



温岭队“浙BA”首秀 本周日主场对阵三门

城西 >> 减重换猪肉 全民享健康



根据规则, 参赛居民可凭全程有效减脂记录, 兑换3~20斤新鲜猪肉。活动共吸引278位市民报名参赛。

“活动很有意义, 能督促大家锻炼身体、增强体质。我的目标是减重20斤, 拿下20斤猪肉!” 参赛选手冯晶满怀干劲地说。

“我们希望以趣味赛事为载体, 鼓励居民主动动起来、健康瘦下来, 摒弃不良生活习惯, 在运动中强健体魄、愉悦身心, 营造‘人人爱运动、家家重健康’的和谐社区氛围。” 牵头单位康庭社区党委书记、居委会主任陈丹君说。

本报(记者叶华翰)近日, 城西街道红岭强工片区联合掌上温岭App举行第二届甩脂挑战赛, 引导辖区居民走出家门、科学运动、健康减重, 掀起全民健身热潮。

相较于首届赛事, 本次活动整合优质资源、拓宽参与范围, 创新联动6个村社及周边企业共同参与, 采用“掌上温岭App预报名+线下精准测量登记”的方式进行, 以现场实测体重、腰围数据为参赛基准, 确保赛事公平公正、规范有序。

赛程自6月22日起, 持续至8月23日, 参与者须在掌上温岭App打卡63天。充足的时长既为居民循序渐进减脂塑形提供保障, 也有助于大家养成长期运动、自律健康的生活习惯。

本次赛事的最大亮点是推出接地气、实打实的减脂激励机制——以“减重换鲜肉”的趣味福利调动居民参与热情。



扫描二维码进入活动主页



温岭队与新昌队交流赛现场。(图片由受访者提供)

标是打好每一场比赛, 为家乡而战, 不留遗憾!”

6月28日, 温岭队将在市体育中心迎来“浙BA”首战, 对阵三

门队。这是属于温岭的主场时刻, 诚邀广大市民走进赛场, 用掌声和呐喊, 为温岭队加油助威, 共同点燃这座城市的体育热情。

赛。最终, 温岭队以68比61取胜, 既验证了阶段性训练成果, 也极大提振了全队信心。“球队提升速度特别快, 跟我刚来时完全不一样, 从精气神、技战术到整体体系, 已经焕然一新。” 球员童旌洋感慨。

去年, 童旌洋曾亮相“浙BA”赛场, 却因伤病未能完整参赛, 留下深深的遗憾。今年, 他刚结束高考备考, 便立刻扎进集训营。“我将全力以赴、发挥所长, 希望和大家一起, 创造比去年更好的战绩。”

同样满怀激情的还有大二学生徐锦皓。他曾是场边呐喊助威的忠实球迷, 如今披上“战袍”, 成为球队一员。“从观众到球员, 这种转变让我感到特别荣耀。我们球队遇到了不少困难, 付出了很多努力, 从教练到球员, 每个人都拼尽全力。今年, 我们的目

标是打好每一场比赛, 为家乡而战, 不留遗憾!”

6月22日, 球队迎来一场实战检验——对阵桐乡队的交流

战。最终, 温岭队以68比61取胜, 既验证了阶段性训练成果, 也极大提振了全队信心。

去年, 童旌洋曾亮相“浙BA”赛场, 却因伤病未能完整参赛, 留下深深的遗憾。

今年, 他刚结束高考备考, 便立刻扎进集训营。“我将全力以赴、发挥所长, 希望和大家一起, 创造比去年更好的战绩。”

同样满怀激情的还有大二学生徐锦皓。他曾是场边呐喊助威的忠实球迷, 如今披上“战袍”, 成为球队一员。

“从观众到球员, 这种转变让我感到特别荣耀。我们球队遇到了不少困难, 付出了很多努力, 从教练到球员, 每个人都拼尽全力。今年, 我们的目

标是打好每一场比赛, 为家乡而战, 不留遗憾!”

6月22日, 球队迎来一场实战检验——对阵桐乡队的交流

战。最终, 温岭队以68比61取胜, 既验证了阶段性训练成果, 也极大提振了全队信心。

去年, 童旌洋曾亮相“浙BA”赛场, 却因伤病未能完整参赛, 留下深深的遗憾。

今年, 他刚结束高考备考, 便立刻扎进集训营。“我将全力以赴、发挥所长, 希望和大家一起, 创造比去年更好的战绩。”

同样满怀激情的还有大二学生徐锦皓。他曾是场边呐喊助威的忠实球迷, 如今披上“战袍”, 成为球队一员。

“从观众到球员, 这种转变让我感到特别荣耀。我们球队遇到了不少困难, 付出了很多努力, 从教练到球员, 每个人都拼尽全力。今年, 我们的目

标是打好每一场比赛, 为家乡而战, 不留遗憾!”

6月22日, 球队迎来一场实战检验——对阵桐乡队的交流

战。最终, 温岭队以68比61取胜, 既验证了阶段性训练成果, 也极大提振了全队信心。

去年, 童旌洋曾亮相“浙BA”赛场, 却因伤病未能完整参赛, 留下深深的遗憾。

今年, 他刚结束高考备考, 便立刻扎进集训营。“我将全力以赴、发挥所长, 希望和大家一起, 创造比去年更好的战绩。”

同样满怀激情的还有大二学生徐锦皓。他曾是场边呐喊助威的忠实球迷, 如今披上“战袍”, 成为球队一员。

“从观众到球员, 这种转变让我感到特别荣耀。我们球队遇到了不少困难, 付出了很多努力, 从教练到球员, 每个人都拼尽全力。今年, 我们的目

标是打好每一场比赛, 为家乡而战, 不留遗憾!”

6月22日, 球队迎来一场实战检验——对阵桐乡队的交流

战。最终, 温岭队以68比61取胜, 既验证了阶段性训练成果, 也极大提振了全队信心。

去年, 童旌洋曾亮相“浙BA”赛场, 却因伤病未能完整参赛, 留下深深的遗憾。

今年, 他刚结束高考备考, 便立刻扎进集训营。“我将全力以赴、发挥所长, 希望和大家一起, 创造比去年更好的战绩。”

同样满怀激情的还有大二学生徐锦皓。他曾是场边呐喊助威的忠实球迷, 如今披上“战袍”, 成为球队一员。

“从观众到球员, 这种转变让我感到特别荣耀。我们球队遇到了不少困难, 付出了很多努力, 从教练到球员, 每个人都拼尽全力。今年, 我们的目

标是打好每一场比赛, 为家乡而战, 不留遗憾!”

6月22日, 球队迎来一场实战检验——对阵桐乡队的交流

战。最终, 温岭队以68比61取胜, 既验证了阶段性训练成果, 也极大提振了全队信心。

去年, 童旌洋曾亮相“浙BA”赛场, 却因伤病未能完整参赛, 留下深深的遗憾。

今年, 他刚结束高考备考, 便立刻扎进集训营。“我将全力以赴、发挥所长, 希望和大家一起, 创造比去年更好的战绩。”

同样满怀激情的还有大二学生徐锦皓。他曾是场边呐喊助威的忠实球迷, 如今披上“战袍”, 成为球队一员。

“从观众到球员, 这种转变让我感到特别荣耀。我们球队遇到了不少困难, 付出了很多努力, 从教练到球员, 每个人都拼尽全力。今年, 我们的目

标是打好每一场比赛, 为家乡而战, 不留遗憾!”

6月22日, 球队迎来一场实战检验——对阵桐乡队的交流

战。最终, 温岭队以68比61取胜, 既验证了阶段性训练成果, 也极大提振了全队信心。

去年, 童旌洋曾亮相“浙BA”赛场, 却因伤病未能完整参赛, 留下深深的遗憾。

今年, 他刚结束高考备考, 便立刻扎进集训营。“我将全力以赴、发挥所长, 希望和大家一起, 创造比去年更好的战绩。”

同样满怀激情的还有大二学生徐锦皓。他曾是场边呐喊助威的忠实球迷, 如今披上“战袍”, 成为球队一员。

“从观众到球员, 这种转变让我感到特别荣耀。我们球队遇到了不少困难, 付出了很多努力, 从教练到球员, 每个人都拼尽全力。今年, 我们的目

标是打好每一场比赛, 为家乡而战, 不留遗憾!”

「荷」你有约



眼下, 市区锦屏公园连片荷花次第盛放, 满池碧叶连绵铺展, 衬得粉荷灼灼生辉, 绘就一幅美丽的夏日画卷。不少市民慕名前来赏荷漫步, 沉醉在清幽雅致的荷塘风光里。

东海好望角 向海正新生

(上接第一版)

大奏鼓曾濒临失传, 时任箬山文化站长陈其胜召集几位老渔民重新编排, 并登上中央电视台专题片《渔村小叙》, 才让这项民间艺术重回公众视野。2008年, 大奏鼓被列入第二批国家级非遗名录; 2023年9月, 登上杭州亚运会开幕式暖场舞台, 向世界展示中国渔村的独特韵味。

如今, 在石塘, 大奏鼓正迎来一场青春接力。2024年, 省级文保单位陈和隆旧宅内, “半满咖啡”开业。主理人陈文杰是土生土长的石塘人, 他说: “世界上有两个入跳舞舞棒, 一位是迈克尔·杰克逊, 另一位是我爷爷。” 爷爷对大奏鼓的执着与热爱深深感染了他。

得知家乡非遗面临青黄不接时, “回乡学非遗, 像爷爷那样传承大奏鼓”的念头在他心中萌芽。他毅然返乡, 在打理咖啡馆之余研习喷呐与大鼓演奏技艺, 并积极融入大奏鼓队伍。

穿上服装、化上妆容、吹奏喷呐、跳跃舞步……陈文杰和其他返乡青年逐渐接过接力棒, 参与到元旦、春节、元宵等节庆的大奏鼓演出中。

大奏鼓的薪火相传, 敲响的不仅是鼓点, 更是文化建设的铿锵足音。如今, 石塘构建起多元融合的文化生态——每年“曙光节”, 游客在千年曙光碑下迎接新年第一缕阳光; 七夕“小人节”延续闽南移民的古老传统, 为16岁以下孩童祈福; “扛台阁”巡游中, 彩装艺人立于台阁之上, 穿行于石巷之间, 再现渔村节庆盛景。

各家民宿推出古琴雅集、海洋剪纸、海角版画等体验, 让游客在石屋中感受渔村生活哲学。年轻女孩头戴簪花围穿行于石巷间, 与百年石屋、渔港帆影构成新的风景。

百年古厝里, 非遗正“潮”起来; 年轻目光中, 文化正“活”起来。

向海而兴: 全域提质, 深耕民生共富

在石塘小箬岛, 一排排错落有致的房屋被涂上明快的色彩, 每逢节假日, 这里便游人如织, 成为社交平台上的热门打卡地。

2017年, 党的十九大提出实施乡村振兴战略。乘着“美丽乡村”建设的东风, 石塘镇投入105万元, 将岛上180多间房屋粉刷一新, 沉寂的小岛一下子热闹起来。

村民陈彩平在岛上经营着一家海鲜楼, 每到旅游高峰期, 她便忙得不可开交, 点菜、上菜来回奔忙, 为客人送上山粉圆、炒豆腐、肉羹等一道道地道美味。

七彩小箬的走红, 是石塘以文旅驱动乡村振兴的生动缩影。去年, 全镇接待游客220万人次, 实现旅游总收入3.3亿元。亮眼数据的背后, 是百姓生活的切实改善。

随着软硬件全面升级, 石塘留住了更多青年人才。去年, 全镇新招引大学生及各类人才608人, 培育农创客、青创客65人, 落地咖啡工坊、非遗研学等青年业态项目45个。

昔日人口外流的渔村, 正成为青年创业就业的热土。

更大规模的升级正在山海之间铺开——总投资75亿元的“东海好望角”全域旅游提升项目, 创温岭文旅投资之最, 覆盖曙光湾、曙光碑、石塘新村等8个片区, 分区分期改造。目前, 千年曙光碑下悬挑于崖壁之上的曙光湾酒店主体已结顶, 石塘半岛集散中心(一期)封顶, 千年曙光园改造完成并增设齿轨车, 实现“无痛上山”。

从“讨海为生”到“吃旅游饭”, 从交通闭塞到路通人和, 温岭用20余年实践, 将习近平总书记的殷殷嘱托转化为山海之间的共富实景, 让“东海好望角”名副其实。

男子赶海深陷滩涂 警医消防合力成功救援

本报(通讯员郭雅婷)“救救我, 我不小心掉进海里, 上不来了!” 近日, 石塘镇的王先生来到家附近的滩涂区域赶海, 不慎踏入松软泥潭。察觉身体下陷且无法脱身后, 他立即报警求助。

接警后, 石塘派出所值班民警陈炎鑫带队火速赶赴现场, 途中同步拨打120急救电话。当时正值退潮期, 滩涂裸露, 王先生距岸边有百余米, 救援船无法靠近。针对滩涂松软易陷的特点,

陈炎鑫与消防、医护人员现场制定方案: 利用安全绳固定救援板, 由救援人员送至王先生身前, 指导其趴在板上分散体重, 防止其继续下沉。待王先生状态稳定后, 众人

攥紧绳索、协同发力, 稳步将其连同救援板拖拽至岸边安全区域。经医护人员检查, 王先生身体无大碍。事后, 民警对其进行了安全提醒, 叮嘱他赶海务必留意路况, 远离危险区域。

太龙快速路项目冲刺收尾 预计7月中下旬全线通车

(上接第一版)
进度理想, 7月中下旬有望全面通车

到天、落实到班组、明确到人。同时, 充分发挥党建引领作用, 组建党员攻坚突击队, 激励党员骨干带头攻克雨后基础修复、交叉工序衔接、窗口期抢工等难题, 营造比学赶超、大干快上的浓厚氛围。

截至目前, 太龙快速路地面段主路基层已全部验收合格, 多段沥青摊铺进度较计划提前, 在建互通匝道已进入收尾阶段, 安全、质量、进度指标全面受

控, 为全线高品质交付奠定坚实基础。

“预计到6月底, 太龙快速路地面道路部分沥青铺装将全部完成; 到7月15日左右, 剩余立交设施将基本完工。我们计划在7月中下旬实现太龙快速路全线通车。” 太龙快速路工程建设指挥部执行副指挥叶正勇说。

控, 为全线高品质交付奠定坚实基础。

“预计到6月底, 太龙快速路地面道路部分沥青铺装将全部完成; 到7月15日左右, 剩余立交设施将基本完工。我们计划在7月中下旬实现太龙快速路全线通车。” 太龙快速路工程建设指挥部执行副指挥叶正勇说。

控, 为全线高品质交付奠定坚实基础。

“预计到6月底, 太龙快速路地面道路部分沥青铺装将全部完成; 到7月15日左右, 剩余立交设施将基本完工。我们计划在7月中下旬实现太龙快速路全线通车。” 太龙快速路工程建设指挥部执行副指挥叶正勇说。

控, 为全线高品质交付奠定坚实基础。

“预计到6月底, 太龙快速路地面道路部分沥青铺装将全部完成; 到7月15日左右, 剩余立交设施将基本完工。我们计划在7月中下旬实现太龙快速路全线通车。” 太龙快速路工程建设指挥部执行副指挥叶正勇说。

控, 为全线高品质交付奠定坚实基础。

温岭市农产品
区域公用品牌

古法工序 匠心手作
0添加 0防腐剂 0转基因

鲜

温岭
虾皮饼

12%
虾皮添加量

线下购买方式: 王味和市区门店
蝶来三舍·日出
销售合作伙伴陆陆续续招募中
联系方式: 13758638852

温岭
虾皮饼

12%
虾皮添加量

线下购买方式: 王味和市区门店
蝶来三舍·日出
销售合作伙伴陆陆续续招募中
联系方式: 13758638852