

台山多家医院开设体重管理门诊 市民科学减重有“医”靠

“在家门口就能定制专属减重方案？如何避免减肥误区，科学瘦身？”近期，台山市民热议的健康话题有了新答案。随着国家卫生健康委员会“体重管理年”行动的深入推进，台山市率先构建起覆盖城乡的科学减重网络——台山市人民医院、台山市中医院已开设体重管理专科门诊，台山市妇幼保健院和市第二人民医院同步开展体重管理服务，构建起覆盖城乡的“科学减重服务圈”。

近日，记者走进台山市人民医院和台山市中医院的体重管理门诊，深入了解这里的医护人员是如何以科学、精准、有温度的方式为市民提供健康管理服务。

文/图 江门日报记者 陈素敏

多学科协作 健康管理有新抓手

走进台山市人民医院的体重管理门诊，门诊内陈列着血管模型、营养金字塔模型以及各类营养学资料画册等，让市民在就诊过程中能够更清晰地了解自己的身体状况和减重原理。

该院营养科主任李蕊芳在接受记者采访时表示，如今，市民对体重管理日益重视，不少市民到该院的营养科、内分泌科就诊，希望通过医疗手段健康地减重。其中，不乏孕妇、糖尿病患者等特殊人群。同时，肥胖的人群也有年轻化的



在台山市人民医院体重管理门诊，医生指导市民如何健康饮食。

趋势，很多青少年存在肥胖现象，纷纷到院求诊。

李蕊芳指出，肥胖的成因复杂多样，如遗传因素、不健康的生活方式、继发性肥胖等。体重管理门诊会根据市民的身高、体重、腰围等数据，计算他们的身体质量指数（BMI），并通过了解他们的个人史、过往病史、用药情况等，进行综合判断。随后，还会进行血脂、血糖等一系列检查，以找到超重或肥胖的真正原因。

目前，台山市人民医院的体重管理门诊采用多学科合作模式，包括内分泌科、营养科等多学科专家。“找到原因之后，我们会采取科学的方法，为患者提

供正确的指导。”李蕊芳强调，“减重是一个长期的过程。门诊将通过科学的医疗手段，为患者提供全面的身体评估和健康指导。根据每位患者的具体情况，包括身体状况、饮食习惯、运动习惯，以及是否存在肥胖并发症等，量身定制合理健康的减重方案。”

凸显中医特色 管理体重健康生活

在台山市中医院，减重管理门诊同样引来了不少市民的关注。自门诊开设以来，每日平均接诊5—10位患者，咨询体重管理相关情况，这里的医生会

通过专业体检，对市民进行个性化评估，包括评估肥胖程度及脂肪分布、计算腰臀比等。

在这里，个性化服务更凸显中医治疗特色。区薇是该门诊的一名中医师。她表示：“在排除了西医方面的疾病之后，对于单纯性肥胖患者，门诊会根据每个人不同的体质，提供个体化管理方案，包括中药的内服方案，同时配合该院的外治特色治疗，比如穴位埋线、耳穴压豆、拔罐、艾灸等。”

在台山市妇幼保健院，儿童保健科可提供儿童体重管理的医疗服务。在这里，医生将根据孩子的体格发育、神经心理发育、营养状况等，定期监测身高、体重、头围，并结合使用生长曲线图，早期识别超重、肥胖、营养不良儿童，综合分析遗传、营养性疾病等多因素，针对不同的儿童个体提供科学膳食、运动、作息等多维度管理方案。

体重不仅对个人的身形外观有直接影响，同时也是评价人体营养和健康状况的重要指标之一。超重、肥胖等体重异常对多种慢性疾病的发生发展有重要的影响。

台山市卫生健康局公卫股副股长张佳明表示，在当前“体重管理年”的背景下，台山市人民医院、市中医院、市妇幼保健院及市第二人民医院4家医院均可提供专业体重管理医疗服务，精心打造既专业又贴心的咨询环境与平台，提供精准化、个性化的服务。

减重是一场有科学护航、有温度陪伴的健康长征。张佳明表示，鼓励更多市民积极参与自身体重管理，在专业医疗机构人员的帮助下，更好地管理体重，健康生活。

锻造堪当现代化建设重任的 干部队伍

台山市组织、编办、老干部、党校工作会议召开

江门日报讯（记者/陈素敏 通讯员/台组轩）3月24日，台山市组织、编办、老干部、党校工作会议召开，总结2024年工作，部署2025年工作。会议要求，要把坚持用改革精神和严的标准管党治党落实到组织、编办、老干部、党校工作全过程各方面，为奋力再造一个现代化新台山作出新的更大贡献。

会议强调，要着力健全固本培元、凝心铸魂的理论武装体系，夯实思想根基。要着力健全导向鲜明、精准科学的选贤任能体系，锻造堪当台山现代化建设重任的干部队伍。要

着力健全上下贯通、执行有力的组织体系，增强基层党组织的政治功能和组织功能，抓实党员队伍建设。要着力健全因地制宜、供需匹配的人才引育体系，筑牢台山现代化产业体系建设人才支撑。要着力健全用心用情、精准精细的关爱服务体系，凝聚老干部向上向善力量。要着力健全把稳方向、全域统筹的办学治校体系，提升党校教育培训质效。要着力健全全面从严、高效运行的内部管理体系，深化模范部门和过硬队伍建设。

会上，水步镇、赤溪镇和台山市交通运输局分别作交流发言。

政务服务专班走访重大项目 登门“问需求” 实地“送服务”

江门日报讯（记者/李嘉敏 通讯员/台政宣）3月21日上午，为进一步优化营商环境，提高企业服务效能，助力企业高质量发展，台山市重大项目政务服务专班工作人员深入国粮集团绿色仓储项目建设现场，通过主动登门“问需求”，实地走访“送服务”、精准指导“促发展”的方式，为企业排忧解难，助力企业更好更快发展。

在项目建设现场，专班人员与项目负责人进行了面对面交流。项目负责人详细介绍了项目的建设进度及面临的问题和挑战，特别是围绕项目竣工交付节点等提出了具体服务诉求。专班人员认真倾听，仔细记录，并结合项目实际情况，现场为企业解读相关政策。

针对企业提出的问题，专班人员从申报流程、材料清单、验收标准等方面给予了详细的业务指导，确保企业能够清晰了解并顺利推进项目建

设。同时，为了更精准对接企业需求，提高项目联合验收审批效率，专班还建立了“一对一+全程跟踪”服务机制，确保国粮集团绿色仓储项目能够按期投产。

此次服务不仅关注了项目的进度和企业的诉求，还特别注重保障台山市粮食安全。专班人员全力协调，力促项目按期完成，确保今年的早稻粮在收粮前“有仓可用”，进一步筑牢台山粮食安全的“压舱石”。

接下来，台山市重大项目政务服务专班将继续秉持“企业至上、服务第一”的理念，持续强化企业“全生命周期”服务保障。创新“企业不懂我来教、企业难题我来帮、企业诉求我来办”的服务新模式，实时响应企业诉求，精准施策为企业纾困解难。通过不断提升为企业服务水平，护航台山市重大项目早建成、早达效，为台山市经济社会发展注入新的活力。

台山新增一法治教育实践基地 让青少年“沉浸式”学法

江门日报讯（文/图 记者/李嘉敏）近日，台山市青少年法治教育实践基地正式启用，这座集法治教育、实践体验、文化展示于一体的综合性场馆，将提供“沉浸式”法治教育。

近年来，台山市通过法治进校园、模拟法庭等活动，让法治观念深入人心，形成了“家庭—学校—社会—司法”一体化的保护格局。为了适应新时代未成年人法治教育的新需求，台山市精心筹建了这个青少年法治教育实践基地。

据悉，该基地位于台城新宁广场。整个基地以“向日葵”为设计主线，寓意青春向阳、守护成长，让青少年在法治的温暖阳光下茁壮成长。同时，基地还将开展丰富多彩的“向日葵”法治宣讲和护苗爱心志愿服务活动，进一步强化品牌形象。

在功能分区上，基地划分为法治教育和体验实践两大区域，不仅涵盖了预防青少年犯罪研究、家庭教育、青少年帮教等多个中心，还融合了普法教育、犯罪预防、自护自救等多种功能，为青少年提供一站式、全方位法治教育服务。基地的设计还巧妙融入台山的地域文化元素，如“碉楼”“排球”“白海豚”等，使得法治文化与侨乡文化相互交融。值得一提的是，基地配备了先进的多媒体设施，如机器人解说、VR互动、触控点播等，让青少年



学生们体验VR互动，在互动体验中轻松学习法律知识。

在互动体验中轻松学习法律知识。

师生不仅可以参观基地，还能在基地法治大讲堂上聆听“法治课”，学习如何保护自己的合法权益。

通过参观与学习，台山市新宁小学学生廖子麟兴奋地说：“在这里我学到了很多法律知识，知道了如何用法律来保护自己。”

台山市检察院相关部门负责人表示，将充分利用基地，保护青少年身心健康。同时，将凝聚各方力量，提升青少年法治教育的效能。

“青苹果大课堂”走进乡村学校 趣味课程让学生收获满满

江门日报讯 3月20日，由《江门日报·青苹果》校园专刊主办的“青苹果大课堂”活动走进台山市大江镇公益小学，为同学们带来一堂趣味作文课。

这次课堂涵盖了“宝石鉴赏”“写作构思”“趣味游戏”和“趣味问答”等环节，同学们在欢声笑语中不仅学到了知识，还提升了写作能力，课堂气氛热烈。

课堂一开始，青苹果专刊中心的讲师王星以“宝石鉴赏”为主题，带领同学们进入一个奇妙的词语世界。她通过展示一系列优美的词语和成语，向同学们讲解了这些词语的含义和用法，并鼓励

他们在写作中灵活运用。同学们认真跟读、记忆，不时在本子上作记录。

接着，王星巧妙地将课堂主题转向写作构思，以“剥瓜子”比赛为切入点，引导学生从游戏中观察细节，积累写作素材。“同学们，接下来将进行一场‘剥瓜子’比赛，大家要仔细观察比赛中的每一个细节，看看谁能从中找到写作灵感！”

“剥瓜子”比赛分为四组，每组五人，每轮比赛时长为30秒。参赛者需用手剥出瓜子仁，瓜子仁数量最多的小组获胜。随着王星一声令下，参赛者们迅速进入状态，手指飞快地剥

着瓜子，台下的同学们则为他们加油助威，课堂气氛瞬间被点燃。

比赛中，王星引导同学们从中提炼写作素材。她说：“请大家用刚刚学到的词语来形容一下几位参赛同学的神态和动作。”台下同学们纷纷举手发言。“同学们，写作要通过细节描写让读者感受到现场的气氛。”比赛结束后，王星一边讲解，一边帮助同学们厘清写作思路，鼓励同学们在写作中加入自己的感受和观察，让文章更加生动有趣。

最后，“趣味问答”环节将活动推向

了高潮。王星向同学们介绍了《青苹果》校园专刊的办报历史、版面内容以及改版后的变化和特点，并以有奖问答形式激励同学们积极参与。同学们纷纷举手，争相回答，在轻松愉快的氛围中不仅学到了知识，还获得了奖品。

课后，同学们纷纷表示受益匪浅。六(3)班学生许欣美表示：“这节课中我学到了好的写作方法，认识了许多好词。”六(1)班学生梁丽华则感慨道：“这是一堂收获满满的课，充满乐趣、欢笑声和掌声，愿《青苹果》越办越好！”

（黄颖欣）

台山市总工会首场DeepSeek公益培训班开课 鼓励职工积极拥抱AI技术

江门日报讯（记者/李嘉敏）3月21日晚，台山市总工会举办首场DeepSeek公益培训班专题培训学堂活动，旨在助力职工把握人工智能时代发展机遇，提升数字技能。活动吸引了40多名职工参与，大家共同探索AI技术的奥秘。

本次培训特邀江门移动AI集成中心的苏柏缙老师授课。苏老师以生活中的实际案例为切入点，深入浅出地讲解了AI技术的原理，并详细介绍了DeepSeek的发展过程和功能模块。随后，他从技术、政策、性能等多个方面全面讲解DeepSeek的核心优势，让职工们对这款智能工具有了更深入的了解。

在实操环节，苏老师演示了

DeepSeek工具的高效使用方法，助力职工快速掌握智能办公技巧。职工们纷纷跟随苏老师的步伐，参与实操练习，现场积极互动，学习氛围浓厚。

活动最后，苏老师引导职工们辩证思考AI技术的边界，探讨了人机协作中的责任与创新平衡。他鼓励职工们积极拥抱AI技术，同时也要保持对技术的敬畏之心，合理利用AI技术提升工作效率，为企业的发展贡献力量。

据台山市总工会基层建设宣教部相关负责人透露，接下来，将继续积极探索AI人工智能的相关知识，持续推出数字化转型、职业技能提升等主题课程，打造职工成长的“加油站”。

宣传全民节水 台山“亮”起来

江门日报讯 3月22日晚，台山市昌大昌广场举办“千城地标亮节水”活动，巨型屏幕亮起节水主题灯光，播放着“全民节水，水美广东”“树立绿色新风尚，建设节水型社会”等节水宣传标语，伴随着生动的节水宣传视频，吸引市民驻足观看。此次活动旨在贯彻“节水优先”方针，增强全社会节水意识。

当天适逢第三十三届“世界水日”，我国活动的主题为“推动水利高质量发展，保障我国水安全”。台山市昌大昌广场举办的“千城地标亮节水”活动，正是对这一主题的积极响应，也是通过宣传提升公众节水意识、夯实水安全保障能力的生动体现。

台山市还积极开展节水主题演讲、“我为家乡点个赞—全民节水代言大接力”微博话题等多种形式的宣传活动，让市民深刻认识到水资源的

宝贵和节约用水的重要性。同时积极推动节水型社区、节水型校园等创建工作，将节水理念融入日常生活的方方面面。

在农业节水领域，台山市持续发力，积极推广节水灌溉技术，提高农田灌溉水有效利用系数。通过深入推进农业水价综合改革，逐步建立健全农业水价形成机制，并通过精准补贴和节水奖励机制，保障农民基本用水需求，激励农业用水户主动节约水资源。此外，台山市通过实施河湖长制，加强河湖管理和保护，提高水资源利用效率；定期开展巡河活动，及时发现并解决河湖存在的问题，推动河湖生态环境持续改善。

未来，台山市将继续深化节水型社会建设，推动水资源的高效利用和可持续发展，为建设美丽台山、实现经济社会高质量发展提供坚实的水资源保障。

（文/图 黄颖欣）



台山昌大昌广场开展“千城地标亮节水”活动。



晴雨表

多云寒凉

较强冷空气即将到达
最低气温降至13℃左右

江门日报讯（记者/区景常 通讯员/林华立）记者昨日从台山市气象部门获悉，预计台山市3月27日云量增多，28日受较强冷空气影响，有

短时雷雨大风等强对流天气；展望3月29—30日，天气持续寒凉，以阴雨天气为主，最低气温13℃左右。

具体预报如下：

3月27日，多云有阳光，午间天气炎热，21—32℃；
3月28日，多云转雷阵雨，部分

地区伴有7—8级大风，晚间天气转

凉，20—26℃；
3月29—30日，阴天有小雨，局部中雨，天气寒凉，13—19℃。