

关注植树节



青年人植青春树 共建美丽新永川

在第47个植树节来临之际,3月10日,永川区新城建管委、区林业局,永发展集团等10余家单位联合开展“青年人植青春树,共建美丽新永川”义务植树志愿服务活动,在望贤公园种下300余株桢楠树苗。

图为义务植树志愿者服务活动现场。

渝西都市报记者 刘灿摄

义务植树添新绿

3月10日,永川区红炉镇联合区生态环境局、重庆城市职业学院共同开展全国土绿化义务植树活动。党员干部、退役军人、师生代表两人成组、三人协作,挥锹铲土、扶苗培土、提桶浇水,将一棵棵充满绿意的桢楠苗植入树坑,为红炉镇生态环境增添一片新绿。

渝西都市报记者 钟梅摄



亲子共植桢楠 守护绿色家园

本报讯(渝西都市报记者 张玲 龚毅)在第47个植树节来临之际,千艺千训、凯旋功夫两家机构联合组织永川区百组家庭齐聚黄瓜山麓,开展亲子共植桢楠活动。

活动现场,小朋友们在家长的陪伴指导下,兴致勃勃地投入到植树劳动中。他们用力挥动小锄头,协力完成植树“必修课”——挖坑深度30厘米、回填表土10厘米、提苗踩实三步骤,每一步都做得认真而细致,脸上满是掩盖不住的兴奋与自豪。

千艺千训培训学校老师靳婷婷告诉记者,希望通过种植桢楠的实际行动,让孩子们了解植树节的意义,增强他们的环保意识和责任感,从小树立保护本土植物,爱护生态环境的理念。

“我运动·我青亮”公益乐跑



3月9日,重庆医科大学附属永川医院主办的2025年世界青光眼周“我运动·我青亮”公益乐跑活动在神女湖公园举行,医务人员、运动爱好者、青光眼病友及家属等共200余人在跑步中感受春天运动的快乐。

据了解,每年3月的第2周为世界青光眼周,今年是第十八个“世界青光眼周”。自2023年以来,重庆医科大学附属永川医院眼科已连续举办三年青光眼公益乐跑活动。

青光眼是全球第一位不可逆性致盲眼病,我国目前有2180万青光眼患者。研究表明,有氧运动可以降低眼压,增加眼部血流供应,保护视神经。每天增加10分钟中高强度体力活动,可降低15%的青光眼疾病进展风险。

渝西都市报记者 陈仕川摄

匹克球项目首次亮相永川

本报讯(渝西都市报记者 凌泽英)3月10日,由永川区老体协主办、芸菲体育发展有限公司承办的永川区老年人匹克球项目骨干培训,在永动网球永川移动馆开班。这是匹克球项目首次亮相永川。

本次培训从了解匹克球场地情况入手,让项目骨干逐渐熟悉球感、球性,以及正反手抽球、发球和接发球、截击等多项动作要领,同时还学习了匹克球比赛规则和计分规则,并进行了实战训练。

据悉,匹克球1965年起源于美国,是一项集网球、乒乓球、羽毛球三大隔网球类运动特性于一体的新运动,兼具健身性、趣味性、适龄性、经济性、安全性,适合各年龄段人群,并且具有很强的社交属性,也是一项典型的全民健身运动。其场地大小和羽毛球场地相同,发球时必须以下投手势进行,球拍接触球的点必须低于手腕,且发球点位于腰部以下。发球的第一个回合,接球方必须让球在本方场地落地反弹一次后才能击球。匹克球比赛通常为11分制,采用三局两胜制。每局比赛第一个达到11分且至少领先2分的一方获胜。如果双方得10分,则率先领先2分的一方获胜。