“数”说“江马”

56名选手生日当天参赛

江门日报讯（记者/郭永乐） 2023江门马拉松赛12月17日开跑。近日，江门马拉松官方公众号公布了参赛选手男女比例、各年龄占比等大数据。

本届赛事报名人数近两万人，其中男性报名者占67.7%，女性报名者占比32.3%，比例大约是2.1:1。年龄占比上，本次报名选手涵盖了各年龄段，其中，年纪最大的81岁，年龄最小的1岁，年龄在18岁以下（含18岁）的选手占比5.93%。

同时，数据显示，除江门本地外，2023江门马拉松赛还吸引了很多外地选手参赛。全国30余个省级行政区共200多个地市的跑步爱好者参加了2023江门马拉松赛。从地区分布情况来看，本次报名的运动员大部分来自内地，其次是中国澳门、中国香港。埃塞俄比亚、朝鲜共和国、新加坡、马来西亚等国家和地区也有运动员报名参赛。

此外，这次报名参赛的选手，有56人的生日是12月17日，意味着这56名选手有机会通过参赛来庆祝自己的生日，给自己送上一份特殊的生日礼物。

□相关新闻

参赛选手要抓住最后几天进行身体调整

马拉松比赛是一项大负荷、高强度、长距离的竞技运动，也是一项高风险的竞技项目，对选手身体状况有较高的要求。2023江门马拉松即将开跑，在这最后的紧要关头，参赛者要注意预防感冒等疾病，调整好身体状况，以最佳状态迎接马拉松。

江门市马拉松协会会长陈坚荣表示，赛前几天仍要坚持训练，但不建议进行长距离的训练，要减少跑量，“备战马拉松的跑友可以通过短距离5公里、8公里等节奏跑、配速跑来进行训练，注意不要过度劳累”。

同时，马拉松是一项消耗极高的比赛，赛前的饮食调整、体能储备很重要。这几天，参加“全马”跑者以及以前没跑过“全马”的“半马”跑者均要增加碳水和蛋白质的摄入，参加“欢乐跑”的跑者不用特意改变饮食。赛前2—3天要减少五谷杂粮等粗纤维食物的摄入，减少肠道重量。

陈坚荣表示，有伤病的市民不适合参加马拉松赛，为了安全考虑，即使备战了很久也要及时喊停。因此，这几天一定要注意避免受伤，跑前热身跑后拉伸必不可少。同时要预防感冒以及胃肠道疾病，做到及时增减衣物，不乱吃东西，不要轻易尝试以前没吃过的食物，少吃火锅和炸鸡等油腻食物。

陈坚荣表示，比赛前如出现失眠不用过于焦虑，对比赛当天的表现和成绩不会有太大影响。但要注意不能吃安眠药等药物，也不宜喝酒，否则会增加心脏负荷，比赛时可能会有生命危险。比赛当天早上要选择易消化的食物，并提前1.5个小时进食，不宜吃得过饱，同时要适量补充水分。比赛前要进行适当的肌肉拉伸。

陈坚荣提醒，要对马拉松保持敬畏，比赛时要量力而行，如果出现头晕、呕吐或者四肢发冷、发麻、胸痛、胸闷、心慌、心悸、核心不稳等情况，应立即停止比赛并就医。

（蔡昭璐）

上接A01版

中央经济工作会议在北京举行

四是扩大高水平对外开放。要加快培育外贸新动能，巩固外贸外资基本盘，拓展中间品贸易、服务贸易、数字贸易、跨境电商出口。放宽电信、医疗等服务业市场准入，对标国际高标准经贸规则，认真解决数据跨境流动、平等参与政府采购等问题，持续建设市场化、法治化、国际化一流营商环境，打造“投资中国”品牌。切实打通外籍人员来华经商、学习、旅游的堵点。抓好支持高质量共建“一带一路”八项行动的落实落地，统筹推进重大标志性工程和“小而美”民生项目。

五是持续有效防范化解重点领域风险。要统筹化解房地产、地方债务、中小金融机构等风险，严厉打击非法金融活动，坚决守住不发生系统性风险的底线。积极稳妥化解房地产风险，一视同仁满足不同所有制房地产企业的合理融资需求，促进房地产市场平稳健康发展。加快推进保障性住房建设、“平急两用”公共基础设施建设、城中村改造等“三大工程”。完善相关基础性制度，加快构建房地产发展新模式。统筹好地方债务风险化解和稳定发展，经济大省要真正挑起大梁，为稳定全国经济作出更大贡献。

六是坚持不懈抓好“三农”工作。要锚定建设农业强国目标，学习运用“千万工程”经验，有力有效推进乡村全面振兴，以确保国家粮食安全、确保不发生规模性返贫为底线，以提升乡村产业发展水平、提升乡村建设水平、提升乡村治理水平为重点，强化科技和改革双轮驱动，强化农民增收举措，集中力量抓好办成一批群众可感可及的实事，建设宜居宜业和美乡村。毫不放松抓好粮食等重要农产品稳定安全供给，探索建立粮食产销区省际横向利益补偿机制，改革完善耕地占补平衡制度，提高高标准农田建设投入标准。树立大农业观、大食物观，把农业建成现代化大产业。

七是推动城乡融合、区域协调发展。要把推进新型城镇化和乡村全面振兴有机结合起来，促进各类要素双向流动，推动以县城为重要载体的新型城镇化建设，形成城乡融合发展新格局。实施城市更新行动，打造宜居、韧性、智慧城市。充分发挥各地区比较优势，按照主体功能定位，积极融入和服务构建新发展格局。优化重大生产力布局，加强国家战略腹地建设。大力发展海洋经济，建设海洋强国。

八是深入推进生态文明建设和绿色低碳发展。建设美丽中国先行区，打造绿色低碳发展高地。积极稳妥推进碳达峰碳中和，加快打造绿色低碳供应链。持续深入打好蓝天、碧水、净土保卫战。完善生态产品价值实现机制。落实集体林权制度改革。加快建设新型能源体系，加强资源节约集约循环高效利用，提高能源资源安全保障能力。

九是切实保障和改善民生。要坚持尽力而为、量力而行，兜住、兜准、兜牢民生底线。更加突出就业优先导向，确保重点群体就业稳定。织密扎牢社会保障网，健全分层分类的社会救助体系。加快完善生育支持政策体系，发展银发经济，推动人口高质量发展。

会议指出，要深刻领会党中央对经济形势的科学判断，切实增强做好经济工作的责任感使命感，抓住一切有利时机，利用一切有利条件，看准了就抓紧干，能多干就多干一些，努力以自身工作的确定性应对形势变化的不确定性。要全面贯彻明年经济工作的总体要求，注意把握和处理好速度与质量、宏观数据与微观感受、发展经济与改善民生、发展与安全的关系，不断巩固和增强经济回升向好态势。要准确把握明年经济工作的政策取向，在政策实施上强化协同联动、放大组合效应，在政策储备上打好提前量、留出冗余度，在政策效果评价上注重有效性、增强获得感，着力提升宏观政策支持高质量发展的效果。要讲求工作推进的方式方法，抓住主要矛盾，突破瓶颈制约，注重前瞻布局，确保明年经济工作重点任务落地落实。要始终保持奋发有为的精神状态，胸怀“国之大者”，主动担当作为，加强协同配合，积极谋划用好牵引性、撬动性强的工作抓手，扎实推动高质量发展。

会议强调，要坚持和加强党的全面领导，深入贯彻落实党中央关于经济工作的决策部署。要不折不扣抓落实，确保最终效果符合党中央决策意图。要雷厉风行抓落实，统筹把握时度效。要求真务实抓落实，坚决纠治形式主义、官僚主义。要敢作善为抓落实，坚持正确用人导向，充分发挥各级领导干部的积极性主动性创造性。要巩固拓展主题教育成果，并转化为推动高质量发展的成效。

会议要求，要做好岁末年初重要民生商品保供稳价，保障农民工工资按时足额发放，关心困难群众生产生活，深入落实安全生产责任制，守护好人民群众生命财产安全和身体健康。

会议号召，全党要紧密团结在以习近平同志为核心的党中央周围，坚定信心、开拓奋进，努力实现经济社会发展各项目标任务，以高质量发展的实际行动和成效，为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业作出新的更大贡献。

中共中央政治局委员、中央书记处书记，全国人大常委会有关领导同志，国务委员，最高人民法院院长，最高人民检察院检察长，全国政协有关领导同志以及中央军委委员等出席会议。

各省、自治区、直辖市和计划单列市、新疆生产建设兵团党政主要负责同志，中央和国家机关有关部门、有关人民团体、中央管理的部分金融机构和企业、中央军委机关各部门主要负责同志等参加会议。

紧接A01版

维护全球自由贸易体系，构筑安全稳定、畅通高效、开放包容、互利共赢的全球产业链供应链。中方将继续鼓励有实力的中国企业赴越南投资兴业，希望越方为中国企业提供良好营商环境。

民意基础上，要加大投入。中越合作要多向农业、教育、医疗等民生领域倾斜，加强青年、旅游、地方等领域合作，增加两国民众对中越命运共同体、两党两国传统友谊的了解，增进青年一代之间的感情，夯实中越友好的民意基础。

国际地区问题上，要密切协作。中越两国之所以取得举世瞩目的发展成就，既是自身努力奋斗的结果，也得益于一个开放包容的世界特别是和平稳定的亚太环境。中国不搞排他性小圈子，不搞集团政治，不搞阵营对抗，愿同越方加强多边合作，维护真正的多边主义，提高发展中国家在国际事务中的发言权和影响力。

涉海问题上，要管控分歧。双方要积极探讨并开展更多海上合作项目，努力推进海上共同开发，把海上问题带来的挑战转化为双方深化合作的机遇。

阮富仲代表越南党、国家和人民热烈欢迎习近平总书记、国家主席在越中全面战略合作伙伴关系15周年之际对越南进行国事访问，并再次对中共二十大取得的重大理论和实践创新成果表示衷心祝贺。阮富仲表示，在习近平总书记坚强领导和习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，中国取得全方位成就，国际地位和影响力与日俱增，越南为兄弟的中国感到由衷高兴。越方坚信，在以习近平总书记为核心的党中央领导下，中国必将如期实现中共二十大确立的各项目标，并为人类进步事业作出新的重大贡献。

阮富仲表示，习近平总书记、国家主席是中国人民爱戴的领袖、世界上杰出的领导人，也是越南人民尊重和敬仰的同志和朋友，无论是在中共二十大后第一时间邀请我访华，还是如约第三次到访越南，都充分体现了习近平总书记、国家主席对越南的特殊友好感情以及越中关系的高水平。越中情谊深，同志加兄弟。不久前我亲自去友谊关种植“友谊树”，也是希望以此彰显越中两国的特殊兄弟情谊，释放越中特殊友好的积极信号。感谢中方将越南作为周边外交优先方向，坚定支持越南革新开放和工业化现代化事业，并在越南遭遇新冠疫情等困难时期提供宝贵帮助。越方坚定恪守一个中国原则，承认台湾是中国领土不可分割的一部分，支持中国统一大业，坚决反对任何形式的“台独”分裂活动。涉港、涉疆、涉藏等问题都是中国的内政，越方反对任何势力干涉中国内政，希望并相信中国将保持稳定、发展和繁荣。越南坚持独立自主外交政策，将发展对华关系作为头等优先和战略选择。越方愿同中方一道，构建具有战略意义的越中命运共同体，以“六个更”为指引，全面加强政治、经贸、安全、民间等领域合作，打造互利共赢的典范，这符合越中两党、两国政府和人民的共同利益。海上分歧只是越中关系的一部分，相信双方能够本着相互信任、相互尊重的精神妥善处理。越中两国在捍卫多边主义和国际公平正义、促进和平、合作、发展等方面拥有相同理念。习近平主席提出的共建“一带一路”、全球发展倡议、全球安全倡议、全球文明倡议等重要全球倡议，旨在维护全人类共同利益，完全符合国际法，日益得到国际社会广泛支持和积极响应，越方坚定支持并愿积极参与。当前复杂国际形势下，越中密切多边协作，共同应对各种传统和非传统安全挑战，对于两国和世界都具有重要意义。相信习近平总书记、国家主席这次访问必将成为推动越中关系更上一层楼的历史里程碑，并为地区和世界的和平与发展作出贡献。

会谈后，两党总书记共同见证双方签署的双边合作文件展示，涵盖共建“一带一路”、检验检疫、发展合作、数字经济、绿色发展、交通运输、地方合作、防务和执法安全合作、海上合作等30多个领域。

阮富仲邀请习近平进行小范围茶叙。两党总书记在轻松友好的氛围中继续进行深入沟通。

两位总书记都认为，中越作为友好近邻，理想相同，理念相通。作为好邻居、好伙伴、好兄弟、好同志，中越构建具有战略意义的命运共同体具有天时、地利、人和的独特优势。双方应该继承老一辈领导人缔结的传统友谊，共同努力构建命运共同体，走好各自的现代化道路，实现互利共赢、美美与共，造福两国人民，也为地区和平与繁荣作出积极贡献。

双方同意发表《关于进一步深化和提升全面战略合作伙伴关系、构建具有战略意义的中越命运共同体的联合声明》。

当晚，越共中央总书记阮富仲夫妇、越南国家主席武文赏夫妇共同为习近平和彭丽媛举行盛大欢迎宴会。越共中央政治局委员、书记处书记等高层领导人全部陪同出席。

蔡奇、王毅、王小洪等参加上述活动。

市领导到鹤山调研构建和谐劳动关系工作

切实为职工解决实际问题

江门日报讯（记者/张华炽 通讯员/江工宣） 近日，市人大常委会副主任、市总工会主席陈霞带队到鹤山市共和镇和鹤城镇调研构建和谐劳动关系工作。

调研组实地考察了鹤山工业城劳动关系公共服务站的建设情况，参观了集体协商工作室、劳动争议诉调工作室、职工之家等阵地，详细了解服务项目进展和运行情况。调研组还深入鹤城镇职工广场、五星村水美乡村建设现场，就工会服务阵地建设与水美乡村建设协调融合发展进行调研。

陈霞对鹤山市积极推进中欧（江门）中小企业国际合作区劳动关系公共服务站建设、创建全国基层劳动关系公共服务样板站点给予充分肯定。

陈霞表示，要提高政治站位，增强助力高质量发展的使命感，切实为职工解决实际问题，力争年年有新亮点，年年迈上新台阶。要勇于担当，积极参与全过程人民民主建设，维护劳动领域政治安全。要依托“工会+人社+司法”的劳动纠纷调处化，着力实现劳动争议一站式化解，引导工人阶级当好高质量发展主力军。要健全完善三方协商协调机制，积极推动各企业尤其是新业态行业企业建立健全集体协商和集体合同制度，提升技术工人薪酬待遇。要查遗补漏，高标准抓好劳动关系公共服务站迎检验收工作，不断提升服务站的标准化、规范化和信息化建设水平。

市领导现场督导省生态环境保护督察通报典型案例整改情况

全力守护好江门绿水青山

江门日报讯（记者/朱磊磊 通讯员/江晓峰） 12月11日，副市长曹阳率队前往台山市北陡镇，现场督导省生态环境保护督察通报典型案例整改情况。曹阳强调，要深入学习贯彻习近平生态文明思想，全面落实省生态环境保护督察组要求，扎实推动督察问题整改，切实守好生态环境质量底线。

曹阳一行深入北陡镇沙湾塘村长角咀咸围养殖场、北渡林场水产养殖场等地，听取相关负责人关于省生态环境保护督察组通报案例整改落实情况的汇报，详细了解问题根源、整治措施及整改进度，并现场提出意见建议和工作要求。

曹阳表示，各相关部门要进一步提高政治站位，充分认识省生态环境保护督察的严肃性、特殊性和重要性，深刻认识抓好整改工作的重要性和紧迫性，把省生态环境保护督察通报典型案例问题整改作为重要政治任务。他强调，要拿出过硬措施。全面梳理排查列出问题清单，深入分析问题产生背后的深层次原因，制定有力措施，明确解决时限，做到责任到人，强化督导检查，确保高效率、高标准、高质量完成整改任务。要健全长效机制，以点带面，全面提升，进一步压实环保主体责任，强化监督检查、跟踪问效和考核问责，推动全市生态环境保护工作提质增效，全力守护好江门绿水青山。

市旅游行业协会酒店分会成立

江门日报讯（记者/李银换） 12月12日，2023江门马拉松赛服务品质提升大会暨江门市旅游行业协会酒店分会成立仪式在江门富力万达嘉华酒店举行。副市长林健生出席会议。

本次会议选举江门富力万达嘉华酒店为分会会长单位。据悉，在市文广旅体局的指导下，市旅游行业协会在此前已成立的2023江门马拉松赛爱心酒店联盟基础上，推动成立市旅游行业协会酒店分会。酒店分会将为本届“江马”参赛者和游客提供优先预定和房价优惠服务等，为赛事成功举行作出酒店住宿业的贡献。

林健生指出，市旅游行业协会酒店分会的成立，有效整合全市优质住宿资源，为进一步促进我市文化旅游和相关产业融合发展提供借鉴范例。他强调，各会员单位要强化抱团取暖、强化诚信经营、强化行业自律，实现互利共赢；政府相关职能部门要进一步加强与企业的沟通联系，重点针对目前酒店业发展中遇到的热点、难点问题开展调查研究，在“美而精”“精而特”上下功夫，持续做好服务工作，全力推动全市酒店住宿行业高质量发展。

据悉，目前江门全市共有1730家酒店，其中规上企业93家。今年保利皇冠假日酒店等一批中高端酒店先后开业运营，新增585间房、905个床位。

江门双碳实验室获批广东省自然科学基金青年提升项目

江门日报讯（记者/张浩洋 通讯员/陈健莹） 江门双碳实验室昨透露，该实验室先进储能材料与技术研究中心研究员查晨阳博士申报的青年基金项目——三元催化材料构建高能量密度锂硫电池的研究获得立项，跻身广东省基础与应用基础研究基金委员会发布的2024年度广东省基础与应用基础研究基金面上和青年提升立项项目（简称“广东省自然科学基金青年提升项目”）名单。

查晨阳博士的项目主要开展“三元催化材料构建高能量密度锂硫电池的研究”，旨在构建600Wh/kg超高能量密度锂硫软包电池器件，推进高能量密度锂硫电池的实用化进程。

据悉，查晨阳是江门双碳实验室研究员、国家级人才青年项目入选者，主要从事碳基柔性电子器件研究，发表SCI论文60余篇，主持国家自然科学基金2项，国家重点研发计划子计划1项，获得省级科学进步奖一等金1项。

“本次立项是江门双碳实验室继2022年获得省市联合基金项目资助后取得的又一可喜成绩，标志着实验室在科研和人才培养水平上的进一步提升。”江门双碳实验室相关负责人表示，下一步，江门双碳实验室将继续加大人才培育和激励投入，提升科研创新水平，引导青年科技人才积极申报高层次科研项目，助力更多高水平科研成果持续产出。

省第二生态环境保护督察组交办案件办理和边督边改情况（第八批）

11月29日至12月12日，江门市收到省第二生态环境保护督察组交办环境信访举报案件共12批147件，其中重点关注案件15件、重复投诉案件1件。

目前，省第二生态环境保护督察组交办的第八批8件环境信访举报案件中，已办结5件。具体请扫码见附件《群众信访举报转办和边督边改公开情况一览表（第八批）》。

扫码了解详情

江门市公安局关于启用2023年第五期交通监控设备的通告

为有效打击各类交通违法行为，积极预防和减少道路交通事故，切实保障道路交通安全，我市拟启用2023年第五期交通监控设备共8个。现根据《行政处罚法》等相关规定，将设备的设置地点、主要抓拍违法行为等进行通告（详见附件），上述设备将于通告五个工作日期满后启用。请广大交通参与者自觉遵守道路交通安全法律法规，共同维护行车安全。

特此通告。

附件：2023年第五期交通监控设备设置地点及主要抓拍交通违法行为

江门市公安局 2023年12月13日

2023年第五期交通监控设备设置地点及主要抓拍交通违法行为

序号	行政区域	设置地点	主要抓拍交通违法行为
1	蓬江区	江门市蓬江区蓬莱路市人民医院南侧路段	驾驶机动车违反禁令标志指示的
2	蓬江区	江门市蓬江区滨江大道大亨村路段往江门市区方向	1.驾驶机动车在高速公路以外的道路上行驶时，驾驶人未按规定使用安全带的 2.驾驶时拨打接听手持电话的
3	蓬江区	江门市蓬江区荷塘镇白藤大桥往江门市区方向	
4	蓬江区	江门市蓬江区建设三路江门汽车总站至江侨路路段	机动车违反规定停放、临时停车，驾驶人不在现场或者虽在现场但驾驶人拒绝立即驶离，妨碍其它车辆、行人通行的
5	蓬江区	江门市蓬江区紫雅路紫茶小学至丰乐公园路段	
6	江海区	江门市江海区礼乐三路礼乐中学至三福里路段	
7	恩平市	江门市中阳高速K139+300至K131+200往中山方向	超速违法行为
8	恩平市	江门市中阳高速K157+900往开平方向	驾驶机动车在高速公路上违法占用应急车道行驶的
备注：序号1至6设置地点此前已通告，本次仅做地点名称调整；7至8为新增设备。			

关于广东新旅置业有限公司江门新旅学仕府总平面图调整的公告

本局收到广东新旅置业有限公司报来位于高新区3号地奕聪路与规划二路交界西北侧的江门新旅学仕府总平面图调整申请及有关材料，现根据相关规定进行公示。有关详情请到现场或登陆江门市自然资源局网站http://www.jiangmen.gov.cn/bmpd/jmszrzyj/查看规划公示图。凡与以上申请事项有意见或建议的可向我局提出书面申述。

咨询电话：3880782、3862896（窗口）

江门市自然资源局

2023年12月9日

遗失声明

■莫嘉华遗失江门海伦堡高层D2-403装修押金收款收据一份，编号0119111，金额3000元及高层D2-403搬运押金收款收据一份，编号0119110，金额500元，现声明作废。

■刘华灶遗失双水镇双水区雅东村的土地证，号码：新府集建字（1991）第090101179，现声明作废。

■何金洽、吕顺爱遗失会城镇圭峰西路75号201的不动产权证，房地证号：0183027，现声明作废。

■广东江门新会经济开发区商会遗失《开户许可证》，核准号：J5890002496301，现声明作废。

■郭全帝遗失三江镇九子沙管理区一村的土地证，号码：新府集建字（1989）第141501040，现声明作废。

■江门市宝润生物科技有限公司遗失法定名称章一枚，现声明作废。

■台山市台城羽凡化妆品商行（统一社会信用代码：92440781L803460039）遗失公章一枚，现声明作废。

■江门纽北山姆汽车保养服务有限公司遗失法定名称章一枚，现声明作废。

■蓬江区豪装工程部遗失公章一枚，号码：4407003011482，现声明作废。

■梁满根遗失环城西盛一队的土地证，号码：新府集建字（1989）第022200237，现声明作废。

■广东省新兴中药学校20助产02班的赵淑怡遗失开平市中心医院实习证明一份，特此声明。