

民生

收好这份重阳出行攻略
广州官宣11个登高点

新快报讯 记者王彤 通讯员林园轩报道 10月18日(农历九月初九)是重阳节,广州市明确了11个登高点。

这11个登高点是:白云山、越秀山、广州塔450米户外观景平台、火炉山、帽峰山、龙头山森林公园、芙蓉峰、莲花山、天后宫、风云岭森林公园、蕉石岭森林公园。

广州市重阳登高安全保障指挥部提醒广大市民:

关注出行提示,做足行前准备。结合天气情况及公共交通运行时间,根据实际情况选择人流不多的时段错峰登高,届时各登高点将结合实时登高人

数,按照应急预案采取限流管控措施,控制登山人数,请根据公告提示审慎前往。

强化安全意识,提高防范能力。在确保个人安全的前提下,文明有序登山,不拥挤不推搡;尽量结伴而行,避免独自、夜间出行,避免前往人烟稀少、通信不畅、未对外开发开放或有安全隐患的区域。

注意森林防火,防范火灾风险。禁止携带火种、易燃易爆物品及其他违禁品上山,禁止一切野外用火,全市各森林防火部门将在入山路口、登高地段设立防火检查站,同时加大巡山护林力

度,望广大市民互相提醒监督,积极配合,一旦发现违规用火和森林火情,请立即拨打12119森林火灾报警电话。



■扫码了解广州市11个登高点详情。

60岁以上坐火车“折上折”
今起认准“敬”字车次

新快报讯 记者许力夫报道 新快报记者昨日了解到,从10月18日起至年底,年满60周岁及以上老年人购买标注“敬”字车次的火车票,将享受“折上折”票价优惠。

该优惠适用人群为年满60周岁及以上且使用中华人民共和国居民身份证、港澳居民居住证、台湾居民居住证、港澳居民来往内地通行证、台湾居民来往大陆通行证、外国人永久居留身份证、临时身份证明及居民户口簿购票的老年人。

符合上述条件的老年人,线上或线下购买开车时间在10月18日(含)至12月30日(含)的铁路12306标注“敬”字车次的火车票,可享受执行票价九折优惠,并且实行“折上折”,相关车票在订单详情和本人车票页面标识“长者优惠”字样。年满60周岁及以上的持有残疾军人证、伤残人民警察证、国家综合性消防救援队伍残疾人员证的中国公民,在享受原有优待票价的基础上,可再享受九折优惠。

成功购票出行的老年常旅客会员,同时按现行积分规则继续享受普通常旅客会员的3倍积分优惠,积分可用于兑换火车票或办理座位升席业务。

“湾区制造”坐上
快速班列开往义乌

两地多式联运班列首开,每周6列双向对开

新快报讯 记者许力夫 通讯员刘霁慧报道 10月16日,X8510次多式联运快速班列从广州大朗铁路货场鸣笛驶出,满载“湾区制造”奔赴义乌西站,这是粤港澳大湾区首开至义乌的图定快速班列,与2025年1月开行的义乌西至广州国际港示范班列构成双向对开循环格局,每周固定开行6列。

此前,大湾区至义乌没有直达铁路班列,两地间货物运输主要依赖公路,运能有限且受天气、路况影响较大。该班列的开行,填补了大湾区至义乌的铁路直达空白,珠三角制造品北上长三角从此有了稳定的铁路通道。

该班列实行“一口价”计费模式,一次报价、一票结算,企业综合物流成本降低约20%;采用“固定到站、固定时刻、固定价格”运营,不受恶劣天气影响、准点率高、大运能,实现运输服务常态化稳定运行。运输货物品类涵盖家电、家具、灯饰、日用品、小商品等,为两地商贸企业提供全天候、大运量的铁路物流服务。

值得关注的是,班列抵达义乌西站后,货物可无缝衔接“义新欧”中欧班列网络,在服务珠三角与长三角内贸货物流转的同时,也为有出口需求的企业提供了一条“铁路+铁路”的出海新路径。



■18岁青年以青春昂扬之姿跨越成人门。 通讯员供图

广州超11万青年迎来“成人礼”

新快报讯 记者毛毛雨 通讯员穗团宣报道 10月16日,2026年广州市成人宣誓仪式在粤港澳大湾区(广东)青少年国情研习体验馆举行。来自广东警官学院、广州大学附属中学南沙实验学校、广州市南沙区南郡高级中学和广州市番禺区祈福英语实验学校的200余名18岁青年代表面向国旗庄严宣誓,正式步入成年行列。据了解,今年全市将有逾11万名青年迎来自己的“成人礼”。

拿着“绿色处方”走进山林

广州市健康教育周启动,年内预计开出此类处方超5万张

新快报讯 记者王彤 通讯员林园轩报道 10月17日,以“懂预防,更健康”为主题的广州市第二十六届健康教育周在中山纪念堂正式启动。作为主办单位之一,广州市林业和园林局立足绿美广州生态建设成果,大力推广森林康养,持续擦亮广州“绿色处方”特色品牌。新快报记者了解到,广州市预计在年内开出超5万张“绿色处方”。

森林康养,是引导市民主动走进森林,依托森林芬多精、负氧离子、有益微生物等生态要素,实现调养身心、舒缓压力、提升身体素质的主动健康方式。广州坐拥“半城山水满城绿”的独特生态禀赋,是国内少有的中心城区周边就拥有大片森林的超大城市。全市森林面积30.03万公顷,森林覆盖率达41.6%,拥有各类公园超1500个,开放

共享公共绿地129个、合计298万平方米,培育省级森林康养基地8家、自然教育基地23家,发布首批20条羊城绿色康养径,为市民就近开展森林康养提供充足的空间载体。

依托得天独厚的绿色资源,广州在全国率先探索医疗机构与公园景区结对共建的医林融合新模式。2025年8月,广州市胸科医院在白云山开出全市首张“绿色处方”,创新构建“评估—开方—干预—复诊”非药物健康管理闭环。2026年,“绿色处方”被纳入广州市卫生健康十项民生实事,年内预计开出超5万张“绿色处方”。

目前,全市已有33家医院与19家公园景区结对共建,形成“医疗机构与公园景区结对、医师科学开方、凭证入园康养、闭环复诊管理、数字化全程追



■广州市第二十六届健康教育周活动现场,多家医疗机构的专家为市民进行义诊。 新快报记者 邓迪/摄

踪”的全新模式,打通“医院—公园”健康服务链条,让市民拿着医生开具的“绿色处方”走进山林,把森林浴、芳香疗、自然运动等变成科学的健康干预手段,推动健康消费与文旅消费深度融合。

福彩开奖信息

快乐8 第2026276期

中奖号码

02 06 07 11 15

18 22 27 30 32

37 38 42 45 51

62 65 66 67 73

福彩3D 第2026276期

中奖号码 9 6 0

以上开奖彩种的兑奖期限为:自开奖之日起60个自然日内。