

文明交通 绿色出行

市交通运输局开展主题骑行活动



市交通局志愿者们环绕好心湖欢乐骑行。

茂名晚报讯 记者赖碧怡 通讯员曾进 4月15日上午,市交通运输局在茂名露天矿生态公园开展“文明交通 绿色出行”环好心湖骑共享单车绿色低碳出行活动,市交通运输系统40多名志愿者踊跃参与,在享受骑行的乐趣中,宣传绿色环保理念,以实际行动倡导绿色出行健康生活方式。

上午9时许,志愿者们迎着明媚的阳光出发,环绕茂名露天矿生态公园好心湖骑行。在骑行途中,志愿者们充分领略到了好心湖的独特魅力,清澈的湖水在阳光的照耀下波光粼粼,沿岸绿树成荫,花草随风摇曳,构成了一幅美不胜收的自然画卷。志愿者们不时停下脚步,向群众宣传绿色出行知识,讲解环保的重要性。

市交通运输局的志愿者在骑行宣传中介绍,

随着经济的快速发展,人们的出行方式日益丰富多样。然而,交通拥堵和环境污染问题也随之加剧。在这样的背景下,共享单车作为一种绿色出行方式,正悄然改变着人们的生活。骑共享单车出行实现了零排放、无污染,能够有效减少汽车尾气对空气的污染,对改善城市空气质量具有积极意义。同时,骑行也是一种很好的锻炼方式,有助于人们保持健康体魄,以更加饱满的精神状态投入到日常工作中。

此次交通志愿者环绕茂名露天矿生态公园好心湖骑行,不仅是一次倡导绿色出行的宣传活动,更是一次与大自然亲密接触的宝贵机会。活动结束后,志愿者们纷纷表示,将把文明交通、绿色出行的理念传递给身边更多的人,为共建生态文明社会贡献自己的力量。

肿瘤防治科普零距离

茂名市中医院启动宣传周义诊活动



医护人员为群众义诊。

茂名晚报讯 记者赖碧怡 通讯员冯华绒 朱秋怡 4月15日,为全国肿瘤防治宣传周的起始日,在第31届全国肿瘤防治宣传周到来之际,为推动健康中国癌症防治专项行动,提高全社会的防癌意识,广州中医药大学茂名医院(茂名市中医院)举办以“科学防癌,健康生活”为主题的多学科联合义诊活动,医院肿瘤内、外科权威专家为广大市民提供义诊、健康咨询一站式服务,向市民普及癌症防治知识,倡导早筛早诊理念。

当天上午,义诊刚开始便吸引了众多市民上前问诊。本次义诊主要是为患者提供专业、便捷、免费解读报告服务,提供专业的风险评估和个性化治疗方案,并细致解答用药规范等,现场同时还开设免费血压血糖检测。“知道今天有义诊,就带着检查报告过来咨询医生,医生不仅详细地给我讲解了报告的内容,还对日后的治疗方案提出了专业的意见,同时还推荐了适合我的中医调理方案,收获很大!”市民张先生说道。

“对于肿瘤的防治,大家不必过度焦虑。举个例子,鼻咽癌在广东地区较为常见,很多人出现鼻塞流鼻血等症状便以为自己得了癌,其实这种情况是比较少的,我们应该关注身体上的一些变化,比如有的人会出现颈后淋巴结肿大,不痛不痒,但是会持续增大,出现这种情况一定要及时到医院做检查,早干预早治疗。”医院肿瘤学科主任,胸部肿瘤科主任倪雪莉在接受采访时结合事例科普肿瘤防治知识,特别提醒广大群众,要注意体重管理,许多疾病的发生都与不当的饮食习惯有很大的关系,平时要以清淡饮食为主;同时要调整好作息规律,每天至少保证七个小时睡眠时间,减少熬夜,这对减少慢性疾病的发生也是有很大的帮助。

据悉,茂名市中医院将会在本次全国肿瘤防治宣传周开启系列活动,除了本次义诊,还会开启宣传义诊进社区、进单位等活动,扩大宣传范围,让更多的市民朋友可以获得防癌知识,提升全民防癌意识,为茂名地区老百姓的健康保驾护航。



茂名市第二届“高凉菜大师”评选活动(茂南赛区) 暨茂南区“高凉菜工匠”技能竞赛活动

比赛时间: 2025年4月18日 比赛地点: 茂名市交通高级技工学校(茂南区工匠学院)

指导单位: 茂名市人力资源和社会保障局 茂名市总工会

主办单位: 茂名市茂南区人力资源和社会保障局 茂名市茂南区总工会 茂名市茂南区劳动竞赛委员会办公室 茂名市交通高级技工学校(茂南区工匠学院)

协办单位: 茂名市食品行业协会 茂名市茂南区劳动就业服务和技能鉴定中心 茂名市茂南区乡村振兴人才驿站 茂名市茂南区人力资源培训中心

承办单位: 茂名日报社 总冠名单位: 广东丰园饼业有限公司 支持单位: 东东蛋业(广东)有限公司 广东荔乡凤餐饮管理有限公司 茂名市鹿缘发展有限公司



中国罗非鱼之都



扫码看直播