用。”国务院发展研究中心市场经济研究所所长任兴洲表示。

线上线下共生将成会展新业态

记者了解到,疫情对会展业既是机遇也是挑战,线下展会的全面停摆让会展业从业人员开始寻求发展新路径。今年6月,第127届广交会首次将线下实体展搬上“云端”,50个虚拟展区,约2.6万家中企参展企业带来了180万件外贸新品,全球数十万采购商在10天内连续24小时不间断展开云上洽谈。

“我们认为未来线上线下展会同时进行是一个必然的趋势,在未来互联网5G时代,所有会



展的主办方都会注重线上线下展会融合,未来的展会将呈现线上线下共生的新型业态,线下以洽谈、成交为主,线上将以品牌宣传为主,通过线上线下结合的方式增加参展商曝光度,形成一个更全面的平台。”王照云表示。

科学体重管理
要“因人而异”
和专人指导

据《2020国民健康洞察报告》显示,82%的人有减肥需求,但是一直能坚持减肥的仅有29%。

“管住嘴,迈开腿”是大家熟知的减肥两板斧。而要在节食和运动之间做选择的话,前者的呼声更高,大家“能动解决的,决不动手”。

这大大刺激了代餐食品市场发展,据天猫平台数据显示,代餐食品消费人数近三年增长78%,其中女性购买占绝大部分,人均年代餐消费金额在3000元以上。主打“0糖0脂”、“断糖饮食套餐”等新晋网红代餐食品市场规模已增长超过30倍。

“有些网红减肥食谱其实并不科学,普通人在不了解自己体质的情况下盲目尝试,很可能影响健康。”在绿瘦“五力合一科学服务”服务升级发布会的圆桌论坛上,中山大学公共卫生学院营养学教授、博士生导师马静建议,科学的体重管理需要“因人而异”和专业的指导。

华南理工大学食品科学与工程学院教授、博士生导师赵谋明则强调食品安全的重要性,提醒消费者要注意辨别,不能盲目跟风“网红产品”。

“光靠节食来减肥,是在交智商税。”

“运动方法不对,越运动越胖,最怕肥还没减下来,膝盖就废了。”

“再不控制卡路里,就卡在路里了。”

8月8日,正逢全民健身日,“科学体重管理倡导者”绿瘦在广州举行“五力合一科学服务”服务体系升级发布会暨全民体验活动。在活动的圆桌论坛上,来自营养学、运动学、心理学等领域的专家指出,科学的体重管理需要“因人而异”和专业的指导。



绿瘦“五力合一”服务代表亮相 图/受访者提供

2 “五力合一”服务运动指导加持

想单纯地通过运动来减肥,也不被看好。“特别是大体重人士,比起不运动,乱运动更让人担忧。”绿瘦服务升级发布会圆桌论坛上,运动科学博士、美国GRS运动康复师符彪认为,体重管理过程中,运动也是个需要专业指导的“大工程”。他指出,不仅要清楚该运动项目的运动原则、运动方法、供能形式,还要了解自己的身体情况,明确运动风险。“比如看起来简单又很流行的深蹲,有半月牙后角损伤的人是绝对不能做这个动作的。”

由此可见,要实现科学的体重管理,可不仅仅是“管住嘴,迈开腿”那么

简单。对此,有着十四年体重管理服务经验的绿瘦集团创新进行了“五力合一科学服务”服务体系升级。绿瘦强调多维度综合干预,将通过“五大优势”——体重管理规划师、营养顾问、运动顾问、心理咨询顾问、服务管家形成合力,全程参与用户的体重管理过程,陪伴用户打赢“脂肪战争”。据介绍,绿瘦通过用户数据调研、服务产品研发、用户跟踪内测等科学程序,制定出160个服务套餐,形成超过200份营养食谱,其科研成果也在北京食品科学研究院主办的权威刊物发表。

“在体重管理过程中,对比起饮食和运动,心理层面的干预,一直是被忽略的。”在绿瘦集团心理咨询师、华南师范大学心理学硕士杨昆升看来,体重管理其实是一场“持久战”,更是一场“心理战”。

“厌恶自己身体、自卑、常照镜子,长远来看是不接纳自我的体现,这样更难作出积极改变,通过专业的心理咨询

3 体重管理是持久战,更是心理战

“在体重管理过程中,对比起饮食和运动,心理层面的干预,一直是被忽略的。”在绿瘦集团心理咨询师、华南师范大学心理学硕士杨昆升看来,体重管理其实是一场“持久战”,更是一场“心理战”。

据透露,绿瘦集团心理规划师许洪表示,绿瘦服务过的案例以及国外同行业的数据均显示,科学的体重管理应该从多个维度去切入帮助用户,包括个性化的整体规划、营养、运动、心理疏导、长期陪伴等,才能帮助他们更坚定地走完“体重管理全过程”。

4 倡导国民科学管理体重

据艾媒调研报告显示,2019年中国肥胖人口已超2.5亿。而来自京东平台的一份消费报告显示,2019年中国各年龄段用户保健品消费TOP5中,16-25和26-35以及36-45三个年龄段的用户群体都注重减肥塑身。如何“接住”庞大用户群体的服务需求,既是留给市场的机会,也是考验。

现阶段中国体重管理市场普遍存在效果短、易反弹、适用人群少、无法满足更多生活场景等问题,加上市场上减肥产品良莠不齐,令消费者颇为困惑。绿瘦集团相关负责人表示,“五力合一科学服务”于企业是战略升

级,于行业是规范进阶,于消费者是价值提升。

据悉,在疫情期间,绿瘦把营养师、健身教练、瑜伽教练拉到网上开直播,让公众可以免费上网课;在511世界肥胖日,绿瘦联合国家跳水队倡导全民上秤,关注体重、BMI;在8月8日-9日全民健身日期间,绿瘦免费开放了广州、上海减肥训练营,让市民全面体验营养、运动、心理等多维度组合的科学体重管理,从消费需求、供给侧、国民意识的层面助力国民健康,积极践行行业先行者的社会责任。