



# 七年“锡”心相伴！这场活动周末开启

拒绝“脆皮”，无锡本周末有场都市人的养生局不可错过哦！近日，现代快报记者从无锡市卫生健康委（无锡市中医药管理局）获悉，2024无锡健康文化惠民活动将于11月2—3日上午8:30—11:00在无锡市惠山古镇景区九龙壁广场举办，今年的活动以“锡心相伴 健康同行”为主题，结合江苏省中医药宣传月，将给市民朋友送上家门口的健康文化“大餐”！

今年是无锡第7年举办健康文化惠民活动，该活动已成为无锡卫生健康领域的健康惠民服务品牌之一，也是市民朋友每年翘首以盼的特色活动。每年活动期间，无锡市卫生健康委组织各市属公立医院、在锡省属医疗卫生机构、公共卫生单位，并邀请外地名医加盟，数百名医务工作者走出医院、来到户外，与无锡市民朋友零距离互动。

今年活动期间，全市特色专科名医团和市属医院高层次人才团将再度携手上海瑞金医院专家团队，为市民群众提供义诊服务。市属医院年度健康惠民项目、全市“托育地图”2.0版、首批中医药特色疗法目录、龙砂医派宣传推广实践站等也将在当天同步展示、发



布。无锡市卫生健康委还将联合现代快报倾力打造“锡心相伴 名医有约”栏目，通过省级以上主流媒体传播“健康无锡”好声音。

今年主会场特别设置了全民癌症筛查专区及生育指导专区，更大力度办好民生实事。此外，主会场健康科普主题专区设置了多重闯关打卡游戏，结合健康文化知识，邀请现场市民朋友互动，让健康生活理念走进千家万户。分会场中医专区则设置了特色疗法体验区、龙砂文化展区、数智中医药

展区等特色展区。

今后，无锡市卫生健康委将始终牢记维护人民健康的初心使命，持续拓展深化卫生健康文化建设成果，为市民朋友提供更加优质便捷的医疗卫生服务和丰富实用的健康文化体验。在健康无锡建设的新征程中，共同描绘出一幅健康与文化深度融合、协同发展、创新赋能的崭新画卷，为全面推进中国式现代化无锡新实践作出卫生健康新的更大贡献！

朱鲸润

## 更新焕新强发力，区域提升展新貌 老城厢“绣”出高品质生活圈

亭子桥、槐古桥、解放东路、羊腰湾路，这些耳熟能详的地名对于无锡人来说是一段过往，也是一段回忆。今年，无锡市梁溪区老东门片区迎来区域提升焕新改造，为大运河畔注入新的活力。而在梁溪区扬名街道滨河新城，道路坑洼的创新公园更是紧扣街道空天产业发展主题，以航天为主题元素焕新亮相。

现代快报记者了解到，今年梁溪区计划改造的12个游园，目前已经全部改造完成，为无锡老城厢“绣”出高品质生活圈。

### 老东门片区提升，运河沿岸焕发新活力

10月30日上午，秋高气爽，运河滨水步道游园内，有市民在此处散步健身，也有市民三三两两地坐着休憩闲谈。家住附近的张女士带着孩子来游玩，她告诉记者：“老东门改造后，道路平坦了，空气好了，环境提升了，公厕也更干净了。现在更愿意带小朋友来这里走走，顺便欣赏运河沿岸的风景。”

千年古运河沿岸，从亭子桥到槐古桥老东门提升800米示范段内，由城建梁溪建设的运河滨水步道游园将工业历史记忆和城市新风尚融入其中，运动主题和文创主题的休闲驿站、青年之家随处可见。人流监测、刷脸取纸、小件寄存柜、共享充电宝……沿途公厕从细节处改善提升，提供暖心便民服务；周边两处停车场搭建了“先离场后付费”场景，提升停车场环境，有效精简停车场出入时间。

值得一提的是，今年老东门片区引入物业管理，除了日常维护公园设施常新，保障公园环境，物业工作人员随时发现细节问题，同时听取市民的建议，“公园内有部分座椅之前是艺术漆，我们发现天气转凉后，市民坐上去会比较凉，所以我们后期针对太阳比较好的



创新公园航天主题雕塑

地方，将艺术漆材质的座椅改为木质材料，无论冬天、夏天，坐上去都不会太冷或太烫。”物业公司工作人员介绍。

### 创新公园焕新升级，航天主题受市民青睐

近日，位于扬名街道的创新公园随着滨河新城单元的提升，焕新亮相。公园整体风格既突显扬名空天产业，又充分尊重、亲近自然，成为城市更新中的“经典案例”。富含航天元素的彩色步道，在满足城市公园绿化、净化的同时，将人文、科技、艺术共鸣交织；惟妙惟肖的航空员雕塑、科技感满满的神舟返回舱，成为市民群众拍照打卡的新景点；行星主题攀爬园、飞行元素儿童游乐设施，不仅为周围群众打造亲子休闲娱乐的好去处，也为推广普及航天知识、加强亲子沟通交流发挥了重要作用。

在游园内带小孩子游玩的居民高阿姨夸赞道：“我老家是东北的，我是一名退休老师，去年过来帮女儿带孩子，女儿家就住在附近小区。这个公园造好后，我经常带小外孙过来玩。这里环境优美，设施齐全，设计很新颖，滑梯都是飞机造型的，还有神舟飞船、宇航员等好多模型，小孩子玩得蛮开心的……”

### 区域性综合提升，打造高品质都市生活圈

城市之美，在于善治；城市之治，在于精细。老东门片区、滨河新城单元的焕新，不仅是环境的改善，更是城市更新的升级。近年来，梁溪区按照全市打造“最干净城市”区域性综合提升工作部署要求，切实把区域性综合提升工作纳入区高质量发展考核体系，聚焦全区“1+1+4”城市更新重点区域排定综合提升单元18个，重点围绕环卫提质、秩序提升、共享绿化、多彩亮化等六大行动，实施专项行动142项次，有计划组织开展市容环境综合整治和公用设施建设维护，聚焦群众“急难愁盼”，推动城市存量空间的活化与利用，以更实举措、更优服务常态化推进区域性综合提升工作，不断夯实辖区城市建设管理工作基础，全力打造干净、整洁、宜居、宜业的高品质都市生活圈。

梁溪区城管局相关负责人介绍：“梁溪区年初计划改造12个游园，目前已经全部改造完成。下一步，梁溪区将不断探索城市治理新模式，聚焦提升群众幸福感、获得感，以区域性综合提升工作为契机，持续改善城市形象，区块化提升城市能级，高效打造更净更美更高品质生活圈，绘就‘精彩梁溪’新画卷。”高艺

## 无锡滨湖将开通超20条低空飞行航线



低空场景 无锡交通供图

近日，以“智汇太湖湾，滨纷谋未来，共绘低空经济安全发展新蓝图”为主题的太湖湾无锡低空经济创新发展大会滨湖区专题会议举行。《滨湖区低空经济高质量发展三年行动方案》《滨湖区支持低空经济发展的若干政策措施》发布，为低空经济发展提供坚实保障。同时，滨湖未来将开通20条以上低空飞行航线，让“空中游山水”触手可及。

据悉，《滨湖区支持低空经济发展的若干政策措施》从企业引培、技术创新、场景应用、设施建设、要素保障等五个方面制定了多条扶持措施，旨在为更多高密度、高频次、高复杂性的低空飞行活动和“低空+”新业态培育提供支撑。

在优质企业落户方面，对于新引进的具有重大引领和带动作用的低空经济企业，将以“扶+投”方式给予启动资金扶持和一定数量的国有资本投资。企业落地后，在动力系统、控制系统、智能避障等关键核心技术攻关上实现重大突破的，滨湖区还将按研发投入投入额的比例分档给予奖励。

会议现场，蠡湖街道太湖湾低空安全产业园授牌仪式举行，同时一批行业大咖受聘成为滨湖低空经济产业智库成员。据了解，太湖湾低空安全产业园紧扣低空安全特色，以空域管理、安全保障、监测反制为重要协同内容，将通过引育链上企业，加速打造低空产业创新发展生态。

记者了解到，聚焦应用场景

开发，根据太湖风貌、景点分布及产业布局，滨湖已经先行开设了4条环太湖特色低空旅游航线，为游客体验太湖之韵、滨湖之美、科技之感打造全新场景。“空中游山水”已经成为越来越多人的日常。

其中，太湖览胜航线沿途经过太湖植物园、统一嘉园、三国城、水浒城、唐城、鼋头渚、太湖仙岛等景点；四季赏花航线可以直观感受无锡四季美景，沿途经过鼋头渚、蠡园、梅园、雪浪山、龙寺生态园、长广溪湿地公园、太湖植物园等地；乡野探秘航线可以一览状元古道、阖闾古城、春秋吴王城、十八湾湿地公园、花彩小镇、小南湾等地的绝美风景；通过湖湾圣境航线，可以观赏到龙头渚、灵山大佛、拈花湾、环山东路彩虹步道、桔湾等地。

低空旅游航线的陆续开通，加速提升无锡低空文旅消费品牌的影响力，根据《滨湖区低空经济高质量发展三年行动方案》，滨湖未来还将开通20条以上低空飞行航线，低空飞行规模年突破5万架次。

同时，以服务“急、难、险、贵”货物运输为切入点打造的“低空+物流”，也正持续完善着无锡的低空物流网。以江南大学附属医院为例，其南、北院区相隔11公里，常规地面运输需要用时20—30分钟，通过无人机实施空中样本转运仅需10分钟，不仅大大节省了运输用时，还降低了感染风险。

尤力庭

## 双色球今晚开奖 奖池22.96亿元

今晚双色球第2024125期开奖，单注可中1000万元。本期号码预测分析：上期和值103点，本期可关注和值将小幅上升，区间在105—125之间。上期落号开出3枚，落号奖号连续2期开出后出现间隔，本期可适当关注4尾数1枚落号的开出。上期连号开出1组，连号奖号间隔1期开出，后期有走热趋势，本期可重

点关注小数区域二连号。上期蓝球开出2路号，本期关注0路号开出。

本期综合推荐(10+2):04、05、13、14、18、22、24、25、29、31+09、12。(仅供参考) 高艺