

市盲协举办第二届残健共融马拉松赛

茂名晚报讯 昨日,由茂名市残疾人联合会指导,市盲人协会主办的“康园食品杯”第二届残健共融马拉松赛茂名站活动,在风光秀美的茂名露天矿生态公园好心湖畔举行,活动吸引了来自省内的7支无障碍跑团近200名残障人士参加,包括广州中医药大学第三附属医院爱跑团、东莞无障碍跑团、广州市无障碍健康运动协会、深圳U跑团以及茂名市中心shine残健共融跑团、信宜市光道跑团、化州市如雷跑团等。

今年5月21日全国助残日,主题是“完善残疾人社会保障制度和关爱服务体系,促进残疾人事业全面发展”。举办残健共融马拉松赛是为了更好地提高无障碍运动水平,展示残障人士的精神面貌,增强社会对无障碍运动的理解和认知。

这次比赛分为半程马拉松(21.0975公里)和健康跑(约8公里)两项,还特别设置了亲子跑体验项目。活动当天,尽管天空下着雨,但残障跑者的参赛热情丝毫没有减弱。他们在一对一志愿者陪跑员



无惧风雨,冒雨前行。

的带领下,一边环着好心湖跑步,一边欣赏沿途景色,不时还交流马拉松以及运动健身的种种经验。来自不同城市的残健

共融跑团彼此增强了交流,主办方也向外地客人推广了助盲跑项目经验以及茂名市的好心文化,呼吁社会各界更多地关爱



为自己加油。

残障群体,让他们能建立积极乐观的心态,更好地融入社会工作及生活环境。
(文/图 茂名日报社全媒体记者 岑稳)

普及防灾减灾知识,增强自救互救能力 高州举行声势浩大的全国防灾减灾日宣传教育活动



专业人员指导学生进行心肺复苏练习。 通讯员大山 摄

茂名晚报讯 记者刘锋兰 通讯员大山 2023年5月12日是全国第十五个“防灾减灾日”。为做好今年的防灾减灾、安全生产和消防安全各项工作,维护人民群众的生命财产安全,高州市减灾委员会联合高州市安全生产委员会、高州市消防安全委员会于昨天举行“全国防灾减灾日”宣传教育活动,主题是“防范灾害风险,护航高质量发展”。

现场开展一系列应急教学,干货多多

活动在高州市第七中学校园内举行。高州市领导和该市减灾委员会、安全生产委员会、消防安全委员会有关成员单位分管领导、各镇(街道)镇长(主任)、应急办主任以及承办、协办单位干部职工、高州第七中学的老师们参加了活动。

活动开始后,首先由高州市七中的师生表演了《防灾减灾,我们一起行动》情景剧,通过生动的表演告诉大家野外遇到雷雨天气时不能躲到大树底下,遇上泥石流要马上向与泥石流成垂直方向一边的山坡爬。随后,通过集体宣誓的方式号召广大师生群众学习好宣传好防灾减灾救灾知识。

接下来,由高州市消防救援大队、高州市应急救援大队和高凉应急救援大队等派出代表登台进行应急队伍展示。展示完毕后,应急专业人员现场开展一系列应急教

学。在心肺复苏应急教学中,专业老师通过人体模型为大家演示急救知识,告诉大家若在户外或在医院外发现患者突然倒地并出现意识丧失、心跳骤停的状况,需及时为之进行心肺复苏。实施心肺复苏时,一般30次胸外按压后再进行2次人工呼吸为一个循环,通常需在2分钟内进行5个循环。进行5次循环后,应立即查看患者的意识、呼吸是否恢复。若并未恢复,还需继续心肺复苏。在演示救生圈、救生杆如何正确使用时,专业老师提醒同学们切勿私自到野外游泳,万一在野外有同伴发生溺水,一般可将救生圈、竹竿、木板等物抛给溺水者,再将其拖至岸边。但在投递救生杆、救生圈等时一定要注意方法,要从下游投递,并匍匐岸边将落水者拉回。此外,专业老师还讲解了预防游泳时抽筋及抽筋后的自救方法、灭火器的正确使用等知识。

内容丰富多样,形式灵活多样

这场防灾减灾活动不但内容丰富多样,形式也灵活多样。在开展防灾减灾应急技能演示和教学过程中,专业人员还邀请同学们参与,并进行有奖问答,通过热烈的互动增强大家的兴趣,从而使防灾减灾、自救互救知识入脑入心。

此外,活动现场还有应急救援队伍车辆装备展示,有防风综合应急演练、森林消防实战演习、房屋建筑排查宣传和安全生产十五条措施专题片等各类视频轮播。相关部门单位的领导、业务骨干在现场接受师生群众的提问、咨询,向他们派发各类防灾减灾、安全生产和消防安全知识宣传资料。

师生们都纷纷表示,这样丰富新颖而又生动有趣的宣传教育活动以及自救互救技巧体验,使得大家获益匪浅。“今天我学到了很多实用的知识!”一名女生高兴地说。

化州人社局开展防灾减灾日宣传活动

茂名晚报讯 记者黄宇彬 通讯员陈万琼 董天忠 今年5月12日是我国第15个全国防灾减灾日,为进一步增强全社会防灾减灾意识,提高群众自救互助能力,5月以来,化州市人力资源和社会保障局多层次组织开展“5·12”防灾减灾日宣传系列活动,用实际行动助推“百县千镇万村高质量发展工程”。

在活动中,该局依托化州市人社系统讲习群(粤政易群)推送防灾减灾科普知识,借助干部职工广泛在朋友圈中转发动宣传扩大科普力度;充分利用办事服务大厅LED显示屏播放相关科普视频及宣传标语等方式向前来办事群众广泛宣传防灾减灾知识。

同时,以开展“平安大走访”

工作为依托,深入辖区民办职业培训学校开展安全专项检查,全面了解培训机构职业培训、安全生产等情况,实地了解学校安全通道和消防设施等,对发现的安全隐患,立即督促整改到位;结合自身业务,就防灾减灾中涉及的人社人才政策进行面对面宣传,全面普及防灾减灾常识。深入乡村振兴驻点村(化州下郭街道濠口村),有针对性地深入田间地头了解农户水稻种植和防灾减灾等情况,与当地村“两委”召开谈话会并达成共识,全面宣传发动群众做好防御准备工作,努力把灾害造成的损失减少到最低程度,确保今年全村水稻增产、农民增收、群众财产不受损失。



昨日是母亲节,在市区人民中路的嘉豪轩蛋糕店,很多市民排队购买蛋糕,为母亲庆祝节日,感恩母亲。

茂名日报社全媒体记者李颜东 摄