

记者探秘全民健身徒步活动信宜分线路: 用脚步体悟“青山在城、绿美水廊”现代生态都市魅力

■文/图 茂名日报社全媒体记者 张海峰
郑世全 见习记者 姚铭

本报讯“山海同行迎省运 全民助力‘百千万’”2025年茂名市第十一届全民健身徒步活动将于12月20日盛大开启。信宜分会场徒步线路的起点设于体育公园足球场,途经山背湖公园、月牙湖公园、塘面湖公园、笔架山公园、书香公园、中轴广场和山水公园,终点为茂坡湖公园。全程约13公里的生态廊道,贯穿了运动活力、湖光山色、人文地标三大主题,充分呈现了玉都新区“青山在城、绿美水廊”的城市设计美学。这条线路到底有何魅力?记者带你抢先体验。



体育公园。



体育公园

记者第一站来到信宜体育公园。该公园位于玉都新区活力湾,占地面积约16.24万平方米,包括体育馆、商业配套服务房、服务中心共3个单体、石头坪湖、室外运动场地及园林绿化场地。室外运动场地包括8片篮球场、1片标准足球场、1片7人足球场、6片5人足球场、3片排球场、4片网球场、1片极限运动场、一处儿童游乐场,以及一处滨水码头,设置有2000米沿湖步道。此次徒步线路的起点就设在其标准足球场。

漫步在体育公园的步道上,树木成行,绿草如茵,开阔的视野令人心旷神怡;白色外墙的体育馆充满现代气息,内部的恒温泳池不时传出“刷刷”的破水声;巨大的足球形状和羽毛球形状的滑梯十分有创意,有小朋友欢笑尖叫着玩了一遍又一遍;绿网围着的多功能球场十分规整,篮球、羽毛球爱好者的欢呼声在这里此起彼伏;标准足球场看起来相当震撼,场上的阵阵训练声仿佛有种规律……

作为2026年省运会场馆之一,信宜体育公园强调人的参与性、休闲性和教育性,是一个集科普益智、运动康体、观赏游玩、山水体验于一体的综合性文化广场,已经成为了信宜市民休闲活动的重要场所。



山背湖公园。



山背湖公园。

山背湖公园

沿着徒步线路,记者第二站抵达了山背湖公园。山背湖公园位于包茂高速六运连接线南侧,占地面积116.84亩,水域面积达65.4亩,分上下湖,中间有多级鱼鳞坝式梯级跌水,颇有趣味。该公园相当静谧,碧绿的湖面平静如镜,倒映着蓝天白云,记者沿着环湖栈道慢行,心灵也悄然安宁。

月牙湖公园

从山背湖公园出来,下一站便是月牙湖公园。与山背湖公园相比较,月牙湖公园水域面积30.64亩,显得有点小巧精致。湖岸间隔插种着成片的红龙草——紫红色的茎叶直直朝天,而白色的球状花序则落满枝条顶端,远远望去如同紫霞中点缀着星辰一般,煞是好看。当天许多宝妈推着婴儿车沿湖边散步,有的小孩在车上安然酣睡,有的坐立起来四处张望,还有的跟在妈妈身边欢声奔跑……



塘面湖公园。

塘面湖公园

塘面湖公园与月牙湖公园紧挨着,也与华南师范大学砺儒高级中学仅一路之隔。阳光下,58.97亩的湖面波光粼粼,岸边的绿树,盛放的三角梅、红褐色的学校建筑,在水中相映成趣。靠近学校的亲水平台上,有一块巨石,前面写着“沉李浮瓜供枕簟”,后面写着“苍松白石伴琴棋”,正是出自丘处机的《忆江南·山中好》,与“活力水岸、书香湖畔”的公园主题相得益彰。

笔架山公园

笔架山公园保留着原生态山体景

观,1.2公里登山步道串联起松涛林与观景平台,490多亩山林间,休憩市民享受着静谧的森林疗愈。拾阶而上,颇有“书山有路勤为径”的意境。行至该线路末段即将出山时,一棵黄药大头茶树撞入眼帘——其花瓣洁白,蕊蕊金黄,叶片深绿,整体形态优雅,远处看起来犹如白玉蝴蝶落满枝头,给登顶下山的人一个巨大的惊喜。

书香公园

从笔架山公园出来,横穿南玉大道便到了书香公园次入口。书香公园以岭南园林风格打造,既有1200米环山跑道蜿蜒其间,也有通幽的步阶竹林小路助你登顶。从次入口登山,漫步于松柏竹林之间,婉转鸟鸣萦绕在耳边,空气清新怡人,满眼尽是郁郁葱葱,仿佛间心灵得到了洗礼熏陶。

中轴广场

中轴广场上,70.38米高流云阁地标挺拔矗立,吸云开、云雾二山胜景,兼新、旧二城之地脉,蓄势而生,有“云开深处见信宜”之意。在徒步线路上远眺流云阁整体造型,恍惚间似乎看见,以云顶为始端,有潺潺流水经流云阁云顶、百步阶梯,汇入中轴广场,流向玉心湖,滋养着信宜大地,正好对应了“云化雨、润万物”的理念。还有红蓝色天桥横跨南玉大道,链接玉心湖与早喷广场,玉心湖湖色清澈,早喷广场周围草坡高低起伏,还有桂花悄然盛开,香气沁人心脾。

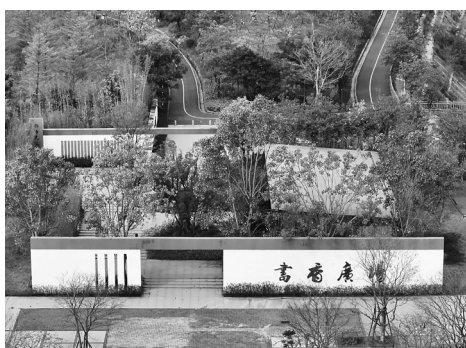
山水公园

沿着徒步路线继续前进,便来到了山水公园。山水公园位于玉都新区核心区,占地面积约16万平方米,以秀美自然山水为基底,通过连通现有河涌、滨江及农田资源,构建“一湖三山”生态格局,园内有研学广场、书墨亭、亲水平台、水山栈道、观湖平台、林间漫步道等,打造了一个以多元文化元素为内涵的开放式滨水生态山水公园。青山绿水间,有人在散步,有人在骑行。湖边还设置了长椅,若是走累了,可以坐下稍作休息,看着开阔的湖面和郁郁葱葱的山林发会儿呆,凉风拂面而来带走燥热,可以说是舒适极了。

茂坡湖公园

从山水公园出来往北走,记者终于来到了此次徒步线路的终点站——茂坡湖公园。茂坡湖公园占地150多亩,水域面积达111.9亩,是此次线路公园中水域面积之最。湖中共设置3级梯级跌水,在正午的阳光下,湖面碧波粼粼泛着好看的闪光。若是能从高空俯拍,便会发现各级跌水湖面竟然是不一样的“绿”色,有的是墨绿色,有的是翠绿色,还有的是蓝绿色,有趣又好看。此外,南玉大道还从茂坡湖上方横空穿过,如果你不经意走到了这个天桥上,那恭喜你,你找到了一个拍摄茂坡湖公园的好机位。

“十四五”开局之初,信宜以《玉都新区城市设计》为纲领,将“绿水青山就是金山银山”理念深植城市肌理,延续云开、云雾两大山脉格局,重现青山入城的自然本底,构建山江城一体的宏观格局。此次徒步路线便是信宜“青山在城、绿美水廊”城市设计的鲜活样本,途经的8座主题公园、1个城市广场以及“一江六湖五涌”生态体系中的五大湖泊,直接串联起玉都新区北部山水居、中部现代城、南部活力湾三大功能片区。沿途配套设施完善,徒步市民可体验从活力运动到静谧湖景,从自然生态到城市地标的多元场景,沉浸式感受信宜从历史文脉到现代发展的城市变迁。让我们相约12月20日,一起用脚步来体悟这“青山在城、绿美水廊”的现代生态都市魅力。



书香公园。



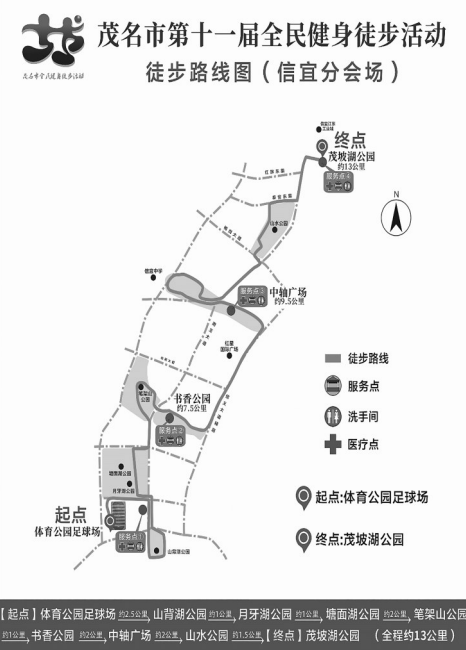
中轴广场。



山水公园。



茂坡湖公园。



留守不缺挚爱 寒冬更有温情

■文/图 通讯员 陈智聪 记者 杜燕盛

本报讯 近日,寒潮来袭,气温骤降。茂名市暖心公益协会携手退役军人等爱心人士,从茂名市区驱车130多公里赶赴信宜市怀乡镇木枋小学,为全校100多名山区儿童开展关爱活动,亲手送上定制的“暖冬校服”,用实际行动为孩子们驱散寒意、传递温情。

12月13日上午,木枋小学的操场上暖意融融。暖心公益志愿者与退伍老兵共同组织的“留守不缺爱,你我在一起”系列活动之“寒冬送暖”关爱行动在此拉开帷幕,100多名小朋友早已整齐列队,满怀期待地等候着爱心人士的到来。

活动伊始,退役军人、暖心志愿者代表与木枋小学校长周正举行了简短而庄重的物资交接仪式,将崭新的“暖冬校服”及各类体育用品郑重移交。当志愿者把红彤彤的新校服送到孩子们手中时,大家立刻迫不及待地将校服穿起来——低年级学生在志愿者的细心协助下整理衣扣,高年级学生则互相帮忙穿戴整齐,随后纷纷郑重地系好红领巾。顷刻间,操场上整齐排列的红色队伍,如同一簇簇朝气蓬勃的火焰,成为校园里最动人的风景线。交接仪式后,庄严的升旗仪式举行,同学们高举右臂行少先队礼,神情肃穆、动作整齐,爱国情怀在寒风中悄然激荡。

升旗仪式结束后,暖心公益协会会长陈智聪带领志愿者为孩子们开展爱国主义教育。“为中华之崛起而读书!”孩子们精神抖擞地振臂高呼,清脆而坚定的口号响彻山谷。来自信宜市红十字会的志愿者则带来了实用的急救知识课堂,细致讲解并演示“海姆立克急救法”“心肺复苏术”等操作要点,帮助孩子们从小树立安全防护意识。

随后的游戏环节让现场氛围达到高潮。志愿者们精心设计了多项互动游戏,孩子们踊跃参与,在欢声笑语中收获了丰富的小礼品,一张张笑脸被寒意衬得愈发灿烂。活动尾声,志愿者们推出精心准备的大蛋糕,与孩子们共同合唱《生日歌》,甜蜜的滋味在每个人心中蔓延。

天气虽冷,人心却暖。木枋小学的孩子用稚嫩的童声齐唱《听我说,谢谢你》,向远道而来的退伍老兵和志愿者表达感恩之情,真挚的歌声让在场所有人动容。

据悉,木枋小学100多名学生中,大部分为留守儿童。退役军人了解到学校尚未配备统一冬季校服后,便联合暖心公益协会发起爱心捐赠,此次活动捐赠的校服、体育用品、学习用品及小礼品等,总价值逾两万元。

陈智聪介绍,本次活动是“留守不缺爱”系列公益活动的第16站,该系列活动累计帮助超过3000名留守儿童。“我们希望通过持续的爱心行动,凝聚全社会力量,从生活帮扶、学业支持、心理疏导等多方面关爱留守儿童,助力他们健康快乐成长。”



阅读润童心 普法伴成长

■记者 陈英梅 通讯员 湛朋成

本报讯 为丰富辖区少年儿童周末精神文化生活以及法治意识与自我保护能力,日前,怀乡镇共青团联合镇妇联,在怀乡镇青年之家阵地开展“阅读+普法”主题活动。趣味盎然的阅读分享与干货满满的普法讲解相结合,让孩子们在轻松愉悦的氛围中收获知识、感受快乐,度过了一个意义非凡的周末。

活动现场温馨有序,各类儿童文学、科普读物、法治绘本整齐陈列,为孩子们搭建起沉浸式阅读空间。活动伊始,孩子们自主挑选心仪书籍静心品读,在墨香中汲取知识养分。随后的阅读分享环节,孩子们踊跃参与,声情并茂讲述童话故事情节,分享刚学到的交通安全、防溺水、防拐骗等安全常识,朗读书中经典片段,现场掌声不断,氛围热烈。

普法宣传环节中,工作人员结合青少年身心特点,用通俗语言和典型案例,讲解《未成年人保护法》《预防未成年人犯罪法》《禁毒法》核心内容,围绕“未成年人能做什么、不能做什么、哪些行为涉嫌违法”“如何识别毒品、远离毒品”等内容展开细致科普。互动问答环节中,孩子们积极应答,在趣味互动中加深对法律知识的理解与记忆。

此次活动是怀乡镇共青团与妇联立足青少年成长需求的务实举措。据了解,今年以来,该镇共青团、妇联已联合在周末、寒暑假开展“阅读+普法”系列主题活动40余场次,惠及辖区众多少年儿童。

找销路 更找出路 法官化身“联络员”架连心桥

■记者 许巨滔 通讯员 张扬 黄茵

本报讯 高州的稻田已换上了“金色新装”,沉甸甸的稻穗随风摇曳,掀起层层金浪,空气里弥漫着清甜稻香。“丰收在望”本是好事,可潭头镇的钟某却高兴不起来——这20亩水稻,不仅是家里的唯一收入,也是执行欠款的唯一“解药”。不料今年的收购价格不高,若是不能卖个好价钱,整个家庭将会陷入两难的境地。

故事要从两年前的说起。2023年冬天,钟某老母亲的哮喘病反复加重,每月的医药费已耗去大半收入,再加上读高中的儿子需要交学费、买资料,家庭开支像座压得人喘不过气的山。同村的张某看他实在困难,便主动凑了3.4万元借给他,并约定2024年末还清。转眼还款期限到了,张某几

次上门催要,都被钟某的窘迫堵了回来。“我现在是真的还不上,母亲的病没有好转,每天都要吸氧,今年的水稻收购价还掉了,我也很急。”钟某红着眼眶解释。张某觉得对方一直在推脱——这笔钱是他攒了五年的养老钱,本打算给儿子盖婚房用,眼看着婚期临近,资金还没着落,两人的关系也渐渐冷了下来。无奈之下,张某一纸诉状告到了高州市人民法院。

判决下来,钟某该还钱,可他确实拿不出。案件进入强制执行程序,执行法官罗勇第一时间启动“法院+综治中心+村委会”多元联动机制,一方面通过线上查控银行存款、车辆、房产等,另一方面到现场实地了解情况。

“法官,我真不是故意赖账。”见到罗勇时,钟某声音都带着颤,“全家就靠这20亩水稻,现在还没到最合适的收割期,要

是强行卖了,扣除收割费、运费,剩下的连一半欠款都不够。”

另一边,张某在村委会办公室也红了眼:“罗法官,我儿子的婚期已经定好了,现在砖瓦都没买,这该怎么办?”

驻村干部小李陪着罗勇在稻田里实地考察了一圈,金黄的稻穗擦过裤腿,颗粒饱满得能感受到沉甸甸的分量,虽未完全熟透,但已透露出丰收底气。

罗勇眼前一亮,这片金色的稻田,或许就是破解执行僵局的希望所在。

“法官,今年的价格不理想,我怕卖的钱不够还款……”旁边钟某忧心忡忡地说道。

产生迟延履行金,还能保住信用。”

钟某的眉头渐渐舒展,眼眶却红了。这些日子,他整夜整夜睡不着,既愧疚欠了张某的钱,又焦虑全家的生计,没想到法官会替他考虑得这么周全。“法官,我听你的!”他重重地点头,“只要能还清欠款,不耽误张大哥的事,要我怎么配合都可以!”

看着钟某坚定的眼神,张某想起往年两家互相帮助的日子——钟某曾帮他抢收过稻谷,他也给钟某的母亲送过药,心里的坚冰已渐渐融化。沉默片刻后,张某开口说道:“法官,我决定了,钟某只要给我还29000元本金就行,剩下的5000元本金和利息就算了,当是给他留些余地吧,他家里确实难。”

初步达成共识后,罗勇和驻村干部小李主动化身“联络员”,一起积极利用当地资源,多方打

听、联系本地商和其他经销商,询问收购意向。经过不懈努力,终于为钟某找到了合适的收购商,1.8元每斤的收购价,符合市场行情,甚至略高于预估。

田间机械轰鸣作响,收割机在稻田中来回穿梭,金黄的稻穗被卷入机身,脱粒、装袋、过磅,一气呵成,最后被源源不断地装进运输车中。罗勇和干警们全程记录重量,综治中心工作人员核对收割费用,收购商当场结算粮款。当钟某把29000元现金交到张某手里时,他们的手紧紧握在了一起。

“张大哥,对不起,耽误你这么久。”钟某声音哽咽,张某眼眶也湿了:“过去的事别往心里去,谁家没个难处。”夕阳西下,金色的阳光洒在两人身上,稻田里的稻香与两人脸上的笑容交织在一起,格外温暖。



扫一扫
来报名