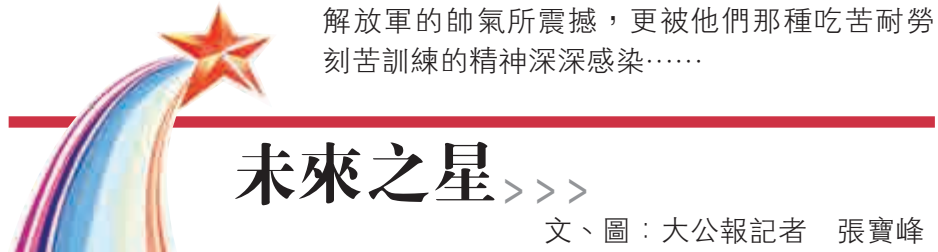


港生參訪解放軍三軍儀仗隊

受訓正步踢腿有模有樣

「稍息！立正！雙腿併攏，腳尖分開六十度……」14日上午，2016年「未來之星」香港傳媒專業大學生國情班成員來到參訪第二站——中國人民解放軍三軍儀仗隊。在這裏，港生們不僅親見了儀仗隊帥氣震撼的表演，還親自上陣，接受儀仗隊戰士們的訓練，切實體驗了一把「儀仗兵」的感覺。參訪活動結束後，學子們紛紛表示，通過參訪，不僅被解放軍的帥氣所震撼，更被他們那種吃苦耐勞刻苦訓練的精神深深感染……



未來之星 >>>

文、圖：大公報記者 張寶峰

當天，北京城烈日炎炎。位於西四環外緣的中國人民解放軍三軍儀仗隊迎來了前來參訪的約60名香港大學生。來自香港城市大學的蘇蘇告訴大公報，這次能來到這方「軍事禁地」，感覺充滿好奇。人生頭一次如此近距離看到儀仗隊戰士，更是興奮不已。

儀仗隊代表國家尊嚴

儀仗隊首先為港生們做了迎賓和分列式的表演。在雄壯的迎賓曲、震天的番號聲、整齊有力的踏步聲中，三軍儀仗隊帥氣的表演和颯爽的风姿引得港生們不住地讚嘆。現場的戰士透露，該訓練場已經浸潤了超過3噸的汗水，戰士們訓練的步數足以繞地球一周。

中國人民解放軍陸海空三軍儀仗隊是解放軍唯一一支專門擔負國家外事活動儀仗司禮任務的部隊，他們代表着三軍的形象與國家的尊嚴。儀仗隊平時執行任務分為3種規格：151人組成陸海空三軍儀仗隊，用來迎接外國國家首腦；由127人組成陸海空三軍儀仗隊，用來迎接外國軍隊的高級將領；由101人組成軍軍種儀仗隊，用來迎接外國軍隊的軍軍種司令。今次港生們

「享受的待遇」便是外國首腦級別的。參觀活動結束後，儀仗隊邀請港生們體驗一把「儀仗兵」真實的訓練生活。於是，七八人一組，儀仗隊戰士開始對港生們進行正步、踢腿等專業訓練。不到半小時的訓練下來，港生們紛紛表示，看上去瀟灑漂亮，親身體驗才知道，戰士們的訓練這樣辛苦。

隨後，港生們還參觀了儀仗隊隊史館。在這裏，收藏着1949年後三軍儀仗隊所獲得的各項榮譽，以及記錄珍貴歷史瞬間的老照片。參觀過程中，有港生還興奮地發現了1997年香港回歸祖國時，負責升旗的儀仗隊隊員的佩刀。

以軍人精神克服困難

在參訪活動結束前，港生們還觀看了介紹儀仗隊日常訓練情況的紀錄片。冬練三九，夏練三伏，頸下別刺針，腿上纏沙袋，一幕幕匪夷所思的高強度訓練場景讓港生們震撼不已。香港專業教育學院二年級學生劉曉鵬告訴大公報，真沒想到解放軍日常的訓練這麼辛苦，自己這一次一定會把中國軍人的精神牢記在心，以便在未來學習生活中遇到困難時可以鞭策自己。



◀2016年「未來之星」香港傳媒專業大學生國情班成員與三軍儀仗隊合影



▲港生現場參觀三軍儀仗隊表演



▲港生接受訓練

歷險阻 登頂長城做好漢

【大公報訊】實習記者張帥北京報道：「望長城內外，惟余莽莽！」14日，北京八達嶺長城迎來一批意氣風發的年輕人，2016年未來之星香港傳媒專業大學生國情課程班的60多名學生，在長城之上，他們一邊撫摸着古老城牆，一邊讚嘆着修建這一世界奇跡的先輩。

從山腳到最高的第七個烽火台，八達嶺長城的陡峭險峻使這批香港學子驚嘆不已。他們當中的女同學幾乎都是第一次踏上長城，部分幾近八十度直上直下的路段

「嚇」得她們多次驚叫「好陡好險」。最後，當成功踏上最高頂，看着盡收眼底的「來時路」，他們表示，看起來艱難的登頂之旅都能走完，未來在事業上也要像登長城一樣勇往直前。

香港恒生管理學院的郭麗霞稱，中學時了解到長城修築耗費了無數努力，才造就雄壯的萬里長城，也熟知「孟姜女哭長城」的傳說，知道很多人因保家衛國而犧牲。今天的長城告訴我們，穩定和平不易，大家都要愛護珍惜。



▲港生在登長城途中合影 大公報實習記者張帥攝



▶中科院6月14日發布《中國宜居城市研究報告》，青島（圖）、昆明、三亞、大連、威海、蘇州、珠海、廈門、深圳、重慶宜居指數排名全國40個被調查前10名。北京和廣州位列倒數第一名和第二名 網絡圖片

最新宜居城市排名 京廣居末

【大公報訊】據上海觀察網綜合報道：中國科學院14日在京發布《中國宜居城市研究報告》顯示，青島、昆明、三亞、大連、威海、蘇州、珠海、廈門、深圳、重慶宜居指數排名全國40個被調查前10名。北京和廣州宜居指數分別為56.24分和56.78分，分別位居倒數第一名和第二名。報告對中國40個案例城市不同維度的城市宜居性評價比較發現，居民評價得分最高的是公共服務設施方便性，其次是自然環境舒適度，然後依次是人文環境舒適度、交通便捷性、環境健康性和城市安全性。研究報告數據顯示，在有關指標方面，一線城市的城市安全性評價較高，還有

公共服務設施方便性評價也整體領先。而二三線城市的交通便捷性評價則較高。報告首次通過大量居民問卷調查和數據分析，反映了公眾真實的城市宜居性感受。一個有意思的結果是：不同年齡、學歷、戶籍狀況、家庭月收入等屬性的居民對城市宜居性評價結果明顯不同。其中，20-29歲、40-49歲、本地戶口、高學歷、家庭月收入5000以下和2萬元以上等社會群體的城市宜居性評價較低。也就是說中等收入群體的滿意度要高於高收入和低收入人群。另外，調查結果顯示：中國城市居民幸福排名最高的依次是廈門、威海、寧波、濟南和蘇州。

廣東強降雨 江河水位超警戒

【大公報訊】據新華社報道：廣東省防總13日晚通報，連日來的強降水致西江、北江流域部分江河13日出現超警戒水位，北江流域將出現今年入汛以來最大洪水，其部分支流可能現20年一遇

洪水。12日零時至13日18時，粵東沿海、珠江三角洲中北部市縣和韶關、河源、清遠、汕尾、揭陽等地出現暴雨局部大暴雨。



▲清遠連州中山北路成為澤國 網絡圖片

據通報，受強降雨影響，13日，北江流域的連江、武江支流和西江流域的賀江出現超警戒水位。13日16時，北江支流連江連縣站出現93.77米洪峰水位，超警戒水位2.77米，武江樂昌站出現87.44米洪峰水位，超警戒水位0.24米；西江支流賀江南豐站水位漲至35.16米，超警戒水位0.16米。

可能現20年一遇洪水

氣象部門預計，14日至16日，廣東自西北向東南將有一次暴雨到大暴雨的強降雨過程，其間伴有強雷電和短時大風。據廣東省防總13日研判，北江流域將出現今年入汛以來最大洪水，部分支流可能出現20年一遇左右的洪水。粵西、粵東、珠三角及韓江部分中小河流可能出現超警戒洪水。短時強降雨可能導致廣東局部山區縣發生山洪、泥石流等災害。



暴雨襲擊柳州 6月14日，市民在柳州市西江路積水中騎車出行。當日，廣西柳州遭受暴雨襲擊，全市多處路段積水，市民出行受到影響。（新華社）

青年互聯網創業大賽啟動

近日，由共青團中央、中央網信辦和浙江省政府主辦的2016中國青年互聯網創業大賽在浙江杭州啟動。據了解，本次大賽以「互聯青春 創夢未來」為主題，主要面向前景良好的初創企業和意向創業團隊，共設置200個獎項，獎金總額150萬元。獲獎項目同時將有機會獲得來自金融機構、創業風投資金的支持。有志參加者可登錄大賽官方網站（www.qnhlwcys.com）報名。

據悉，上屆大賽吸引了來自31個省（區、市）和港澳台地區的1.2萬個項目報名參與。據不完全統計，獲得上屆大賽金銀銅獎的100個項目中，已有81個確定落地運營，48個項目獲得機構一輪或多輪風投。（記者 王莉）

北京訂新標準拒「毒」跑道

針對近日北京市有部分學校因翻修或新建塑膠操場和跑道出現異味，引起學生身體不適的問題，北京市教委14日回應表示，將立即會同各相關部門着手制定中小學塑膠操場和跑道的建設和監測標準。此外，北京市教委強調，在新標準出臺之前

，北京市內各校所有在建或待建操場暫停施工。對於在用的塑膠操場、跑道和地面鋪設物要進行全面細緻排查，對於確實存在問題隱患的，採取包括停用、剷除操場、整體周轉等果斷措施，確保學生在健康的環境下學習生活。（記者 張聰）

粵媒：做出無愧於時代的業績

【大公報訊】中共中央總書記、國家主席、中央軍委主席習近平近日對全國優秀共產黨員、河北農業大學教授李保國先進事跡作出批示，號召廣大黨員、幹部和教育、科技工作者向李保國學習，學習他心繫群眾、扎實苦幹、奮發作為、無私奉獻的高尚精神，自覺為人民服務、為人民造福，努力做出無愧於時代的業績。14日，南方日報評論員就此發表題為《努力做出無愧於時代的業績》的文章，就廣大黨員、幹部如何落實總書記的批示精神作了深入論述，強調學習先進典型，要在思想上返璞歸真，在黨性上固本培元，自覺在行動上勤懇糾錯、踏實奮行，用鐵的肩膀扛起應該肩負的擔子。文章指出，李保國35年如一日，堅持

全心全意為人民服務的宗旨，長期奮戰在扶貧攻堅和科技創新第一線，把畢生精力投入到山區生態建設和科技富民事業之中，用自己的模範行動彰顯了共產黨員的優秀品格，事跡感人至深。學習李保國，就要把他作為一面鏡子，堅定信念、不忘初心，堅守共產黨人的精神高地，帶著對群眾的深厚感情做工作，矢志不渝為黨和人民的事業而奮鬥；就要堅持求真務實，從一點一滴做起，幹在實處、走在前列，把業績寫在大地上；就要淡泊名利、嚴於律己，樹立清正廉潔、甘於奉獻的良好形象；就要敢於擔當、勤政敬業，樹立問題意識，弘揚改革精神，勇於直面和解決困難矛盾，用鐵的肩膀扛起應該肩負的擔子；就要既當改革的促進派，又當改革的實幹

家，在推動改革發展上有更大的擔當，展現更大的作為。總之，學習先進典型，就是在思想上返璞歸真，在黨性上固本培元，進而激發出見賢思齊的自覺，激發出行動上勤懇糾錯、踏實奮行的自覺。文章還指出，「十三五」的大幕已經開啓，廣東率先全面建成小康社會的號角已經吹響，需要廣大黨員幹部身先士卒、走在前列。全省各級黨組織要把學習李保國先進事跡同打贏脫貧攻堅戰結合起來，同推動科技創新、建設世界科技強國的實踐結合起來，更好地促進廣東經濟社會持續健康發展，努力做出無愧於時代、無愧於人民、無愧於歷史的業績。