

关注植树节



“植”此青绿 守护碧水

3月11日下午,仙龙镇组织全体机关干部、村民、民兵、志愿者等100余人在新桥河沿岸开展以“种植冬樱花,扮靓美丽家园”为主题的义务植树活动,共栽种300

余株冬樱花树苗,营造全社会共同参与植树造林、保护生态环境的良好氛围。

渝西都市报记者 刘灿 摄

不负春光 植新绿

3月11日,永川区松溉镇人大组织部分人大代表、机关干部及志愿者开展义务植树活动,种植桢楠树苗600余株,以实际行动为松溉古镇增添新绿。

渝西都市报记者 钟梅 摄



共赴春光

3月11日,永川区来苏幼儿园党支部开展“党建红”引领“生态绿”植树节主题党建活动,党员老师带着孩子们种树苗、挂树牌,与孩子们分享植树的意义和环保知识。

渝西都市报记者 陈仕川 摄



何埂镇:义务植树绘就生态底色

本报讯(渝西都市报记者 钟梅)春光无限好,植树正当时。3月11日,永川区何埂镇组织党员干部、人大代表、民兵、志愿者在何柏路道路沿线开展义务植树活动,以实际行动为大地添绿,为家园增色,践行“绿水青山就是金山银山”的绿色发展理念。

活动现场,迷彩身影与志愿红携手,挥锹铲土、扶树填坑、踏土夯苗、提水浇灌,道道工序细致认真。当天共种植蓝花楹130棵,主要是绿化美化何柏路道路沿线,打造道路景观,进一步优化提升辖区人居环境,切实推动全域向着“绿起来,美起来”的目标大步迈进。

下一步,何埂镇将坚持把全镇绿化发展理念融入人居环境整治工作中,深入开展村庄“净化、绿化、美化”行动,让清晰自然的绿色成为何埂镇最动人的底色。

2025永川马拉松交通管制涉及全区多处路段

本报讯(渝西都市报记者 钟梅)3月12日,记者从永川区公安局获悉,2025永川马拉松将于3月16日(星期日)举行。为确保比赛期间道路交通安全有序,根据《中华人民共和国道路交通安全法》第三十九条规定,将对全区部分路段分时段实施临时交通管制措施。

交通管制时间。管制路段人行道停车位禁停时段为3月14日14:00至3月16日15:00。管制路段车行道停车位禁停时段为3月15日8:00至3月16日15:00。人民大道兴龙湖前牌坊至后牌坊断道管制时段为3月14日19:30至3月16日15:00。赛道断道管制时段为3月16日6:00至15:00。

交通管制路段。全程马拉松比赛路线:兴龙湖牌坊(起点)—人民大道(兴龙湖前牌坊红绿灯至二转

盘路段)—汇龙大道(二转盘至一转盘)—文昌西路(一转盘至博物馆红绿灯)—文昌东路(博物馆红绿灯至文昌东路与永泰路路口)—和畅大道(文昌东路与永泰路路口至和畅大道与祥龙路路口)—祥龙路(和畅大道与祥龙路路口至和顺大道高铁站路口)—和顺大道(和顺大道高铁站路口至和顺大道与飞龙路路口)—飞龙路(和顺大道与飞龙路路口至协信中心红绿灯路口)—兴龙湖东路(协信中心红绿灯路口至兴龙湖后牌坊)—人民大道(兴龙湖后牌坊至前牌坊)—兴龙大道(兴龙湖前牌坊至凤龙大道红绿灯路口)—凤龙大道(凤龙大道红绿灯路口右转弯至G246路口)—折返—凤龙大道—昌龙大道(凤龙大道与昌龙大道路口至昌龙大道中医院路口)—折返—昌龙大道—凤龙大道—兴龙大

道—爱情广场(终点)。
半程马拉松比赛路线:兴龙湖牌坊(起点)—人民大道(兴龙湖前牌坊红绿灯至二转盘路段)—汇龙大道(二转盘至一转盘)—文昌西路(一转盘至博物馆红绿灯)—文昌东路(博物馆红绿灯至文昌东路与永泰路路口)—和畅大道(文昌东路与永泰路路口至和畅大道与祥龙路路口)—祥龙路(和畅大道与祥龙路路口至和顺大道高铁站路口)—和顺大道(和顺大道高铁站路口至和顺大道与飞龙路路口)—飞龙路(和顺大道与飞龙路路口至协信中心红绿灯路口)—兴龙湖东路(协信中心红绿灯路口至兴龙湖后牌坊)—人民大道(兴龙湖后牌坊至前牌坊)—兴龙大道(兴龙湖前牌坊至塘湾大桥红绿灯路口)—折返—兴龙大道—爱情广场(终点)。
(下转7版)

本报讯(渝西都市报记者 钟梅)3月16日,2025永川马拉松即将在兴龙湖牌坊鸣枪开跑。根据气象预测,永川当天是阴天有小雨,温度10—14℃,选手应合理选择跑步配件,提前做好防雨、防滑等应对措施,保护自己的健康。

众所周知,马拉松比赛是所有体育运动中体力消耗最大的项目之一,比赛拼的就是耐力。适宜的气象条件,对选手的发挥至关重要。

气温是影响发挥的首要因素。理想的马拉松最佳温度是10—15℃,这个范围内的气温可以让选手感到舒适,减少体温过高或过低的危险。若天气炎热,人容易疲劳,体力消耗更大。低温可让人血管收缩,肌肉战栗,容易导致抽筋,甚至休克。

湿度是另一个需要考虑的因素。高湿度会导致汗液无法蒸发,使身体难以散热,从而增加中暑的风险。低湿度则可能引发脱水,使选手感到口渴和虚弱。

风速对马拉松比赛也有影响。强风会增加选手的阻力,使他们更加疲惫,减缓速度。轻风或微风条件更有利于选手,因为它们几乎不会对速度造成太大干扰。

降水是另一个天气因素。雨水可能会使赛道变得湿滑,增加选手跌倒和滑倒的风险。