

幸福茂名 给“荔”盛夏

# 2023“粮丰园”魅“荔”茂名百公里骑行活动周日开骑

■茂名日报社全媒体记者 柯燊灵

本报讯 由中共茂名市委宣传部分、茂名市文化广电旅游体育局指导,茂名日报社主办,高州市人民政府、茂名市社会体育与训练竞赛中心协办的2023“粮丰园”魅“荔”茂名百公里骑行活动将于2023年7月2日(周日)重新开骑,继续带领骑友们感受茂名山水之美、人文之美、乡村之美,共享甜蜜盛夏。

日前,由于原定活动时间内,我市频繁遭遇强降雨天气,严重影响活动整体线路的安全性。出于安全考虑,经组委会与相关部门进行多次现场勘察工作,2023“粮丰园”魅“荔”茂名百公里骑行活动决定延期至7月2日举行。

自推出本次活动以来,一直备受关注,参与活动的骑友报名火热,更是有专业骑行俱乐部成

员组队前来参与本次活动。在这个荔红时节,骑行者们将用探索和游玩的自由心态,感受茂名绿色生态圈的风光美景;用全新的视野,瞭望茂名乡村振兴和美乡村建设成果,体验骑行的魅力,认识茂名历史发展。活动主办方也将通过活动向广大骑行者呈现出别样的文化传播,打造出“幸福茂名给‘荔’盛夏”的旖旎秀丽风光,积极推动全域旅游

蓬勃发展,以绿色、低碳、健康的方式,彰显茂名海滨城市的活力和风采,开启绿色出行和全民低碳的新时代。

据悉,骑行活动全程98km,起点和终点定于中国荔枝博览馆,线路以高州市境内风光秀美的省、县、乡村道路为主,辅以部分特色路段(山林路或田间路、堤坝路等),沿途树木成荫、山清水秀、风光旖旎、荔枝遍布、红荔飘香,美丽乡村点缀其中,特点景点串珠成链,一路驰骋,随处可见生活气息浓郁的乡村生活景致。

值得一提的是,这次活动得到了总冠名单位广州酒家集团粮丰园(茂名)食品有限公司和战略合作单位甘纯氏、绿盒王老吉的支持。同时得到了茂名市红十字会、茂名网、骑行天下、联盟网、阳江蓝天救援队、EVR、31号单车、喜德盛自行车茂名专卖店的技术支持。

## 化州南盛街道调动各方力量助夏收

■文/图 记者 文华春 通讯员 王晓云

本报讯 近段时间,面对暴雨极端天气的影响,化州市南盛街道调动各方力量,与时间赛跑、与汛情争粮,全力打好夏收硬仗。截至目前,全街道200名党员干部进村入户,帮助群众抢收玉米、辣椒、马铃薯、番薯等620多亩。

调动相关部门力量,压实责任。街道党工委召开专题工作会议,明确工作职责和工作目标;通过LED、微信群、乡村大喇叭、横幅等多种方式把夏收相关注意事项宣传到户,解释到位,落实到位;建立街道领导包村、干部联户机制,严厉打击压价收购农产品、哄抬收割机械费用等扰乱市场秩序行为。

调动街道干部力量,深入排查。组织街道干部进村入户深入排查,收集汇总夏收问题,并及时逐一解决;组织农技人员深入田间

地头,查看水稻被淹情况,并对被雨水浸泡的稻田进行排水处理,指导农户科学处置;组建6支由党员、志愿者组成的夏收志愿队,配合村“两委”统筹协调各方帮扶力量助收帮工,确保夏收不漏一户、不漏一田。

调动直播带货力量,助力销售。聚焦种植大户农副产品销售难点问题,街道党工委充分发挥政府引领职能,强化服务举措,邀请融媒体中心上门为农户加大宣传,邀请有一定知名度的直播帮忙带货,通过“线上+线下”的形式推介当地特色农产品,以网络直播拓展销售渠道,扩大区域农特产品知名度,打通制约农特产品销售的堵点,将南盛的农产品“云”销售到全国各地。

群众利益无小事,南盛街道党工委在调动各方力量,帮助村民解决夏收问题的同时,组织村民利用田间墒情好的有利时机,扩大复播、复种面积,确保全年粮食丰产丰收。



化州南盛街道特色农产品助农帮扶直播现场。

## 我市两名男子勇救落水者 “什么都不想,救人!”

■文/图 记者 杨珮琳 通讯员 茂交宣

本报讯 6月23日上午,茂名交警铁骑大队工作人员黄青玉与供电施工人员徐浩相互配合,在小东江成功将落水者梁先生救上岸。前日下午,黄青玉回忆事情经过时直言:“当时水流很急,我什么危险都顾不上,什么都不想,救人!”

记者了解到,6月23日上午10时20分,梁先生因醉酒而跌落小东江。黄青玉、徐浩恰好经过看到,立即上前施救。黄青玉是名退役军人,水性好,迅速潜入了水中寻人。不懂游泳的徐浩在周

边寻找棍子,同时紧盯水面情况。在水里搜寻了大概5分钟,黄青玉没有找到落水者,于是把头探出水面,问徐浩的观察情况。

突然,徐浩留意到水面有个地方直冒泡泡,赶紧跟黄青玉说明具体位置。黄青玉游到冒泡处寻人,约用时3至4分钟,找到了落水者。此时,落水者已失去意识。黄青玉咬紧牙关,全程托举落水者,用力使其面部高出水面,慢慢将其移到岸边。

10时39分,徐浩打电话报警。看到落水者意识不清,且脸部发黑,黄青玉进行紧急施救。他用力按压对方腹部,使其吐出污水。按压约3至4分钟,黄青玉

看到对方的脸色开始由黑转红。此时,派出所民警赶到现场,梁先生与徐浩瞬间松了一口气,悬着的心终于踏实了。徐浩告诉记者:“我目测当时的水位应有两米,且那会儿天阴沉沉的,感觉将要下暴雨。还好在暴雨来临前,我们将人救上来了。”

前日下午,梁先生手拿写有“救人危难 恩重如山”的锦旗,送到市公安局交警支队,向黄青玉、徐浩当面致谢(如图)。梁先生眼睛泛红,略微哽咽,他说:“活着就好。很感谢你们,没有你们,可能我就没了……”面对感谢,黄青玉、徐浩均表示救人出于本能,叮嘱梁先生以后要注意安全。



## 信宜镇隆一青年回乡探亲勇救2名溺水儿童

■茂名日报社全媒体记者 邓巴坤 陈美任 通讯员 陆波 曾碧玉

本报讯 6月22日早上,信宜镇镇隆镇德乔村2名儿童在鱼塘游泳时溺水。千钧一发之际,回家探亲的黎辉源跳水救起2名溺水儿童,经检查均平安无事。

昨日,记者从德乔村村委会了解到,为表彰黎辉源见义勇为、乐于助人精神,德乔村村委会于前日下午向黎辉源颁发了见义勇为荣誉证书和500元奖金。

金。由于黎辉源已外出惠州工作,黎辉源的父母来到德乔村村委会,代黎辉源从村书记手中接过了荣誉证书和500元奖金,并根据黎辉源的意愿,当即把奖金捐给了村委会用于公益事业。

黎辉源是德乔村人,今年26岁,平时在惠州工作。当日早上,他来到事发鱼塘附近探亲。上午11时许,黎辉源在亲戚家听到村民的呼救声,立即跑到事发鱼塘,对溺水儿童进行施救。

记者视频电话采访了黎辉源。他说:“当时情况十分危

急,我来到现场一看,见一个孩子浮在水面不动了,没时间考虑,把手机扔在地上,跨过围栏游过去把他拉了上来。把一个小女孩救上来后,周边群众说,还有一个在水里沉了下去,我就再游出去,慢慢摸索着走,到水深大概有2.5米的地方,脚就碰到另一个,然后我就潜水下去,把他拖了上来。当时两人都已经昏迷,大家立即帮忙抢救。”黎辉源轻描淡写地说起当时救人的经过。他表示,由于鱼塘很小,整个救人过程不到一分钟。

两个孩子被救起后处于昏迷状态,现场多名群众立即开展抢救,两个孩子不一会儿就苏醒了。两名孩子苏醒后,救护车也来到了现场,村党总支书记张林建议把两个孩子送往医院做进一步检查治疗。后经医院检查,他们没有什么大碍,很快就送回家休息了。

据了解,两名溺水儿童年龄都在10岁左右,当天相约到事发鱼塘游泳,并自行拆开鱼塘防护铁丝网进入鱼塘游泳,不幸发生溺水。

记者在事发的鱼塘看到,鱼塘的面积很小,只有100平方米左右。鱼塘四周是一米多高的水泥栏杆,中间有一个入口,是用铁丝网进行围蔽的。入口旁边立着一块防溺水警示牌,“珍惜生命,请勿下水”的大字十分醒目。

为了弘扬正气,传播社会正能量,德乔村两委研究决定,对黎辉源见义勇为、乐于助人、勇救溺水儿童的事迹进行表彰奖励,并呼吁广大党员、干部、群众向黎辉源同志学习。

沈荣贺这样说道。据了解,当天车辆因下坡转弯失控发生侧翻,目前伤者救治情况良好。当晚,伤者的家属特意打电话到供电所向沈荣贺两人表示感谢。供电人见义勇为的杰出精神,弘扬了社会新风尚,汇聚了社会正能量。

“在那个时候,肯定想的是先救人,我相信无论是谁看到了都会像我们这样做。”事后回忆,沈荣贺这样说道。据了解,当天车辆因下坡转弯失控发生侧翻,目前伤者救治情况良好。当晚,伤者的家属特意打电话到供电所向沈荣贺两人表示感谢。供电人见义勇为的杰出精神,弘扬了社会新风尚,汇聚了社会正能量。

## 信宜供电员工施援手 解车祸伤者于危难

■通讯员 叶茂 廖香兰

本报讯 近日下午17时许,南方电网广东茂名信宜供电局池洞供电所供电人员沈荣贺和林明结束工作驾车返回供电所时,发现一辆小货车侧翻在207国道新垌路口附近的公路上。

此地正处于下坡路段,若不赶紧采取行动,则可能导致更严重事故的发生。两人立马下车查看。

经查看,发现该车挡风玻璃已受损,同时车内传来呻吟声和呼救声。仔细一看,事故车内有两人,一人状态正常,在两位供电人员的帮助下自行

爬出车窗,而另一人因为腿部骨折困在车内无法动弹,突发事故和身体的疼痛让他面色苍白。“不要担心,我们马上救你出来。”沈荣贺一边安抚伤者情绪,一边拨打120、122请求救援。林明则在车辆前后设置车道路急标志,防止造成二次事故。“小

心,慢一点!”随后,两人一起击落已破碎的前挡风玻璃,轻轻地扶伤者到公路外安全位置平躺等待救援,直到医务人员、交警到现场处理后两人才离开。

“在那个时候,肯定想的是先救人,我相信无论是谁看到了都会像我们这样做。”事后回

忆,沈荣贺这样说道。据了解,当天车辆因下坡转弯失控发生侧翻,目前伤者救治情况良好。当晚,伤者的家属特意打电话到供电所向沈荣贺两人表示感谢。供电人见义勇为的杰出精神,弘扬了社会新风尚,汇聚了社会正能量。

## 化州市开展禁毒系列宣传活动

推进毒品预防宣传走深走实

■茂名日报社全媒体记者 梁郁文 通讯员 陈杨吉 董天忠

本报讯 为进一步推进毒品预防宣传活动走深走实,5月以来,化州市禁毒委面向全市广大群众开展了一系列宣传活动,积极开展禁毒宣传进校园

活动,化州各级各类学校的高度重视和积极响应,广大师生热情参与。创新开展禁毒诗歌、书法、绘画作品评选活动,共收到4000余件精彩的禁毒作品。指导教师们纷纷表示,在此次活动中,学生既学习了到了禁毒知识,还以实际行动参与其中,收获满

满,禁毒的“种子”种在了学生的脑中心里。

“中华儿女,不忘国耻,拒绝毒品,从我做起……”在化州市首个村级禁毒主题公园(良光镇茅山村禁毒主题公园)启用揭牌仪式现场,茂名市禁毒办主任带领大家共同宣读

禁毒誓言。化州市公安局、良光镇党员干部和良光镇部分学生代表,是禁毒文化主题公园的首批参观者,他们通过听讲解、看图文、观模型、参与互动答题等方式,深入了解我国禁毒史、毒情形势和禁毒成果,对当代毒品的种类、危害有了更

深刻的认识。在化州市南盛街道谢村村禁毒就业帮扶基地,工作人员设置禁毒活动会场,邀请南盛街道党员干部、戒毒康复人员及辖区村民参与禁毒知识答题活动。在一问一答间,加深了参与者对毒品种类、毒品危害的认识。

## 市烟草局开展消防隐患大排查

■记者 张伍 通讯员 陈金妹

本报讯 为深入贯彻落实党中央、国务院、省委、省政府关于开展重大事故隐患排查整治2023年行动的决策部署以及《广东省2023年消防安全重大风险隐患大排查大整治实施方案》要求,昨日,市烟草专卖局(公司)物流配送中心开展2023年消防安全重大隐患大排查大整治行动。

检查人员采取听、问、查、实地走访的形式,深入园区全方位检查,特别是针对仓库、分拣场、地下室、消防控制室、气泵房、新能源车充电桩等重点场所开展消防安全重大隐患大排查大整治,重点检查各场所消防疏散通道是否畅通,安全出口是否封闭;安全警示标识是否正常;应急疏散设施及灭火器配置是否齐全有效;员工是否熟悉掌握消防器材使用方法等情况,并现场测试了火灾自动报警系统、室内消火栓的运行情况。

从检查的情况来看,大部分员工对消防安全防范意识较高,能够严格落实各项消防安全制度,对消防器材设施技能掌握较为熟练,但仍有个别场所存在安全警示标识破损、配电箱未上锁、易燃可燃物品未分类存放等问题,检查人员对发现的隐患当场提出了整改意见,并对整改情况进行跟踪了解,责令责任部门及责任人限期整改。

通过此次消防安全重大隐患大排查大整治行动,消除了园区内可能存在的重大安全隐患,提高了全体员工的消防安全意识,督促大家认真落实各项消防安全制度和措施,同时也加大了园区消防安全工作力度,做到防患于未然。

## 东岸镇加强敬老院消防安全管理 两敬老院开展消防安全应急演练



■记者 周燕红 通讯员 邝伟云

本报讯 为了加强镇敬老院消防安全管理工作,增强敬老院老人和工作人员的安全意识和防火自救能力,前日,高州市东岸镇政府组织工作人员到东岸镇敬老院和大潮敬老院开展消防安全应急演练活动。

在活动现场,工作人员首先用通俗易懂的语言分析了发生火灾的危险性、火灾报警和防火安全知识,讲解了灭火器、消防栓、指示标志、疏散通道、应急照明灯等消防器材的使用方法及这次演练的注意事项。演练中,当演练警铃响起后,敬老院老人在工作人员的协助下,紧张有序地撤离到了安全区域。随后,在模拟着火点,敬老院工作人员和老人在现场实操了如何正确使用灭火器(如上图,邝伟云摄)。

通过这次消防应急安全演练,进一步提高了该镇敬老院工作人员和老人的消防安全意识和对突发事件的应急处理能力。本次演练为做好敬老院消防安全奠定了坚实的基础,营造了“人人讲安全、个个会应急”的氛围。

## 健康知识：“两癌”三级预防知识

一级预防：健康教育和病因预防

一、什么是乳腺癌？

乳腺癌是发生在乳腺上皮组织的恶性肿瘤,近年来发病人数一直位列我国女性新发恶性肿瘤之首,目前乳腺癌病因尚不完全明确,但通过控制高危因素可降低乳腺癌发病风险。

二、乳腺癌有哪些典型症状和体征？

乳腺癌典型症状及体征表现为：乳房区域无痛性肿块、乳头溢液、皮肤橘皮样改变、乳头乳晕改变、腋窝淋巴结肿大等。

三、乳腺癌高危人群有哪些？

- 1.有乳腺癌或卵巢癌家族史；
- 2.月经初潮过早(<12周岁),绝经较晚(>55周岁),不孕或初次生育年龄晚(>35岁)？
- 3.未育、晚育及未哺乳；
- 4.长期使用富含雌激素的药物、保健品、营养品；
- 5.既往检查发现乳腺良性疾病,导管内乳头状瘤、乳腺不典型增生、原位癌等；
- 6.绝经后肥胖；
- 7.不良生活方式,如长期熬夜、长期进食亚健康食品等。

四、针对乳腺癌的病因有哪些预防措施？

- 1.避免过晚生育、尽量母乳喂养;围绝经期在专业医生指导下进行雌激素替代治疗。
- 2.遗传也是乳腺癌的高危因素,鼓励加强对有家族史人群的乳腺癌初筛。
- 3.乳腺癌的诱发因素与不良生活方式和环境卫生等有关,减少熬夜、合理释放压力、保持生活工作环境舒适等可有效降低患乳腺癌风险。