

侨乡信宜“竹”香挑起游子游客味蕾

茂名晚报讯 记者李光耀 通讯员高干 知名侨乡信宜竹资源丰富,乡间野外随处可见青青翠竹。当地人不仅爱竹子的美,也爱竹子的味。他们传承发扬传统文化,让家乡的美食兼具竹子的“美”与“味”,竹子的清香为一道道菜肴注入了灵魂,让游子念念不忘,让游客食过“返寻味”。

日前,记者在信宜市平塘镇马安村马安竹海景区看到,四周是一望无际的万亩竹林。在一间名为“竹海小院”的小餐馆里,主人张文正热情地向游客推介马安村的特色菜肴,以及竹笋干等土特产。

在马安村土生土长的张文告诉记者,村子周围的大山里种有3万多亩毛竹,古时先民进入深山劳作时,会就地取材,砍下一节竹筒,装入适量的米和水,再加入些许咸菜,放在火堆上烤熟即可充饥。他现在的餐馆,卖的就是极具地方特色的竹筒饭和竹筒菜。

张文介绍说,在制作“竹筒饭”“竹筒菜”时,一般选用两三年左右竹龄的竹子,太嫩太细的竹子容易变形且竹香味不足。竹子砍伐后要立即锯开制作,竹子越新鲜,与食材搭配时就会越清香。可以说,一根好竹是竹筒饭、竹筒菜的灵魂所在。



用竹笋、竹荪等食材做成的“全竹宴”。

在“竹海小院”就餐的张姨说,她是信宜人,在香港工作多年,几乎每年夏天都会到马安村避暑,品竹筒饭、尝竹筒菜是每次行程的“标配”,竹筒饭、竹筒菜口感软糯不腻,香气扑鼻,充满儿时的味道。

据信宜市文化广电旅游体育局工作人员介绍,“全竹宴”是信宜三大特色宴席(李子宴、全竹宴、苦瓜宴)之一,

“全竹宴”制作历史悠久。“全竹宴”有两种方式,一种采用竹筒作为容器装着米、菜或蒸或烤熟,另一种是以竹笋、竹荪等食材作为原材料做成的菜肴。今年,该市通过研发,已将竹笋、竹荪等食材作为原材料的“全竹宴”的品类增至20多种,包含汤品、餐前凉菜、主菜、主食、精美点心、饮品等,更加注重荤素搭配,颇受市场追捧。

巾帼志愿者清理雨后断枝落叶

茂名晚报讯 记者陈琴 通讯员洗燕玲 卢坤华 受台风“韦帕”带来的强风和降雨影响,高州洗太广场和潘州公园出现树木倒伏、枝叶散落等情况。7月22日清晨,高州市巾帼志愿者协会青松服务总队的志愿者们自发开展清理行动,用三小时让洗太广场和潘州公园恢复整洁,以实际行动诠释“巾帼力量”。

台风导致断枝横路、落叶铺满

草坪、排水沟堵塞。清障行动中,志愿者们做好分工,有人踮脚下悬在枝头的断枝,有人弯腰捡拾藏在草丛里的垃圾,有人蹲在排水沟前清理淤泥和杂物。手套磨脏了,衣服被汗水浸透,她们却顾不上休息,彼此的吆喝声、工具碰撞声交织成最动人的晨曲。

“这点累算什么,看着环境一点点变干净,比啥都强。”一位志愿者

擦着额头的汗珠,脸上却带着满足的笑容。三个多小时的忙碌后,曾经杂乱的广场恢复了平整,公园的步道重现整洁,积水排净后的路面露出了原本的模样。洗太广场重新迎来了晨练的人群,潘州公园的长椅上再次有了休憩的市民。“多亏了这些志愿者们,公园环境这么快就恢复了。”散步的老人竖起大拇指。

广中医大学生开展暑期“三下乡”助残活动

茂名晚报讯 为响应2025年全国大中专学生志愿者暑期“三下乡”社会实践活动的号召,广州中医药大学第三临床医学院“践”青春队把目光投向了盲人群体。在茂名市爱心残疾人职业培训学校的支持与帮助下,该志愿队16名志愿者今年再次陪同该校的盲人学员来到中国第一滩,让他们感受大海的魅力,这是他们连续两年开展的助残志愿活动。

兵马未动,粮草先行。考虑到天气炎热,容易中暑,志愿者们充分发挥专业优势,把课堂上学的中医养生知识活用起来,为盲人学员准备了绿豆沙。绿豆煮得软糯,配上爽脆的海带和清甜的冰糖,清热又解暑。

“仍然自由自我,永远高唱我歌……”公交车上,大学生志愿者和盲人学员一起放声高唱《海阔天空》。大家越唱越起劲,歌声温柔又充满力量,直击人心。在欢歌笑语中,盲人学员想到即将抵达海边,心里充满着期待和喜悦。

到达海滩后,志愿者当起了“声音导游”,一对一陪着盲人学员沿着海滩散步,共同感受扑面而来的“咸味”海风。“现在脚下踩着的是沙子,很细很软,海水一冲,它们就在脚下动呢。”志愿者们说着,引导盲人学员用脚去感受沙子的流动与温度变化。走



大学生志愿者与盲人学员在海滩上用贝壳作画。

着走着,盲人朋友弯腰捡起一枚贝壳,用手仔细地摸着它光滑的纹路,满脸好奇与欣喜。虽然盲人学员无法目睹眼前的风景,但队员们全程用心用情,带着他们用耳朵听、用脚踩、用手摸,用一种新的方式“看”到了大海。

在海边,大家蹲在沙滩上,用捡来的贝壳开始“创作”。“我们要在这里留下自己的作品!”在队员引导下,盲人学员用贝壳在沙滩上摆出了一幅特别的“人体图”——扇贝当眼睛,海螺做鼻子……一个用贝壳拼成的、活泼有趣的“小人”慢慢成形。不少路过的游客都停下脚步看,忍不住夸

赞。他们用这种特别的方式,热烈地向大家展示着自己天马行空的想象力和昂扬向上的生活态度。

返程途中,盲人学员提议大家一起唱《讲不出再见》。深情的歌声里,满满都是对这次海边之行的留恋与不舍。茂喜幸开心地说:“今天我玩得特别高兴!咱们明年还要来!”这不仅是他的心愿,也是大家心里早就说好的约定。

(茂名日报社全媒体记者 岑稳 通讯员 廖钊博 卢奕成)



扫一扫 看视频

“创平安,拒毒品” 霞洞镇开展禁毒宣传进社区活动

茂名晚报讯 记者李光耀 通讯员崔丽婷 近日,电白区霞洞镇禁毒办联合霞洞社区开展了以“创平安,拒毒品”为主题的禁毒宣传进社区活动,深入贯彻落实禁毒工作要求,增强社区居民的禁毒意识,营造健康、和谐、无毒的社区环境。

活动伊始,社区工作人员在社区广场悬挂醒目的禁毒宣传横幅,摆放内容丰富的禁毒知识展板。展板上详细介绍了传统毒品与新型毒品的外观、特性,以及吸毒对个人身体、家庭和社会造成的严重危害,吸引了众多居民驻足观看。

宣传过程中,禁毒社工们热情地穿梭在人群中,将一本本精心制作的禁毒宣传手册发放到居民手中。这些手册独具匠心,不仅有通俗易懂的文字说明,还配上了生动形象的漫画,让禁毒知识变得更加直观易懂。社工们用那亲切温和的语言,结合一个个真实发生的案例,为居民们深入讲解毒品的成瘾机制、常见的吸毒诱因以及行之有效的预防吸毒方法。他们的讲述声情并茂,让居民们仿佛置身于那些被毒品摧毁的故事之中,深刻感受到毒品的可怕。同时,工作人员还积极鼓励居民们行动起来,主动参与到禁毒工作中,一旦发现涉毒违法犯罪行为,要及时向公安机关举报,共同守护社区的平安。

活动现场,仿真毒品模型展示区成了焦点。居民们围拢在模型周围,近距离地观察着不同种类的毒品。以往,他们只是在听闻中对毒品有模糊的概念,而这次亲眼所见,让他们对毒品有了更清晰、更深刻的认识。居民们纷纷感慨,这真是一次难得的学习机会,以后一定会提高警惕,坚决远离毒品。大家还自发地呼吁身边的人,要“珍爱生命,远离毒品”,声音中充满了对健康生活的渴望和对毒品的坚决抵制。

此次“创平安,拒毒品”禁毒宣传进社区活动,共吸引了200余名居民参与,发放宣传资料186余份,接受咨询90余人次。活动的开展有效提升了社区居民的识毒、防毒、拒毒能力,增强了大家参与禁毒斗争的积极性和主动性,为创建无毒社区、构建和谐社会营造了良好的氛围。



高州市古丁镇大冲村的“响水”瀑布是当地的一道生态风景线。随着夏日水涨,“响水”瀑布更加壮观,两股河水从岩石上飞跃而下,水声阵阵,震撼人心。瀑布上方,蓝蓝的天上飘过朵朵白云,煞是好看。

茂名晚报记者 张海锋 通讯员 黄诒高 摄