

茂名市消委会发布“双十一”消费提示

茂名晚报讯 记者黄楚凡 通讯员李珊 随着一年一度“双十一购物节”的来临,各大电商平台的促销活动已陆续启动,线上线下购物气氛日益浓厚。为保护广大消费者合法权益,引导科学、理性消费,规避购物风险,茂名市消委会特此发布以下消费提示:

选择正规平台,保障交易安全

请优先选择资质齐全、信誉良好的电商平台或直播间进行购物。务必警惕各类不明链接与营销活动,不轻易泄露

个人重要信息。坚持使用平台官方渠道完成支付,拒绝任何形式的私下交易或向个人账户直接转账,确保资金安全。

看清促销规则,警惕价格陷阱

请勿轻信“低价”宣传,建议提前了解商品平日价格,防范“先涨后降”等虚假优惠。请仔细阅读预售、满减等复杂活动规则,特别留意使用条件与退款政策。支付定金前须谨慎,明确尾款支付时间和商家发货责任,注意消费者单方面取消订单时定金可能不予退还。

坚持按需购买,理性规划消费

建议消费者提前制定购物计划,按实际需求购买,避免因促销氛围而冲动消费或过度囤货。面对直播带货等推荐商品,请保持冷静,仔细核查商品详情,不盲听“网红”宣传。特别是对食品、化妆品等有保质期的商品,要合理估算用量,防止造成浪费。

“双十一”购物节期间当消费者遭遇虚假宣传、商品质量缺陷、拒不退换货等问题时,可依据《消费者权益保护法》《消

费者权益保护法实施条例》和《电子商务法》等相关法律规定维护自身权益。维权途径可依次选择协商解决、平台介入、投诉举报、司法诉讼。一是先通过平台客服发起投诉,要求商家履行退换货或赔偿义务;二是若协商未果,可申请交易平台介入处理;三是平台处理不佳可通过12345、12315热线向有关行政部门投诉举报,也可通过“消协315”投诉平台向消协组织投诉;四是如果涉及金额较大、情节严重,也可向人民法院提起诉讼。

弱冷空气持续影响 这几天早晚清凉 注意添衣

茂名晚报讯 记者冯小飞 通讯员谢韶 据市气象台预计,本周前期受弱冷空气持续影响,多云到晴,气温逐日下降;后期晴好天气持续。早晚清凉,昼夜温差加大,需注意适时增减衣物;沿海海面风力较大,需注意海上作业和海上交通安全。

预计,11日,多云,19~27℃;12到13日,多云到晴,17~26℃;展望14日到16日,晴到多云,气温小幅回升,早晚清凉。

另外,今年第26号台风“凤凰”(台风级,13级)10日早晨已进入南海,预计,“凤凰”将以每小时10-15公里的速度向西北方向移动,强度再有所加强,之后转向偏北方向移动,趋向台湾海峡南部海面,对我市无直接影响。

市气象台提醒,干燥天气多,森林火险气象风险较高,注意用火安全。冷空气影响频繁,昼夜温差加大,需注意适时增添衣物。沿海海面风力较大,需注意海上作业和海上交通安全。

传递运动乐趣 感受篮球魅力

茂名滨海新区篮球协会“送教进校园”活动启动



茂名晚报讯 记者 赖碧怡 黄宇彬 11月10日上午,茂名滨海新区篮球协会“送教进校园”活动首站走进电城镇海茂小学,为学生带来了一堂专业又有趣的篮球课。此次活动由茂名滨海新区管理委员会科教文旅局指导,茂名滨海新区篮球协会主办,通过专业篮球教学点燃学生的运动热情。

“加速加速!”“步子可以再迈大一点,投球的时候注意膝盖弯曲。”活动现场,来自茂名滨海新区篮球协会的专业球员化身教练,围绕篮球基础

技能开展教学,从运球姿势矫正到原地传球技巧,再到投篮动作规范,教练们一边耐心讲解,一边俯身示范。课堂氛围热烈,同学们紧盯着教练的动作,跟着教练反复练习,感受篮球运动的魅力。“我很喜欢打篮球,这堂篮球课很有意思,学到了很多平常没接触的知识,今天教练还夸我运球动作很标准!”活动结束后,海茂小学四年级学生吴同学兴奋地分享着自己的收获。

电城镇海茂小学校长陈雄清表示,此次与篮协并肩开展活动,以热

爱为肥、以专业为引,既能让篮球种子在校园生根发芽,更能让更多孩子因体育绽放活力,受益终身。据他介绍,学校一直十分注重体育教育,开设了篮球、乒乓球、足球等兴趣班,配备专业体育老师教学,全面培养学生的运动兴趣,而这次篮球教学课将为学校体育教育注入新的活力。

活动尾声,茂名滨海新区篮球协会还为海茂小学赠送了篮球、球服等篮球器材,切实解决学校体育器材需求。茂名滨海新区篮球协会会长黎茂权表示,这次举办“送教进校园”活动不仅是一次体育教学的补充,更是一次体育精神的播种。活动核心目标在于为学生提供专业篮球启蒙教育,传授基础技能与运动安全知识;激发学生对篮球运动的兴趣,培养团队协作、坚韧拼搏的体育精神;同时补充乡村学校体育教学资源,助力教育均衡发展,搭建校园篮球交流平台。

据悉,滨海新区篮球协会还将陆续走进电城镇第三小学、爵西小学及博贺学校、龙山中心小学等7所滨海新区小学,为更多学子带去专业篮球教学,传递运动乐趣。

化州牛杂:暖心暖胃家乡味

文/图 茂名日报社全媒体记者 池榕



据说化州民间有句这样的谚语:“除却牛杂不成市,没有牛杂不成墟”。化州人擅烹牛也爱吃牛,牛腩档遍布大街小巷。大汤锅里放两个小罐子,一把剪刀,几把竹签和铁线叉,是牛腩档的标配。

有人说化州牛杂始创于清朝咸丰年间,也有人考究过煲牛杂的烹饪技术成型于上世纪70年代。化州牛杂是清汤牛杂,和其他地方的牛杂不同,清洗干净的牛腩、牛杂放入大锅煮开后捞起,再和高出汤、白萝卜和香料等继续炖煮,

新鲜的食材简单的做法,味道却一流。赶时间或者不知道吃什么的时候,来一碗香喷喷的牛腩粉,底下铺满裹着鲜美汤汁的河粉,嗦一口,既果腹,又满足。炖煮得软嫩弹牙的牛腩、牛肚、牛板筋、牛百叶……还有萝卜、豆炸,想吃什么就让老板剪什么,一串3元至5元。还有一个重要角色不能忽视,免费的牛杂汤,想喝多少老板就盛多少,鲜美好喝,是多少在外游子最念念不忘的家乡风味啊!

化州牛杂2021年入选我市第六批市级非物质文化遗产代表性项目,不仅成为我市的美食名片之一,还形成了一个产业群,创造大量的就业创业机会。秋风起,来一碗热气腾腾、鲜嫩弹牙的牛杂吧!



化州牛杂

美食介绍

化州牛杂其特别之处在于清汤。与其他区的浓汁牛杂不一样,化州牛杂就一锅清汤,上面浮着一层透亮金黄的牛油,汤里清澈无比,无杂质血沫,各种牛杂之间味道相互渗透,牛杂的香味与汤的鲜甜味充分融合,让人欲罢不能。