

澳门江在线

“健康澳门”赋能“一方宝地”

本报记者 富子梅

65岁以上的老人可享受免费医疗,平均预期寿命2023年达83.1岁,2023年底每千人口对应注册医生、护士分别为2.9名、4.4名……一组数据,直观地展现出澳门这座城市的健康模样。

“澳门特区政府对接《‘健康中国2030’规划纲要》,2024年7月制定发布《健康澳门蓝图》,将健康元素融入所有公共政策当中。”澳门特区政府社会文化司司长柯岚介绍,今年澳门推出“健康社区”计划,联动“健康企业”“健康校园”等计划,将加强特区政府跨部门合作,联动社团力量,倡导健康生活方式,全方位开展健康促进工作。

绘就蓝图,锚定“健康澳门2030”

在澳门半岛的海滨休憩区,篮球场、健身器材区、卡丁车场、游乐场等依次排开,活动区域总长度超过350米,还配以冷热饮水机、露天茶座、室内咖啡厅等。面朝大海的长椅上,人们悠闲地享受休息时光。

“在这里既能运动又可放松,成了不可或缺的生活空间。”澳门居民谢先生常带两个孩子来玩耍,他自己在健身器材区的“托马斯回旋”,也常引起周围人的赞叹。

“‘健康’之于澳门,并不是一个新概念。早在2004年,澳门特区政府就启动‘澳门健康城市’项目,在公共卫生、健康促进、食品安全、小区安全、环境卫生、城市建设等方面持续发力,成效显著。”澳门特区政府卫生局局长罗奕龙介绍,在此基础上,《健康澳门蓝图》进一步明确提出三大政策方向、订立三大行动策略、应对三个主要挑战,计划到2030年,实现20项具体目标和52个评估指针,达成澳门全民健康素养有所提升、健康生活方式基本普及、重大慢性病得以控制、居民生活质量持续改善的总体目标。

“在政策方向上,健康关口从医疗服务前移至病因干预,医疗资源从医院下沉到社区,居民从被动接受医疗服务转变为主动预防疾病;在行动策略上,政府通过公共政策优化医疗卫生服务体系,社会通过‘健康社区’‘健康企业’‘健康校园’等计划构建健康生活环境,居民通过戒烟限酒、运动饮食、睡眠减压等提

升主动健康管理意识和能力。”罗奕龙解释道。

日前,记者来到澳门青洲卫生中心,这里位于居民楼密集区。一进门,就有工作人员给未佩戴口罩的患者发放口罩,在候诊区,不少长者正安静地等候分诊。“我们提供全免费的全科门诊服务,主要针对一般常见病、慢性病等提供日常跟踪检查、开具药物,还负责社区健康宣教等。”主治医生郭伟诚告诉记者,遇到急诊或重症患者,可转介至澳门山顶医院等,实现“医防融合”和“分级诊疗”。

据悉,澳门目前共有9家卫生中心、3家卫生站,都在居民“15分钟生活圈”内,为澳门居民提供免费医疗、预防保健等服务。社区医疗服务量已占整体服务量的60%以上,超过80%的慢性病患者在社区就医,落实以社区医疗为重点从而实现“全民健康覆盖”的目标。

“澳门由社区卫生服务中心承担并完成全免费的初级卫生保健服务,充分体现了世卫组织倡导的全民健康覆盖理念,可及性和公平性方面达到发达国家水平,对于慢性病的控制率水平甚至超过很多发达国家。”不久前,世界卫生组织西太平洋区域主任赛亚·皮乌卡拉一行到访澳门,对“健康澳门”的建设成效给予高度赞赏。

握指成拳,营造城市“健康气氛”

“健康城市建设是一个系统工程,需要全社会行动、多部门协同,推动资源整合,形成多层次、多元化的社会共治格局。”柯岚表示。2024年11月,澳门特区健康城市委员会完成架构重组,由社会文化司牵头,整合卫生局、社会工作局、教育及青年发展局等16个相关部门的力量,共同推动澳门健康城市建设。

“澳门特区政府跨部门协作,形成了合力。今年以来,各项工作齐头并进,新推‘健康社区’、表彰‘健康企业’、延伸‘健康校园’,调动了方方面面的积极性,城市‘健康气氛’日益浓郁。”澳门特区立法会议员、澳门工会联合总会副理事长梁孙旭说。

在澳门濠江中学,标注着“红、黄、绿”的饮料售卖机引起记者注意。“绿区是倡导孩子们饮用的矿泉水等健康饮品,红区是奶茶等含糖饮料。这是用作宣教引导的展品,并不真的售卖。”澳门濠江中学教导处主任王玉兰告诉记者,学校还设有健康小卖部、健身房、社工室、医疗室等。

学校医疗室里,注册护士林锦庆一边忙着给一位流鼻血的女生冰敷止血,一边联络消防部门,帮助一名手指被拉环卡住的男生。很快,消防队员赶来,为男生剪断拉环。“除了处理这些紧急状况,我们的日常工作还包括请假登记、卫生检查、健康宣传等。”林锦庆说。

心理健康也必不可少。在社工室,3位学生辅导员正商量着回访需要高度关注的学生。“我们为师生和家长提供心理咨询辅导,也组织开展读书会、体育节、科技艺术节等活动,丰富校园生活,提升孩子们的身心健康水平。”学生辅导员欧阳仲祥说,他们是由澳门街坊总会派出的有心理学背景的社会工作者,专职从事“健康校园”方面的工作。

“自2004年起,澳门特区政府就在中小学全面推行‘健康校园’计划,有76所学校参与,覆盖近9万名学生。”罗奕龙表示。已经在中小学取得成功经验的“健康校园”计划,将延续至10所高等院校,推动“健康校园”全覆盖。“计划的延伸将全面提升逾6.6万名高等院校学生和教职员的健康意识与管理能力,创建健康、关爱、积极的学习工作环境。”澳门特区政府教育及青年发展局局长龚志明说。

3月下旬,首批参与“健康企业”计划的16家企业受到表彰,惠及近10万名员工,覆盖了澳门超过1/4的劳动人口。“通过政府与企业合作、社团与工会组织积极推动,建设健康的职场环境,把健康促进措施融入工作场所。比如开展跑步、篮球、乒乓球等群众体育项目比赛,提供健康饮食、心理健康支援等多元措施,提升员工的健康素养,实现企业与员工的双赢。”梁孙旭说。

澳门特区政府高度关注“一老一小”。据悉,3月启动的“健康社区”计划,重点关注长者。“健康社区”计划聚焦健康行为和健康管

理,提高居民的健康管理意识与能力,倡导健康生活方式,为“幸福澳门”注入新的活力。

数字助力,让健康管理可感可及

《健康澳门蓝图》指出,受到城市发展、人口老龄化、生活方式改变等多重社会因素影响,澳门居民健康正面面临三个主要挑战:健康生活方式实践不足;肥胖、高血压、糖尿病等慢性病罹患风险上升;医疗需求持续上升。

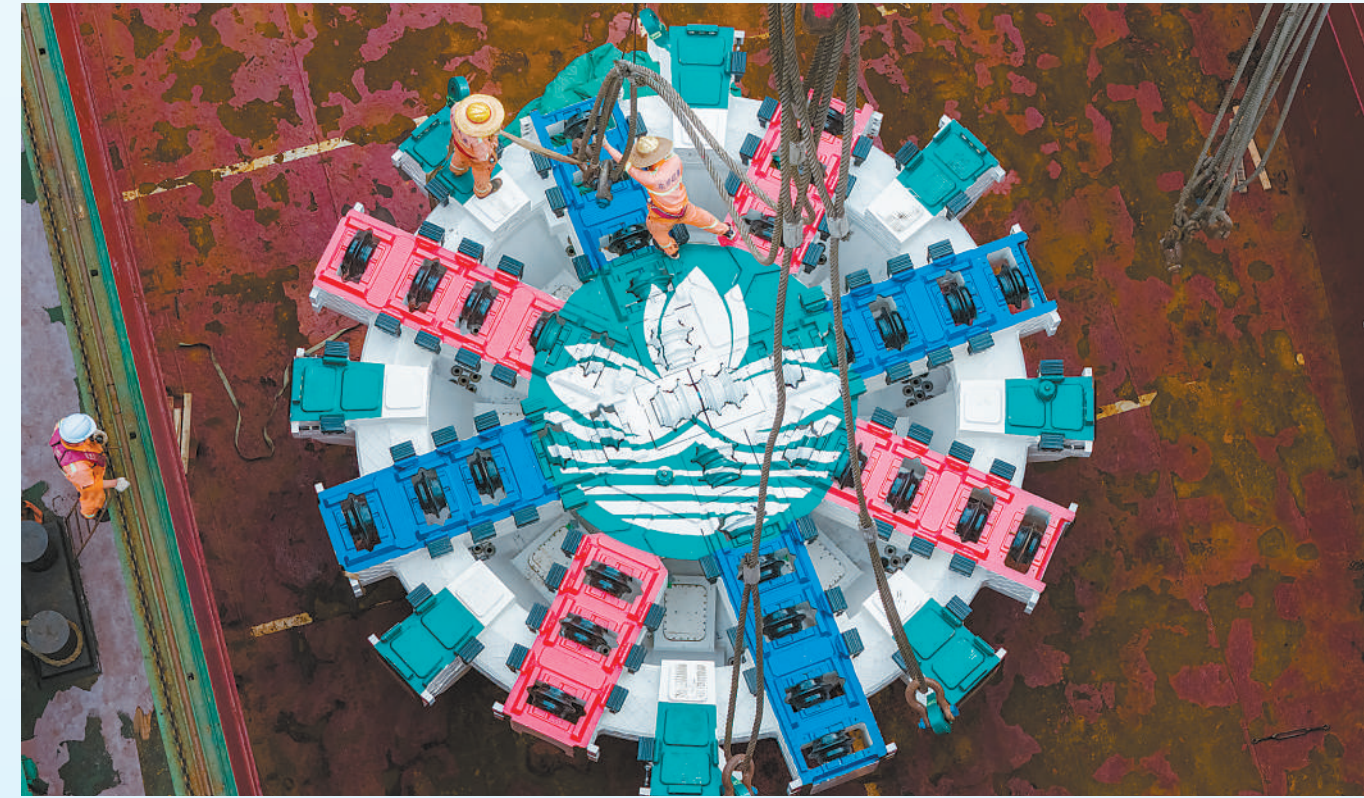
“建设‘健康澳门’,关键是居民健康观念的转变,并将健康观念落实到日常生活中。观念的转变需要时间,及时便捷的帮助不可或缺,我们用数字助力,为居民的健康管理提供便利。”罗奕龙说。

打开澳门政务服务“一户通”APP上的“我的健康”、“流感疫苗接种”“上传医疗报告”“健康状况”“检验报告”“预约门诊”“服用中的药物”等功能一目了然。“我基本会用了,这个功能很方便很贴心。春节期间,我因流感在医院做检查的报告和服用药物,在手机上随时都能查到,非常实用。”澳门居民林女士说,她刚收到“每年测量血压、体重,每3年检测血糖、血脂”的手机信息提示。

“新版本的操作界面更便捷,‘健康管理’服务更到位,‘医疗记录’更全面,还新增了血脂监测、宫颈癌筛查、大肠癌筛查、疫苗接种服务等功能。”澳门特区政府卫生局资讯科技厅厅长梁基雄介绍,血压、血糖、血脂等数据记录能生成“健康趋势图”,帮助居民掌握自身健康状况。

前不久,澳门日报在头版头条刊发的《澳门人减肥吧》,一时间引发关注热议。“体重管理,看似是私事,其实需要健康环境的支持。澳门特区政府从顶层设计的角度,对肥胖问题给出从预防到诊治的全方位规划。”罗奕龙介绍,澳门的免费自助检查站从53个增至150个,便利居民自测血压和体重,还拓展“食得健康餐厅”网络,创建健康饮食环境,并组建健康科普专家库,定期开展体重管理讲座及工作坊等活动。

展望未来,朝着“健康澳门2030”的美好蓝图,澳门正逐步构建起一个以居民健康为中心、全民参与的健康城市建设体系。



“澳氹1号”助力澳门轻轨建设

近日,“澳氹1号”盾构机在广东省广州市南沙区南沙货运码头装船,启程前往澳门,将助力澳门轻轨东线南段跨海隧道项目工程建设。

“澳氹1号”盾构机整机总长126米,直径12.52米,最小转弯半径为450米,专为澳门复杂地质条件量身打造,采用了仿形超挖刀、主动调节车架、可更换盾尾刷、自动导向系统和轴线自适应等创新技术。

邱新生摄(人民视觉)

香港江在线

香港启德百年蝶变——

从空港到体育园区

本报记者 王尧陈然

“大家好,我是吕健耀机长。此刻,我们4名机组成员正在执飞特别航班——也就是各位此时在大屏幕上看到的这架A350客机。大家目前的所在地,曾是传奇的香港启德国际机场,我们中许多人有幸在此驾驶飞机起降……今天,我们以飞行致敬启德、致敬香港!”

3月30日16时许,香港启德体育园主场馆内,正在进行的香港国际七人橄榄球赛短暂停顿,观众激动地起立欢呼,举起相机和手机对准大屏幕,见证特别航班在昔日的启德机场跑道上空掠过。

“这次飞行象征了香港航空史的百年传承,太令人感动了!”香港市民潘先生是不折不扣的飞机迷,年少时常常和同伴相约在启德机场附近拍摄飞机起降。这天,他特意与儿子一同前来观赏特别航班,重温那些难忘记忆。

1925年1月,坐落于九龙城中心地带的启德机场正式启用。它三面环山,毗邻邻港,周围高楼林立。“这是一条‘惊心动魄’的降落路线,非常考验飞行员的技术和心理素质。”一名当地航空公司的资深机长告诉记者,飞行员需在约200米的低空完成47度的急转弯,并避开周边密集的建筑,在几秒钟内对准跑道降落。

“近在咫尺”“擦身而过”……启德机场的老街坊这样形容与飞机的“亲密无间”。“有次搭乘飞机降落时,我看见住宅楼里一个女孩正在窗边梳头,甚至可以看清她衣服的颜色。”香港市民方女士回忆说。

麻雀虽小,五脏俱全的启德机场,是联结香港与世界的重要窗口,也是香港蜕变发展的见证者。上世纪90年代,香港航空业发展迅猛,启德机场客运量及货运量均位居全球前列。

由于机场仅有一条跑道,平均每小时起降航班高达36架次,繁忙时甚至接近每分钟一班,已触及安全考虑下的极限,机场搬迁势在必行。

1998年7月6日凌晨1时许,伴随着一声告别——“再见启德,谢谢你!”启德机场的跑道灯光全部熄灭,这座令港人引以为傲的传奇机场正式走入历史。同日早上,香港大屿山西北面的赤鱲角国际机场开始运作,翻开了香港航空史新的一页。香港特区政府提出在启德建设多功能综合体育园区的构想,并于2019年破土动工。

今年3月1日傍晚,香港启德体育园启幕。主场馆内鼓乐喧天、龙腾狮舞,精彩节目轮番上演,现场的掌声、欢呼声不绝于耳……“以前来这里搭飞机,现在来这里看演出,真是奇妙的体验。”香港市民黄伯笑得灿烂。还有不少观众专程从内地赶来,感受这一香港新地标的

魅力。

“我从小就住在这附近,父亲曾是驻守启德机场的消防员,我每天都能听到飞机的轰鸣声。”启幕典礼上,香港艺人刘德华细数自己与启德的渊源,直言非常开心看到启德体育园落成,期待日后在这里看到更多国际赛事和精彩演出。

“愿某天一起编织理想,愿某天彼此心中太阳……”在歌曲《壮志骄阳》的映衬下,绚丽的烟火划过夜空,在启德体育园主场馆上方绽放。这座香港最大型体育基建项目的启幕,不仅为体育赛事提供了全新舞台,也成为香港推动盛事经济发展、打造“盛事之都”的新引擎。

据介绍,启德体育园的主场馆以“东方之珠”为设计理念,可容纳5万观众。在阳光的映照下,主场馆蓝紫色的外墙折射出绚丽的“珠光”,偌大的玻璃幕墙更可将维港美景尽收眼底。主场馆还配备可开合场馆上盖和先进的草坪系统,可满足不同天气情况下多种体育赛事和文娱活动的需求。

“这里是香港变迁与发展的生动缩影,体现香港‘敢为天下先’的精神,在有限空间创造无限天地。欢迎海内外朋友们亲临启德,感受圆梦舞台的非凡魅力!”香港特区行政长官李家超在启幕典礼上说。

观沧海

在澳门,感受中法合作舞台剧《海底两万里》的奇幻冒险;赴香港,领略越剧《梁祝》婉转唱腔中的江南韵味;到广州,欣赏音乐剧《雄狮少年》的热血追梦……日前,澳门、香港、广州三城联动,举办第五届粤港澳大湾区中国戏剧文化节,传统与现代碰撞的连台好戏,立体展现中华优秀传统文化的深厚底蕴与现代活力,让粤港澳大湾区“剧”精彩。

文化是心灵的桥梁,以其独特魅力打动人心、促进理解。把握好“同”与“不同”,方能彰显“1+1+1>3”的人文湾区独特魅力,进一步增强大湾区文化软实力,促进湾区人心相通,为高质量发展建设粤港澳大湾区凝心聚力。

夯实“同”的基础。粤港澳大湾区地域相近、文脉相亲,以粤剧、龙舟、武术、醒狮等为代表的岭南文化,是粤港澳三地共通的文化语言,承载着浓厚而丰富的人文记忆,是粤港澳大湾区的桥梁和纽带。在今年初举办的2025年粤港澳大湾区灯会上,有香港游客感言,“看到很多粤语元素灯组,听到经典粤语贺年曲,感觉十分亲切”。拉紧粤港澳三地共同文化纽带,更好塑造湾区人文精神,能有效增强文化的归属感、认同感,增进人心相通。

发挥“不同”优势。大湾区11座城市,以其各具特色的文化底蕴和禀赋,为增强大湾区文化软实力提供了丰富多元的人文资源。佛山的武术传统,叠加香港的电影艺术,产生出《叶问》系列电影;珠澳两地文艺工作者联合创排的现代粤剧《无声的功勋》,广受好评……以岭南文化为纽带,粤港澳三地优势互补,在不同文化领域广泛开展交流合作,有利于把湾区人共同的“精神家园”建建越好。

把握好“守正”与“创新”。增强大湾区文化软实力,应坚持守正不守旧、尊古不复古,更好推动中华优秀传统文化创造性转化、创新性发展。醒狮文化根植于岭南大地数百年,代代相传,近年来,以醒狮为创作灵感的文艺作品频频出圈,动画《雄狮少年》曾被选为“最受大湾区大学生欢迎影片”,音乐剧《雄狮少年》好评如潮,“洋溢着满满的岭南风情”。新技术新方式新理念,让岭南文化焕发新的生机活力。在白鹅潭大湾区艺术中心,AI讲古人、裸眼3D视频、沉浸式数字展等让游客畅享精神盛宴。

大湾区中西文化长期交汇共存,是促进中外文化交流互鉴的重要平台。此前,舞剧《咏春》在新加坡滨海艺术中心亮相,舞蹈与武术精彩融合、咏春拳与香云纱“双非遗”亮相,让观众一睹中华优秀传统文化的风采,欢呼喝彩经久不息。粤港澳发挥各自优势,促进中华文化与其他文化的交流合作,创新人文交流方式,丰富文化交流内容,提高文化交流水平,从而更好地讲好中国故事。

风起南海,潮涌珠江。粤港澳三地以岭南文化为纽带,增进心相通、情相连,在大湾区这片充满魅力与活力的热土上,携手共绘人文湾区的华彩篇章。

微言

寻根拜祖 慎终追远

禾立

梨花风起又清明,前不久,身在世界各地的华侨华人或跨越山海返乡祭扫,或遥望故国云端寄思,纷纷以不同方式表达对故土的眷恋、对先人的追思。

在陕西黄陵参加乙巳(2025)年清明公祭轩辕黄帝典礼后,与侨胞代表共植桥山柏,菲律宾中国商会常务副会长柯智超说,“对中华民族的根脉传承从未忘怀”;新加坡海南协会理事长陈学汉,近30年来几乎每年清明都会回海南文昌陈氏祖祠祭祖,他说,“希望孩子们也常怀感恩敬祖之心”;约2000名马来西亚各界人士齐聚“乙巳年马来西亚华侨华人恭拜轩辕黄帝大典”,“同根同祖同源,和平和睦和谐”的大字格外醒目……这些跨越时空的活动,不仅是对“慎终追远”文化传统的赓续,更映照华夏儿女同根同祖、血脉相连,凝聚起海内外中华儿女共同的身份认同和情感归属。

树高千尺不忘根。正如许多侨胞所说,“炎黄子孙无论走到哪里,都不能忘了自己的根。”还有许多侨胞带着年轻的侨二代、侨三代回乡祭祖、追思先辈,这不仅是对逝者的缅怀,更是与家族历史、中华文化的深刻连接,是对中华文化基因的传承。

团结统一的中华民族是海内外中华儿女共同的根,博大精深的中华文化是海内外中华儿女共同的魂。广大华侨华人在寻根拜祖、慎终追远的过程中,进一步加深“中华民族一家亲”的情感共识,也让一代代侨胞更加牢记自己的根与魂。

本版责编:程龙

彰显人文湾区独特魅力

江琳