

茂名市第一中学举行“初心·匠心”讲坛

中国首位无氧登顶14座8000米以上山峰攀登者何静作现场分享

茂名晚报讯 记者李君平 2月27日晚,茂名市第一中学在学校礼堂举行建校66周年庆祝系列活动之“初心·匠心”讲坛,邀请了无氧登顶14座8000米以上山峰攀登者何静、陕西品学兼优的户外运动少年高瑞辰作现场分享。他们无畏攀登、勇于探索的故事,引发现场校友和师生强烈共鸣。据了解,这次活动得到该校校友会的助力。

何静是陕西人,自2017年起开始无氧攀登,先后成功登顶了马纳斯鲁峰(2017年)、马卡鲁峰(2018年)、安纳普尔纳峰(2019年)等14座8000米以上山峰。2024年10月9日上午9点10分,她成功登顶海拔8027米的希夏邦马峰,成为中国首位无氧登顶14座8000米以上高峰的攀登者。据介绍,希夏邦马峰是世界第十四高峰,也是唯一一座完全位于中国境内海拔超过8000米的高峰。

讲坛上,何静以“超越自我 勇攀高峰”为主题,介绍了珠穆朗玛峰的形成和目前攀登线路,回忆了自己登顶希夏邦马峰的感受,讲述了从四姑娘山起步,攀登海拔5000米、6000米……直至8000米高峰的经历,以及8000米以上的高峰如何挑战高寒、孤独、疲倦,生动诠释了什么是攀登者精神。“坚持匠心,总有一天找到自己的成功。”“没有天赋就反复。”“不忘初心,才能坚持下去。”一句句铿锵有力的话语激励人心,引得现场沸腾。

随后,17岁的高瑞辰作了“青少年生命力成长”主题分享。2024年,高瑞辰与何静以及皮划艇结缘,从此开启了户外运动之路,至今已有一年多。当晚,他毫无保留地分享了这一年多来的户外运动经历和收获,展示自己最近在雪地骑马的视频照片,并鼓励大家直面困难、战胜困难,以及介绍了自己如何平衡学业和户外运动的方法。



当晚讲坛现场。
茂名晚报
记者邓巴
烽通讯员温
松媚摄

从何静和高瑞辰的讲述中,现场师生感受到了他们对户外运动的热爱,也被他们勇于攀登、无畏前进的精神深深打动。在互动问答环节,学生十分踊跃,争相恐后地提问,何静和高瑞辰都一一耐心回答。茂名市第一中学一名高二学生说,他们勇敢、阳光,让人

敬佩。作为学生要向他们学习,生活学习中应该保持一往无前、不惧困难的勇气,不断突破自己。

上山下海放眼蓝星,青少年视野更宽更高。据了解,这是何静首次进中学作分享,并成为了茂名市第一中学荣誉校友。接下来,该校会继续依托品牌校园活动,邀请更多名师名家等走进校园,和学生进行面对面交流,拓宽视野、增长见识,促进学生德智体美劳全面发展。

今明后三天温暖多雾

4日下午起转阴雨寒冷

茂名晚报讯 记者冯小飞 通讯员谢韶 据市气象台预计,今明后三天温暖多雾,4日白天起受强冷空气影响,将出现3到5天连阴雨寒冷天气。

预计,3月1日到3日,我市以多云天气为主,气温较为暖和,最低气温18℃~20℃,最高气温27℃~30℃;不过早晚容易出现(轻)雾。4日白天起,强冷空气将自北向南影响我市,天气将发生显著转变。各地会转为阴雨天气,气温开始下降。展望5日到7日,受冷空气持续影响,我市将迎来一次小到中雨局部大雨的降水过程,气温进一步下降,过程降幅达6℃~9℃,最低为10℃~13℃(山区8℃~10℃)。

市气象台特别提醒,雨雾天气能见度差,需注意交通安全。后期气温波动较大,市民需及时增添衣物,做好防寒保暖措施。目前我市降水仍偏少,相关部门和农户可抓住此次降雨的有利时机,科学蓄水,确保春耕生产用水充足。另外,后期风力也会明显加大,海上作业人员要及时回港避风,滨海和海岛旅游的游客需注意防风,水陆交通都要密切关注天气变化,保障出行安全。

茂南区军地联合 开展送立功喜报活动

茂名晚报讯 记者黄宇彬 通讯员陈嘉琪 赖晓婵 军地携手送喜报,立功喜讯传家乡。近日,茂南区双拥办、区武装部、区退役军人事务局联合相关镇以及村委会组成送喜报团,先后前往金塘镇、新坡镇、镇盛镇、羊角镇、袂花镇,为荣获三等功的现役军人冯钧淦、陈劲海、邓光耀、邓应运、周永昌、曾庆基、杨思明等7个家庭送去立功牌匾和喜报,切实把来自部队和地方关怀温暖送到每位立功受奖军人家庭。

送喜报队伍高举横幅,手捧喜报来到立功军人家中,为军人家属们披挂绶带,颁发立功牌匾,送上慰问金及慰问品,并合影留念,现场气氛庄重而热烈。送喜报团对军人家属为部队培养了优秀军人表示衷心感谢,希望他们一如既往地关心支持国防和军队建设,继续当好军人的坚强后盾,让他们在部队安心服役、再立新功。

据悉,下一步,茂南区将继续提高退役军人的获得感、幸福感和荣誉感,让每一份喜报都有温度、有热度,营造拥军爱军的浓厚社会氛围,提高广大群众对国防事业的支持,激励更多有志青年投身军营、建功立业。

筑牢反诈防线提升“一感两度”

宝光街道开展反诈骗宣传活动



派出所民警向群众讲解诈骗案例和相关知识。

茂名晚报讯 记者柯泽彪 通讯员邹海涛 为切实提升“一感两度”(即群众安全感、治安满意度和公正执法满意度),增强群众防范诈骗意识,近日,高州宝光街道精心组织,在辖区全面开展平安建设“一感两度”反诈骗宣传活动,全力守护群众“钱袋子”。

信宜玉都街道:

进村入户开展反邪教宣传

茂名晚报讯 记者刘锋兰 通讯员吕旋 为增强村民的法律意识,筑牢反邪教防线,营造平安和谐的环境,近日,信宜市玉都街道办事处与司法所在辖区内组织开展反邪教进村入户宣传活动,吸引了众多村民积极参与。

活动中,玉都街道办事处精心策划,组织村工作人员、志愿者以及法律专业人士,通过悬挂宣传横幅、提供咨询服务、分发宣传资料等形式,向村民详细介绍了邪教的本质特征、危害以及如何防范抵御邪教。通过讲解邪教典型案例,让村民直观地感受邪教对个人、家庭和社会的巨大破坏

力。面对村民们的疑问,志愿者们耐心解答,并引导大家树立正确的价值观和人生观,自觉抵制邪教的诱惑。

此次活动共普及1300余人,发放各类宣传资料600多份,接受和解答群众咨询300多人次。活动不仅提升了村民的法律素养和反邪教意识,还营造了“人人参与平安建设,人人抵制邪教”的浓厚氛围。玉都街道办事处有关人员表示,下一步将继续加大宣传力度,创新宣传形式,常态化开展反邪教宣传活动,让邪教在辖区无处藏身,让平安之花处处绽放。