



# 蠡湖仙境徒步行,周末走起来!

天高气清,阳光融融。11月14日,“丹琼公益徒步行”暨蠡湖街道全民健身系列活动,在无锡西蠡湖景区火热开场。

张倩/文 尤力庭/摄



▶活动现场

## 徒步健身,共享闲趣

14日上午7点半,12组队伍先后从水上茗豪湖景餐厅出发,途经蠡湖长廊、渔父岛、西堤、蠡湖展示馆等,途中设有3个打卡点,小组成员协力合作通关打卡,全程约7公里。据了解,参加此次徒步活动的,是蠡湖街道社会事业联盟的全体成员。

“孩子们平时白天要上课,晚上有时候还要补课,都没有锻炼身体的机会,正好这次活动是周末,天气又好,我就带着孩子们出来走走,呼吸一下新鲜空气,然后看看蠡湖的美景。”丁女士说道,“早上的蠡湖还有点雾气,美得就像仙境。”

## 通关打卡,其乐融融

现场大小朋友们欢声笑语不

断,在打陀螺和滚铁箍环节,打两下就歪倒停下的陀螺,才滚起来就倒下铁环,更是让人捧腹连连,场上的人显得有些手忙脚乱。

面对第一次打陀螺的失措,徐先生坦然表示,自己作为90后从来没有玩过打陀螺,第一次玩感觉还不错,“我小时候都没玩过打陀螺,今天是第一次玩,试了两三次就成功了,看来我在这方面还是很有天赋的,希望以后在这样的活动中能玩到更多有趣的小游戏。”

滚铁箍更是难倒了一群人,多数年轻人表示自己从来没玩过,几位年纪稍长者倒是表现得游刃有余。胡先生表示,这个自己小时候常玩,至今也有二三十年没玩过了,重新玩起这个游戏感觉自己都像是回到了少年时候。

## 勇攀珠峰,公益传递

值得注意的是,活动中还有一位将要勇攀珠峰的无锡女儿。“这个公益徒步活动做得很好,促进全民健身,希望以后能举办更多、更好的此类活动,让所有人都能够参与进来。”作为无锡第二位将要勇攀珠峰的女性,无锡蓝天救援队张丽说。

值得期待的是,12月中旬,“蠡湖情深 勇攀珠峰:说出你心声”专题公益朗读会,将借蠡湖街道文体活动中心开馆之际,传递无锡女儿勇攀珠峰,不畏艰难永不放弃的精神。这不仅是作为丹琼蠡湖公益行的开篇之作,通过讲述和朗读,弘扬女性力量,激发公众对女英雄登峰的支持与鼓励。

## 11万人报名参与!“宛马”开跑

11月15日,2020锡山宛马系列赛暨锡山区全民健身跑在宛山湖畔隆重启动。

今年,在疫情防控常态化的背景之下,本次赛事创新采用了“线上+线下”融合的方式进行科技办赛。线上赛分为5公里迷你马和42公里全马两项,不限时间,不限地点,旨在用互联网科技赋能“宛马”赛事,用智能智慧赋予赛事饱满的生命力,以此推广锡山形象,固化“宛马”赛事品牌,提升“宛马”品牌影响力,倡导全民健身。截至11月14日晚10点,线上5公里迷你马报名人数达

93973人,42公里全马报名人数达21661人,总人数达115634人。

线下则主要开展全民健身跑,由来自锡山区各板块、各单位、赞助商及热心跑团的1900余名跑友组成的39个方阵,围绕宛山湖进行一次5公里迷你马健身跑活动,意在展现广大锡山群众健康、积极、乐观的精神风貌。

据了解,经过两年的精心运作,“锡山宛山湖国际马拉松”现已成功跻身中国田径协会“银牌赛事”行列,成为了展现锡山魅力的“金字招牌”。  
尤力庭

## 惠山古镇开启七彩秋叶节

近日,2020惠山古镇景区·七彩秋叶节启幕。作为启幕仪式,今年景区准备了四大活动:大型梦幻彩叶雨、梦幻歌舞会、彩叶妆女神体验、“邂逅锡惠名人”集卡赢好礼。

十一月中旬以后,惠山古镇的色叶树种就慢慢形成了缤纷多彩的秋季景观,槭树、银杏、榉树、枫香、乌桕、无患子、糙叶树等,形成了红、橙、黄、紫等多个色系。

其中,银杏作为惠山古镇景区的代表植物,分布较广。银杏推

荐观赏区有惠山寺、云起楼、垂虹桥后面银杏林、华孝子祠、绣嶂街张中丞庙、顾可久祠等。目前,张中丞庙的银杏树已渐显佳色。

惠山古镇景区的鸡爪槭叶形秀丽,叶色入秋后转为鲜红色,为优良的观叶树种。最佳观赏区在二泉书院、华孝子祠、荷轩、天下第一泉、万卷楼茶室等。

来惠山古镇赏秋,还有一个好去处:中国杜鹃园。这里满山坡的鸡爪槭、乌桕、银杏树交相辉映,红黄相间,十分好看。  
陈敏

# 关爱糖尿病人,省内专家大型义诊

现场义诊、科普讲座、练习八段锦……近日,2020年联合国糖尿病日暨江苏省“蓝光行动”在无锡启动,此次活动由江苏省医学会糖尿病分会、无锡市卫生健康委员会、无锡市医学会、无锡市疾病预防控制中心承办,活动得到了无锡市人民医院、无锡市第二人民医院及无锡保利大剧院的支持。

活动当天,无锡市人民医院门诊大楼外广场人气火爆,江苏省内十余位内分泌专家联合无锡本地专家在这里举行大型义诊,吸引了不少患者前来咨询问诊。“我听说有很多专家在这边义诊,特意赶过来问问糖尿病用药方面的问题。”

市民黄女士今年刚刚查出患上糖尿病,对于病情还有很多疑虑,现场专家一一为她进行了解答。

国际糖尿病联盟最新数据统计显示,2019年全球共有糖尿病患者4.63亿人,我国糖尿病患者1.164亿人,因糖尿病导致的失明、肾衰竭、截肢、心脏病和中风等各种并发症已严重危害患者生活质量。无锡市人民医院内分泌科专家介绍,糖尿病是一种慢性疾病,当机体不能产生足够的胰岛素,或者当身体不能有效地利用所产生的胰岛素时就出现了糖尿病。所有类型的糖尿病都可能从儿童期患病,因此了解糖尿病的警示征象非常重要。

联合国糖尿病日暨蓝光行动起源于2010年,是中华医学会糖尿病学分会响应国际糖尿病联盟号召发起的大型公益活动,迄今已连续举办十年,每年在全国100多个城市开展点亮蓝光、糖尿病筛查、患者教育、科普讲堂、媒体宣传等活动。

今年“蓝光活动”的主题是“护士与糖尿病”。在糖尿病的预防、护理与教育中,护士成为不可或缺的重要力量,活动现场无锡市人民医院内分泌科护士也带领现场患者与市民共同练习八段锦,市民纷纷点赞。活动当天,除现场义诊之外,内分泌科专家还面向患者开展了科普讲座,以及“点亮蓝光”活动。  
朱鲸润

## 市家庭教育指导服务站揭牌

为充分发挥“家庭、学校、社区”联动作用,全面加强学校家庭教育师资队伍建设和提高家庭教育工作者的综合素质和专业能力,近日由无锡市教育局、无锡市妇联联合成立的无锡市家庭教育指导服务站揭牌仪式在无锡市少年宫举办。

作为服务站的第一项工作,此次特别邀请了上海社科院青少年研究所研究员,“上海市家庭教育高峰论坛”总策划、首部《全国家庭教育指导大纲》课题组组长杨雄教授作《“全国家庭教育指导大纲解读”与家校社合作育人》专题讲座。  
朱鲸润

## 双色球一周回顾(11月8日-11月14日)

上周双色球开奖3期,全国共产生一等奖24注,单注最高奖金1000万元,单注最低奖527万多元;二等奖开出483注,单注最高36万多元,最低2万多元。在此期间,江苏彩民收获1注一等奖特别奖1456万(含派奖625万元),大奖出自泰州市海陵区苏北商业广场32121901福彩投注站;无锡彩民

在2020112期中出1注二等奖,中奖彩票出自梁溪区人民东路360-2号32025239福彩投注站。双色球12亿派奖火热进行中,单注可中2000万。  
高艺



# 融合“国潮”“青春”“活力”等元素 地铁集体婚礼,百对新人“铁定一生”

11月15日,“幸福锡城 铁定一生”第2届无锡地铁集体婚礼举行。活动现场,20对参加线下现场婚礼的新人将身着古代秀禾服饰,以3号线一期工程无锡新区站为幸福的起点,接受送嫁祝福;另外80对新人线上共同参与此次集体婚礼。

陈敏

此次集体婚礼以国潮婚礼为主基调,融合“国潮”“青春”“活力”等元素,重新定义年轻人婚礼风尚,营造出一场别具匠心的集体婚礼。

参加婚礼的新人乘坐3号线“幸福专列”,先到达“幸福阶梯”无锡火车站进行“幸福打卡”,然后乘坐“幸福专列”来到幸福主题车站——1号线胜利门站,活动还分别进行证婚礼、合卺礼等传统礼仪,共结新人连理之好,新人们在亲朋好友和现场观众的祝福声中许下爱的誓言,而后共同开启幸福之旅。

跟往届集体婚礼不同的是,此次送嫁仪式地点设在刚开通不久的无锡地铁3号线的新区站,这个位置也是新吴区宜居宜业的精华之地,不仅有着吴韵流芳的文化传统,梁鸿和孟光留下了举案齐眉的千古佳话。这里还是科技创新企业密集的

好地方,作为太湖湾科创带核心区,这里集成电路、物联网、生物医药等科技产业聚集。

关于“2”届的寓意,主办方表示,其一2020的年份中有2个数字2,“2”既可以展现年份也可以体现第四届活动主题;数字2是“爱”谐音,“2”寓意爱情翻倍;本届集体婚礼由无锡地铁集团联合市总工会、妇联、党建联盟单位,“2”寓意婚礼对象主体多元化。

据悉,本次集体婚礼由新吴区总工会和无锡地铁集团有限公司工会委员会联合举办,前期通过网络征集,采用线上“云”婚礼和线下婚礼相结合的方式。

## 公告

受委托,定于2020年11月23日上午9:30在中拍平台(<https://paimai.caa123.org.cn>)采用网上电子竞价方式公开竞价以下标的:

一、竞价标的:(1)、东璟家园 42-1 号门面房 5 年租赁权;(2)、东璟家园 31-5 号至 31-7 号门面房 5 年租赁权;(3)、东亭街道柏庄社区三处停车位 3 年收费及管理服务权,竞价条件:企业法人资质单位、经营范围含停车管理服务、提供二年内的停车位管理服务合同。竞拍保证金 10 万元/个。

二、看样时间:即日起来电咨询预约看样。  
三、有意者请于 2020 年 11 月 20 日下午 3:00 前携带相关材料至竞拍保证金至本公司,办理报名手续。

四、联系方式:85802215 沈女士。  
报名地址:锡山区东亭桑达园会所一楼  
江苏金威拍卖有限责任公司  
2020 年 11 月 16 日