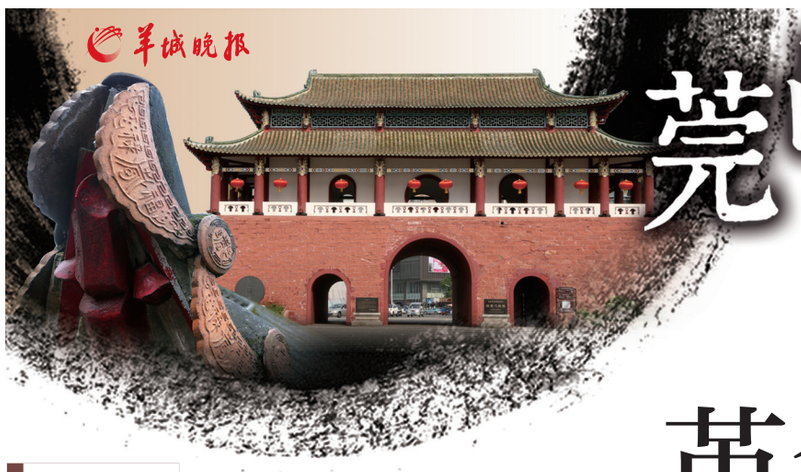

叶挺将军是北伐名将，伟大的无产阶级革命家、军事家。北伐前，叶挺与李秀文在肇庆结为夫妻，开启二十年初心无悔、家国与共的革命生涯。东莞市长安镇作为叶挺将军夫人李秀文的祖籍地，一直以来积极发掘、保存、整理叶挺、李秀文这一对革命伉俪的革命事迹与精神。

早在2017年，长安人就把叶挺将军和夫人李秀文的革命爱情故事，以现代粤剧的形式搬上舞台，创作了大型现代粤剧《浴火凤凰》。该剧以叶挺、李秀文的情感为主线，描绘两人在时局动荡、硝烟战火中的坚贞爱情，重点讲述了叶挺经历的各个重要革命事件。该剧情节跌宕起伏、扣人心弦，巧妙地将革命主题、爱情故事贯穿在剧情发展和人物命运中，充分展示了叶挺伉俪坚定的革命意志、不惧为革命事业献身的精神。除此之外，《长安镇志》《乌沙志》当中，也对叶挺、李秀文伉俪的革命事迹进行了浓墨重彩的描绘，广泛弘扬了叶挺、李秀文夫妇“初心无悔家国与共”的精神和理念。

# 革命伉俪情深 红色精神长存

## 长安镇建设叶挺、李秀文革命事迹陈列馆，打造爱国主义教育基地

策划/统筹 唐波 余晓玲
文/图 羊城晚报记者 王隽杰 王俊伟

### 精心筹建叶挺、李秀文革命事迹陈列馆

叶挺，原名为询，字希夷，1896年出生于惠州市惠阳区周田村，祖辈耕读传家。叶挺将军戎马一生，从军三十年，矢志革命，为救国救民无惧生死，不懈战斗。夫人李秀文则出生于1907年，祖籍长安乌沙李屋村。李秀文的父亲思想进步，开明的家风、进步的成长环境，培养了李秀文理解并参与革命的胸襟。在叶挺北伐前，两人结为伉俪，相扶相携保家卫国。

李秀文温婉贤淑、心怀大义，在与叶挺婚后的20年里，一直陪伴和支持叶挺革命，他们坚定的革命信念和不屈的精神，对当时和后世产生了巨大的影响。为大力弘扬叶挺、李秀文夫妇的革命精神和光辉事迹，全力打造东莞市革命传统教育和红色党建教育基地，中共长安镇委员会、长安镇人民政府于2020年在美丽的长安公园内建设了叶挺、李秀文革命事迹陈列馆。

2020年8月3日，叶挺、李秀文革命事迹陈列馆正式开馆。该馆历经9个月筹建，收集叶挺、李秀文相关史料近200种，考察了他们与东莞有关的大事小情，最终以“初心无悔 家国与共”为主题，展示了叶挺、李秀文为国家统一、民族独立和人民解放不惧牺牲、不懈奋斗的革命精神和家国情怀，为广大党员干部群众接受红色革命传统教育提供了良好场所。

◀叶挺、李秀文革命事迹陈列馆

▲攻占汀泗桥场景

▲群众赠送给叶挺独立团的铁军盾牌（复制品）

▲长安公园内叶挺、李秀文的雕像

### 三个篇章呈现革命伉俪家国情怀

据叶挺、李秀文革命事迹陈列馆讲解员胡川介绍，该馆占地面积2528平方米，设有展厅（571平方米）、纪念主题公园（1957平方米）。陈列馆设计融合本土历史元素，以“初心无悔 家国与共”为核心主题，以“革命情怀——革命行动——革命信念”为主线，运用实物、图片、道具、雕塑等方式，立体展示叶挺夫妇革命情怀形成的根源、“为家国而战”的革命行动、坚贞不屈的革命意志和信念，多层次、多媒介叙述历史事件，以信息的组群化展现了叶挺、李秀文夫妇家国与共的精神和不屈的革命信念。

该陈列馆展览共分为三个篇章，分别为“为生民立命”“为家国而战”和“虽身死犹无悔”。展览以叶挺将军戎马一生为主线，叶挺、李秀文生死相伴的爱情为副线，采用电影式的剪辑手法打破时空局限，展现了叶挺、李秀文的革命情怀、革命行动和革命意志。第一篇章“为生民立命”主要讲述了叶挺、李秀文二人的成长历程和在革命路上相识相知到相恋的经过；第二篇章“为家国而战”，讲述了叶挺将军从粤军、独立团到北伐、新四军的戎马一生，自1926年叶挺李秀文结为夫妇，叶挺与李秀文相扶相伴，共同革命20余年；第三篇章“虽身死犹无悔”，讲述了叶挺被国民党反动派囚禁到释放、最后不幸遭遇空难的过程，无论身处何种逆境，李秀文与叶挺患难与共、不离不弃、无怨无悔。

在展览尾段，还设置了两面缅怀墙，展示了毛泽东、周恩来、刘伯承等人对叶挺、李秀文夫妇的评价和缅怀。在展厅内，共展出了5组圆雕作品、11幅背景浮雕、2幅油画、5处艺术场景，让观众沉浸在观展的同时留下深刻印象。

### 红色展览馆成爱国主义教育基地

去年8月开馆后，长安镇在暑假期间举办了“叶挺、李秀文革命事迹陈列馆亲子红色之旅”活动，让红色文化基因在广大家庭、青少年当中得到传承。同时，推进红色教育常态化，定期组织党员干部到陈列馆内参观学习，进行革命传统教育，全力将陈列馆打造为党建教育基地，助力“湾区智造之都 魅力品质长安”建设。

据统计，自2020年8月开馆以来，叶挺、李秀文革命事迹陈列馆进馆人数达近7万人次，日均讲解三到四场。叶挺、李秀文革命事迹陈列馆已经成为东莞爱国主义教育基地之一，也是东莞打造历史文化名城、融入人文湾区建设、擦亮广东红色文化品牌的鲜明印记。

在陈列馆中，还有一面入党宣誓墙，可供前来参观学习的党员重温入党誓词、重忆入党经历、铭记入党初心。同时，叶挺、李秀文革命事迹陈列馆还是“走读红色东莞”主题旅游线路中长安镇线路的首站，已成为爱国主义教育的重要基地。



# 中秋国庆将至 怎样健康过双节？

文/图 姚梓婷

中秋国庆双节将至，秋高气爽的天气是旅游出行、探亲访友的高峰期，但近期国内疫情反弹、防控形势严峻复杂，不能有丝毫松懈，同时健康过节也很重要。

专家提醒，中秋国庆双假“吃喝玩乐”也要劳逸结合，特别要注意疫情防控。同时要预防急性心脏病、急性眼病、胃肠道疾病等多种疾病，千万不要在轻松的假日里让疾病伤害身体健康。如何健康过节？专家作出以下提醒。

### 出行别忘防疫

近期境外疫情形势依然严峻，国内本土疫情时有发生，东莞市持续面临输入风险。同时，双节假期期间，正值季节交替，流感、水痘、猩红热等呼吸道传染病进入流行期，市民要继续保持防控意识不减弱，坚持“防疫三件套”——坚持佩戴口罩、保持社交距离、注意个人卫生；牢记“防护五还要”——口罩还要戴、社交距离还要留、咳嗽喷嚏还要遮、双手还要经常洗、窗户还要尽量开。

其次，建议就地过节，假期以短途旅行为主，尽量选择周边游、省内游。出行之前，要了解目的地的疫情形势和防疫要求，避免前往中高风险地区或有病例报告的地区。准备充足的口罩、免洗手消毒剂等防护物品，路途中注意做好个人防护及行程记录。

此外，建议以家庭游为主，出现发热或呼吸道疾病症状，应避免外出。不宜举办或参加人员较多的聚餐聚会，避免在密闭或通风条件不良的场所聚会，活动尽可能简短并注意开窗通风。参加活动的人员要做好个人防护，与他人保持安全距离，杜绝带病聚餐聚会。

返程做好健康监测。旅游归来后，应密切关注自身及家人的身体状况，如出现发热、干咳、乏力等可疑症状，要佩戴口罩及时到附近医院发热门诊就医，不要自行用药，不要到没有资质的诊所就医，以免延误诊疗。就诊时不建议乘坐公共交通工具。不要带病上班，应及时向单位报告旅行史、接触史及身体异常情况。

### 注意饮食卫生

近期正值东莞市海产品大量上市，假期市民外出旅游、走亲访友，聚餐机会增多，一旦忽视饮食卫生，极易发生食源性疾病，近期病毒引起“胃肠感冒”也时有发生，提醒市民注意预防。

在享受美味的同时，一定要注意食品的安全。

一是生熟分开。生、熟食品的加工用具和存放容器要严格分开，避免交叉；生、熟食品放置亦应严格分开；使用冰箱冷藏食品时，生、熟食品应分层放置（熟上生下），且存放在容器中或用保鲜膜包好。

二是烧熟煮透。食品应当烧熟煮透，烹饪过程中食物中心温度要达到70℃以上。注意不要过于追求菜肴的鲜嫩，避免因食物的体积过大，导致外熟内生的情况。

三是隔夜食品要回烧。隔夜熟食、剩饭剩菜要冷藏保存，在确认未变质的前提下，可继续食用，食用前应彻底加热，维持70℃以上3分钟。隔夜食品不要多次加热食用。

四是慎吃生食。不生食淡水水产品，生食深海水产品也应谨慎，确保新鲜；生吃瓜果蔬菜一定要洗净消毒。此外，网络订餐要选择无接触配送方式。

### 小心“酒肉”伤害

期盼已久的假期终于要来了，不少平日里劳碌奔波的市民朋友都想趁着这难得的长假好好休息一番。在家酣睡、看书上网是很多人的心愿，不过也免不了参加各种家庭聚会和朋友聚餐。健康专家提醒广大市民：不要因为放假而大吃大喝“夜夜笙歌”，免得最后弄得身心疲惫进医院。

美食当道，量力而行。节日的餐桌上，菜肴总是格外丰盛，鱼肉荤腥是怎么都少不了的，暴饮暴食很容易引起消化道疾病。专家建议，少吃大鱼大肉等肥腻的食物，多吃一些蔬菜和水果，多饮绿茶或白开水。

聚会喝酒，切莫贪杯。亲朋好友相聚少不了推杯换盏，难免会多喝几杯，过量饮酒带来的危害可不小。专家提醒广大市民朋友，节日期间千万不要过量饮酒，特别是需要开车的驾驶员要谨记：开车不喝酒，喝酒不开车。

### 保持健康生活

国庆七天长假，市民容易打破原先的起居规律，或者由紧张的工作、学习状态转入过度放松状态。休闲、上网、看电视等如果太放纵，反而容易疲惫，出现生理和心理的失调。故建议市民假期应保持健康的生活方式，注意合理饮食、适度运动，提高抵抗力。

假期不外出旅游的市民朋友，也不要整天“宅”在家里，秋高气爽，适宜户外运动。登山是秋季户外运动的不错选择，但对中老年人来说，运动量不宜过大，宜选择轻松平缓的项目，可做点慢跑、健步走等有氧运动，适度参加健康文明的娱乐活动。

在长假期间，也应保持正常的作息规律，防止过劳和熬夜，坚持日常锻炼，戒烟限酒。高血压、冠心病、糖尿病等慢性病病人要坚持正常服药，防止病情加重。

超市货架上各式各样的月饼

## 佳节临近 月饼“十八变”花样多

临近中秋，市场上不乏月饼的身影。无论是大型商场还是小超市、小卖场，都摆满了各种品牌和各式包装的月饼。随着“吃得健康”的理念逐步深入人心，笔者在市区多个卖场走访发现，市场上月饼不仅口味更加新奇多元，“无蔗糖”“低糖”“低卡”“低脂”的“健康”月饼也越来越多。

琳琅满目的月饼，馅料也是多种多样，如水果味馅料、蛋黄馅料、五仁馅料、鲜花馅料等。走访中，笔者还发现了一款人造肉月饼。

“人造肉月饼，看起来有点儿意思。”市民姚小姐花费168元，购买了一盒植物肉月饼礼盒，“以前吃过人造肉粽子、人造肉汉堡，人造肉月饼还是头一次见。折算下来42块钱一个，比普通的现烤月饼贵了两倍。”

“植物肉是从豆制品中提取人体所需植物蛋白，模拟猪肉或牛肉的口感，以减少脂肪摄入，非常适合有减脂需求的顾客购买。”售货员介绍道。

此外，一家超市还打出“轻甜轻负担”“减糖60%”等标语的鲜果月饼，正摆在门店醒目位置。“这款月饼适合老年人吃，肠胃消化功能较弱的人也比较适合。”该超市的销售人员说，人们的健康意识越来越强，在吃得好的基础上，大家更喜欢低糖、低盐、低添加剂的产品，月饼生产厂家也正是看准了这一趋势，开发了不同馅料、不同种类的月饼，更能满足不同消费者的选择。

同时，这位销售员还建议老年人和肠胃消化能力弱的人选择麻饼或者咸馅料的月饼以及分量规格较小的月饼，一次吃完一个不会摄入过多糖分，也能避免月饼分量太大吃不完造成浪费。

笔者进一步走访发现，为了迎合糖尿病患者及减肥人士的需求，市场上无糖月饼越来越多。专家表示，所谓无糖月饼，常指使用麦芽糖醇等代糖替代了蔗糖，对于减少蔗糖的摄入有一定的作用，但成人每日摄入木糖醇量不宜超过50g，一次性摄入过多易引起腹部不适、腹泻等症状。此外，无糖月饼仍可能含较多油脂，属于高脂、高能量食品，多吃不利健康。

对于市场上通过添加燕窝、人参等号称有保健功效的月饼，专家表示，其添加的营养保健成分并不能改变月饼高油、营养成分较单一的特点，对于宣传的保健功能并没有足够的科学依据，且添加量未必能发挥作用。

专家提醒，消费者不能盲目听信商家的推销和宣传，要仔细辨认月饼的成分和配料，慎重鉴别，理性消费。

（文/图 姚梓婷）


## 公告·声明·启事

**清算公告**
广州公交集团第二公共汽车有限公司东圃汽车客运站(统一社会信用代码:91440101725 6187138,已于2021年5月28日办理注销,请相关债权人于见报之日起45天内到我公司清算组申报债权及办理债权登记手续。联系电话:13600080205,020-82576983,联系人:颜智杰,地址:广州市天河区中山大道中1015号东圃大厦。 2021年9月17日

**减资声明**
珠海集纳科技有限公司(注册号/统一社会信用代码:91440400MA51N1TA1T)经股东会决议,决定注册资本由原来600万元人民币减少至10万元人民币,请债权人自公告之日起45日内向本公司申报债权,逾期不报,本公司将向登记机关依法申请变更登记,特此公告。

**遗失声明**
广东省润玉祥珠宝有限公司遗失公章(印章编码:4415210009622)一枚,声明作废。

**遗失声明**
广州兰洛妍服饰有限公司遗失公章一枚,声明作废。

**减资声明**
珠海亚朗诺迪科技有限公司(注册号/统一社会信用代码:91440400MA513MFL01)经股东会决议,决定注册资本由原来500万元人民币减少至10万元人民币,请债权人自公告之日起45日内向本公司申报债权,逾期不报,本公司将向登记机关依法申请变更登记,特此公告。

**减资声明**
东莞市固诚五金制品有限公司经公司股东决定,同意减少公司注册资本,由原来2000万元人民币减少为100万元人民币。请有关债务债权人自本声明见报之日起45日内,向本公司申报债权,本公司特此依法向企业机关登记主管机关申请减资登记,特此声明。 2021年9月17日

**遗失声明**
珠海释羽骏华贸易有限公司遗失营业执照正、副本、公章、财务专用章,统一社会信用代码:91440400MA5124CX56,特此声明作废。

**遗失声明**
珠海市维瑞斯芸科技有限公司遗失营业执照正、副本、公章、财务专用章,统一社会信用代码:91440400MA51245P58,特此声明作废。

**减资公告**
惠州市美又好家具有限公司,统一社会信用代码:91441322MA54M6U74X,经股东会决议,拟向公司登记机关申请减少注册资本,注册资本由人民币500万元减少为人民币100万元。请债权人自公告之日起45日内,向本公司申报其债权,逾期不报,视为自动放弃权利。本公司将依法向企业登记主管机关申请减资登记。

**遗失声明**
广州佰原房地产代理有限公司遗失财务专用章一枚,需重刻,特此声明原广州佰原房地产代理有限公司财务专用章作废。

**遗失声明**
朱开晴遗失东莞中升星辉汽车销售服务有限公司开具的订车定金收据,票号:NO0003365,金额:10000元,声明作废。

**遗失声明**
惠州达存机电安装工程有限公司遗失电子营业执照,统一社会信用代码:91441300MA51L5L417,声明作废。

**遗失声明**
东莞市达群实业有限公司遗失公章、财务章各一枚,特此声明作废。因未在公安局备案造成法律责任自行承担。

**遗失声明**
李权历遗失东莞市虎门镇龙眼股份经济联合社开具的经营定金收据一份,收据编号:A514013,金额:2000元,地址:东莞市虎门镇龙眼四路88号第2-3间铺,特此声明作废。

**遗失声明**
李权历遗失东莞市虎门镇龙眼股份经济联合社开具的租赁定金收据一份,收据编号:A514012,金额:5280元,地址:东莞市虎门镇龙眼四路88号第2-3间铺,特此声明作废。

**遗失声明**
东莞市华斌包装制品有限公司遗失公章,声明作废。因未备案所引起的经济纠纷法律责任由我公司自行承担。

**遗失声明**
莫灿辉(身份证号:44190019880713****)遗失东莞市股份经济合作组织股权证书两本,证书编号:CA05-00-1358、CA05-03-0101,特此声明作废。

**遗失声明**
孙满笑(身份证号:44252719610125****)遗失东莞市股份经济合作组织股权证书两本,证书编号:CA05-00-1357、CA05-03-0100,特此声明作废。

**注销公告**
东莞市瑞宝装饰有限公司因公司决议解散拟向公司/农民专业合作社登记机关申请注销登记。

**遗失声明**
东莞市显高物业管理有限公司遗失财务章一枚,特此声明作废。

**遗失声明**
莫佩仪(身份证号:44190019920813****)遗失东莞市股份经济合作组织股权证书两本,证书编号:CA05-00-1359、CA05-03-0102,特此声明作废。

**遗失声明**
莫新发(身份证号:44252719631012****)遗失东莞市股份经济合作组织股权证书两本,证书编号:CA05-00-1356、CA05-03-0099,特此声明作废。

**东泽综合市场隆重招商**
位于东莞市大朗镇长盛南路238号,现隆重招商,接受内部登记,招商项目:服装、鞋类、粮油、干货水果、肉菜类,欢迎创业者来电洽谈。
财富热线:0769-81129329、13480047838 陈生