

热点评说

万人同行绘盛景 久久为功谱新篇

——从第十一届全民健身徒步活动看茂名的民生温度与发展活力

吴捷

冬日暖阳洒满荔乡大地，徒步热潮涌动茂名城乡。2025年12月20日，以“山海同行迎省运全民助力‘百千万’”为主题的茂名市第十一届全民健身徒步活动热力开走，主会场联动四大分会场，四万八千余名市民沿着五条特色线路阔步前行，在青山绿水间丈量发展成果，在欢声笑语中凝聚奋进力量。这场规模盛大、全民参与的徒步盛会，不仅是一次全民健身的生动实践，更是一场干群同心的暖心互动，一番城乡蝶变的集中展示，堪称主办方送给茂名百姓的一份沉甸甸的民生厚礼。尤为值得一提的是，主分会场五条线路同步开走的创新模式，自2023年首次试行以来，如今已是再度落地，茂名市辖各市（区）步调一致、统一行动，这样的做法在全国范围内实属少见，是名副其实的创举与创新，值得为之点赞。

一场徒步活动，何以点燃全城热情？答案藏在“干群同行”的温情互动里。活动现场，市委书记庄悦群宣布启动出发，市长王雄飞为徒步代表授旗，市政协

主席刘芳为赞助单位授牌，一众市领导与市民群众并肩而行、亲切交流。在各市（区）的四个分会场，当地领导紧随主会场的步伐，同步宣布徒步队伍出发。无论是主会场还是分会场，领导没有高高在上的距离感，只有携手同行的亲切感。领导干部们走出办公室，走进山水间，与市民聊乡村变化、话省运期盼，在一步一行中倾听民声、体察民情。这种“俯下身”的姿态，让政务工作更接地气，让干群关系愈发紧密。当市领导与普通市民同走一条路、同赏一片景，当徒步队伍既有白发苍苍的老人，也有蹒跚学步的孩童，干群同心的暖流便在茂名大地上缓缓流淌，汇聚成推动城市发展的磅礴合力。

一场徒步活动，何以成为全民盛宴？关键在于“贴近百姓”的精心谋划。主办方没有将徒步局限于“走路”的单一形式，而是以五条线路为纽带，串起了自然景观、人文地标与发展成果，让徒步之路成为“观景之路”“文化之路”“惠民之路”。主会场

13.8公里的路线，从禄段古荔园到柏桥服务区，古荔林郁郁葱葱，美丽乡村错落有致，“百千万工程”的成效触手可及；电白分会场5.5公里的环山步道，三仙石云海翻涌，风车矩阵迎风转动，云端村落的蝶变令人惊艳；高州分会场的荔乡风情、信宜分会场的湖光山色、化州分会场的热带农业风光，各具特色、各有韵味，满足了不同市民的游玩需求。

更值得称道的是，主办方将“吃喝玩乐购”与徒步深度融合，让市民在运动之余尽享欢乐。主会场的“足迹点亮百千万”打卡活动，集章兑换纪念礼包与消费券，激发了市民的参与热情；沿途的非遗表演、乐队演唱、趣味运动，让徒步之路一路欢歌；各镇街的特色农产品展销、罗非鱼试吃、凉粉草补给，让市民大饱口福；还有“护苗润心”公益募捐、无偿献血宣传等活动，让徒步之行充满温情。这场徒步活动，早已超越了健身的范畴，成为一场集运动、文化、消费、公益于一体的

全民嘉年华，真正做到了“边走边玩、乐在其中”。

一场徒步活动，何以彰显城市担当？深意藏在“全民参与”的发展格局里，更藏在“线路检阅”的独特考量中。四万八千余人的参与规模，既有身着统一服装的徒步方阵，也有举家出行的普通市民；既有活力四射的年轻人，也有精神矍铄的老年人；更有残健融合队伍的温暖身影，他们在志愿者的陪伴下逐步向前，用行动诠释着“好心茂名”的包容与温度。不同年龄、不同群体的市民齐聚一堂，共同参与这场盛会，折射出茂名全民健身事业的蓬勃发展，更彰显出城市发展的全民共享理念。

而徒步线路的精心选取，更让这场盛会成了一份特殊的“民生答卷”。各市（区）一年来干了什么、有哪些亮点工作，线路所经之处的民风是否淳朴清正，当地政府的治理水平、统筹协调和领导能力是否经得起检验，都交给徒步的群众现场检阅。行走在整洁的乡村巷道，驻足于兴旺的产业基地，流连于秀美的生态

长廊，老百姓看在眼里、记在心里，在切身的体验中为家乡的发展打分、为政府的作为评议。这种以徒步为媒的检验方式，远比纸面上的报告更直观、更有说服力，更是检验当地政府是否重视民生实事的最好抓手。

活动中处处可见的省运元素，更是让这场徒步盛会成为迎省运的“预热场”。十五运会冠军队热身，省运会会歌响彻全场，吉祥物“荔荔”引得市民争相打卡，手印打卡墙写满对省运的祝福……这些精心设计的环节，既点燃了市民的运动热情，更唤醒了大家当好东道主、喜迎省运的责任与热忱，让“人人都是东道主，个个都是参与者”的理念深入人心。

尤为可贵的是，这场徒步活动始终与“百千万工程”同频共振。五条线路串联起的，不仅是茂名的山水之美，更是“百千万工程”实施以来城乡发展的巨变。从整洁靓丽的乡村民居，到蓬勃发展的特色产业；从功能完善的文化地标，到绿意盎然的生态廊道，徒步者走在路上，眼中

看的是风景，心中品的是发展。主办方以徒步为媒，让市民直观感受乡村振兴的丰硕成果，增强对家乡的认同感与自豪感，这种沉浸式的体验，远比枯燥的宣传更有说服力。

民心是最大的政治，民生是最好的答卷。茂名市第十一届全民健身徒步活动的成功举办，充分展现了主办方以人民为中心的发展思想，更体现了茂名这座城市的活力与魅力。这场活动，办在了百姓的心坎上，办成了老百姓喜欢的大好事。它不仅让市民收获了健康与快乐，更凝聚了城市发展的向心力，为即将到来的省运会营造了浓厚氛围，为“百千万工程”的深入推进注入了强劲动力。

这样的活动，有筋骨、有温度、有活力，值得年年办下去！期待下一届徒步活动再谱新篇，期待茂名以更加昂扬的姿态，在高质量发展道路上阔步前行，让全民健身的热潮持续涌动，让“百千万工程”的成果惠及更多百姓，让这座好心之城的明天更加美好！

山海同向 步履不停

陀宇（高州）

12月20日，以“山海同行迎省运全民助力‘百千万’”为主题的茂名市第十一届全民健身徒步活动欢乐开走。

这是一场绵延于茂名城山之间的集体行走。当市领导与市民一起并肩前行，我们看到的是一幅冬日愉悦、幸福的生动图景。可以说，这是一次对实施“百千万工程”阶段性成果的沉浸式检阅，也是对茂名近年来发展脉动的集体感知，更是一次凝聚全市上下力量、共同奔赴未来的行动。

用脚步丈量发展变迁。本届徒步活动精心设计的五条路线，有如五条跃动的脉搏，精准触摸着茂名高质量发展的肌理。主路线13.8公里，从禄段古荔园出发，穿行于元坝桥头村等美丽乡村，最终抵达柏桥服务区，一路蜿蜒，满目生机。它所串联的，不只是古荔园的千年记忆与乡村全新的容貌，更是“绿水青山就是金山银山”理念在茂名大地的鲜活实践。电白、信宜、高州、化州各分会场的路线，或登高览胜，或穿行公园湖泊，或探访农业科技前沿，无不将自然生态、人文底蕴与产业新业态巧妙编织。市民的脚步所至，目之所及，正是“百千万工程”实施以来，城乡区域协调发展的生动截面。徒步是移动的展廊，市民是发展的见证者和评阅人。

互动激活发展合力。此次徒步趣味盎然、亮点纷呈，其蕴藏的内涵已经超越了健身活动本身，是一场深度融合的嘉年华。从“足迹点亮百千万”打卡到非遗表演，从特色农产品展销到趣味运动，各种精心设置的环节，让市民在运动赏景之余深度参与其中。现场试吃罗非鱼、了解特色农产品，是对本土产业的直接支持；观看非遗表演，是对本土文化根脉的自觉亲近；打卡典型镇村，是对家园变迁的由衷自豪。党员干部与市民的

亲切交流、并肩同行，传递出全市上下同心同德、共谋发展的清晰信号。这种互动式、沉浸式的参与，极大地激发了市民的主人翁意识，为迎接省运会、推动高质量发展汇聚起广泛而深厚的发展合力。

山海同向奔赴未来。“山海同行”的主题寓意深厚，它既体现茂名拥山面海的地理风貌特征，又隐喻茂名统筹山海资源推动全域协调发展。此次徒步活动选择在乡道村路、山水田园之间展开，表明高质量发展的成果必须惠及城乡每一个角落，现代化建设的征程离不开每一片土地的焕新。徒步迎省运，将此举的意义进一步提升。省运会不仅是体育竞技的舞台，更是展示城市综合实力、文明风貌和发展成果的重要窗口。以全民健身徒步的形式预热省运，展现的是茂名以健康、活力、开放、自信的姿态迎接八方来客的决心。这里的每一步都在为茂名城市形象加分，这里的每一份参与与热情都在为发展氛围升温。

从更深层次来看，已持续举行了十一届的全民健身徒步，已沉淀为独特的城市文化现象和治理智慧的体现。它以体育健身为载体，将政策宣传、成果展示、文化传承、产业推介、民心凝聚等多重目标有机融合，实现了社会效益与公众参与的最大化。高质量发展不仅是经济数据的攀升，更是人的全面发展与社会活力的迸发；城乡融合发展不仅是项目的落地，更是情感认同的加深与共同记忆的塑造。

走出家门，用脚步丈量我们的家园，一种强大的内生动力被激活。这个动力，源自于对脚下这片土地的深切认同，源自于对身处的这个家园美好未来的殷切期盼。山海同行，步履不停。茂名正以更加坚实而欢快的脚步，走向更广阔的未来。

全民同行凝聚城市活力

罗本森（信宜）

当数万脚步循着茂名的山水脉络同步启程，当不同年龄、不同职业的身影汇聚成流动的风景线，茂名市第十一届全民徒步活动早已超越“行走”本身，成为一场丈量城市温度、凝聚城市活力、传递城市精神的全民盛宴。它不是简单的体能消耗，而是市民与城市对话、与他人联结、与自我和解的独特载体，让“徒步”二字，在南海之滨的茂名有了更厚重的意义。

于个人而言，这场徒步是一次“走出日常”的身心疗愈。平日里，人们或困于办公室的格子间，或忙于生活的琐碎奔波，脚步被局限在固定的轨迹里。而全民徒步提供了一个难得的契机：暂别屏幕的蓝

光，去感受沿海绿道的微风拂过面颊，去聆听林间鸟鸣与海浪声交织；暂忘工作的压力，和家人并肩前行时分享趣事，与陌生人相互鼓励时传递善意，每一步都在释放疲惫，每一段同行都在积攒温暖。这种“慢下来”的行走，让人们重新触摸生活本真，也在坚持抵达终点的过程中，收获一份直面挑战的勇气。

于城市而言，这场徒步是一次“亮出家底”的立体展示。徒步路线从来不是随意设定的，它像一条精心串联的项链，将茂名的生态之美、发展之变一一呈现。或许是经过整治后水清岸绿的滨海湿地，让人们看见城市对生态保护的坚守；

或许是串联起的乡村振兴示范带，白墙黛瓦的民居、硕果累累的田园，诉说着城乡融合的活力；或许是途经的产业园区，现代化的厂房与生态步道相映成趣，彰显着“绿色发展”的茂名实践。数万徒步者既是参与者，也是见证者，他们用脚步走过的路，成为向外传递“茂名形象”最生动的名片。

更难得的是，这场连续十一届举办的徒步活动，早已沉淀为一种独特的“茂名精神符号”。从第一届的尝试探索，到如今成为全民期待的年度盛事，它背后是城市对“全民健身”理念的持续践行，是对“共建共享”城市发展成果的生动诠释。没有门槛的参与方式，让老

人能漫步赏景，孩子可奔跑嬉戏，普通人也能在集体行动中找到归属感；沿途志愿者的指引、补给点的贴心服务，更让“互助、包容”的氛围浸润人心。这种精神，早已超越徒步活动本身，融入市民的日常生活，成为推动城市向上向好发展的无形力量。

如今，茂名市第十一届全民健身徒步活动的脚步，留下的意义仍在延续。它让我们明白，徒步从来不限于“走”，走的是风景，聚的是人心，显的是城魂。未来，当这场全民同行的盛宴继续举办，必将有更多人在行走中读懂茂名、热爱茂名，也必将为这座城市的发展，注入更多源源不断的活力与温情。

最美的心情在徒步路上 最真的感动是家乡蝶变

王如晓（市区）

今年茂名市第十一届全民健身徒步节，五条线路同步铺展，串联起家乡的山水之美、城乡之韵与发展新貌，想想都让人满心憧憬。第一届徒步镇盛碧桂园至今，我未曾落下任何一届，自2015年底跟随市总工会劳模队伍参与“走包茂高速，看我市交通大发展”活动起，十年徒步路，不仅是脚步的丈量，更是一场见证家乡蝶变的旅程。于我而言，最美的风景在徒步路上，最美的家乡变化在徒步路上，最美的心情，更在这一路的所见所感中。

2016年底的矿坑公园（好心湖）徒步，至今仍是我记忆中最深刻的时光。谁能想到，曾经“淮海战役般”烟尘滚滚的露天矿坑，竟能蜕变成“九寨沟似的”绝美湖泊——好心湖。更让我动容的是，当年我们第一批劳模亲手栽种的“劳模林”，如今已长成参天大树，枝叶婆娑间蜂蝶飞舞，与6.8平方公里的清澈湖水相映成趣。环绕湖畔的36公里绿道串联起湿地、星空露营基地，清晨有“蓝湖晨雾”的诗意，傍晚有骑行者的身影。这片曾草木不长的废弃矿坑，如今已成国家矿山公园、广东生态修复样板，单日游客量峰值突破5万人次，“好心茂名”的城市精神也随这汪湖水深深扎根。

徒步路上的惊喜，总是藏在不

断延伸的道路与不断焕新的风景里。2017年走潘州大道，彼时这条贯通城乡的要道初露锋芒，如今其双向六车道的宽阔路面将大幅缓解交通压力，让货物运输更高效、群众出行更便捷，成为支撑城市发展的“大动脉”。2018年徒步中德大道，“六纵三横”的路网蓝图在脚下铺展，如今已交织成网，将各个城区、产业园区紧密相连，见证着茂名“内通外联”的发展雄心。2019年沿着母亲河小东江向西前行，当年初见雏形的西城区如今已高楼林立，校园成群，工厂成片。江水碧绿澄澈，岸边栈道蜿蜒，两岸村居错落有致，生态治理的成效让这处母亲河重现生机，成为市民休闲漫步的好去处。

2020年徒步水东湾大桥的经历，至今想来仍心潮澎湃。这座横跨碧波“钢铁彩虹”，不仅是视觉盛宴——清晨有“金色通道”的日出奇观，夜晚有流光溢彩的灯光倒影，更承载着茂名向海而兴的梦想。大桥通车后，旦场、南海两地来往车程从40分钟缩短至10分钟，环水东湾城市核心区快速融合，周边的红树林保护区已形成600多公顷的“海上森林”，洗夫人影视基地、歌美海公园相映成趣，曾经的小渔村变身热门文旅小镇，让每一位徒步者都真切感受到交

通发展带来的蝶变力量。

近两年的徒步之旅，更添了浓浓的烟火气与家乡情。2023年的徒步“趁墟”活动，让我们在“五条墟”的街巷间感受振兴脉动：高凉墟的粤西本土文化浸润，白墙灰瓦、山环水绕的村落，民宿与荔树相映成趣；宾州墟非遗书屋、数字艺术馆香制制作工艺，让文化记忆可触可感；油城墟“簸箕巷”小食香飘十里，工业遗址公园使人震撼；橘洲墟橘花飘香，特色美食成行成市；垌家墟呈现赶海人的文化情怀，与南海景点相映成趣，水上居民生活方式令人向往。2024年徒步茂名新城，更是满目皆新：现代化的体育馆等建筑拔地而起，产业园区生机勃勃，高铁站等设施紧密鼓建设中，交通路网四通八达，这座新城的飞速发展，正是茂名近年来高质量发展的生动缩影。

十年徒步，每一步都踏在变化的土地上，每一眼都望见崭新的风景。从废弃矿坑到生态公园，从狭窄村道到宽阔大道，从破败村落到宜居家园，从落后小镇到滨海新城，“创文创卫”带来的洁净环境、乡村振兴催生的幸福图景、交通建设铺就的发展途途，都通过徒步这一最质朴的方式，清晰地呈现在我们眼前。徒步途中，难免有腿脚酸软、背包沉重的时刻，但看到队伍

前方飘扬的党旗、团旗，感受到身边队友的相互鼓励，便又生出前行的力量。这种坚持，恰如茂名发展路上的不懈奋进；这份团结，正是家乡日新月异底气所在。

如今，第十一届徒步节脚步正在延伸，五条线路各有风情：主会场小东江的生态廊道串联古荔园与美丽乡村，电白分会场的云上南清环线聆听山水传说，信宜分会场的“穿湖越园”感受绿美蜕变，高州分会场的寻荔览胜之旅品味人文底蕴，化州分会场的药香之路彰显产业特色。邂逅千年药香与生态之美。每一条线路，都是一幅家乡发展的鲜活画卷。

十年徒步，我不仅用脚步丈量了家乡的土地，更用心感受了时代的脉搏。那些沿途的美景、同行的温暖、蜕变的震撼，都化作最美的心情，沉淀在记忆深处。徒步如人生，有坦途也有陡坡，但坚持前行便能遇见惊喜；而家乡的发展亦如这场徒步，一步一个脚印，脚踏实地便有日新月异之约。我坚信，这场持续十年的徒步之约，还将继续见证茂名更多的精彩与蜕变，而我们心中那份因家乡巨变而生的骄傲与喜悦，也将在每一次徒步中愈发浓烈。让我们再次出发，用脚步感受美好，用心铭记变迁，在徒步路上遇见更美的风景，拥抱更棒的家乡！