

从校园飞人到全国冠军： 来宾小伙的“追风之路”

□ 本报记者 莫岑

在全国田径大奖赛(西安站)室内60米决赛中,来宾籍选手曾彬彬以6.65秒的惊人成绩强势夺冠,在刷新个人最佳战绩的同时,给人们带来了极大的鼓舞。这位从桂中乡村一路“跑”向全国的24岁青年,用九年如一日的坚持,在赛道上不断书写着热血青春。

汗水浇灌出双优答卷

2016年,来自兴宾区蒙村镇的曾彬彬以体育特长生身份考入来宾八中。清晨5点半的操场上,他绑着沙袋反复冲刺;傍晚训练结束后,他带着满身疲惫埋头补习文化课;周末队友休息时,他对着手机录像逐帧调整起跑姿势。

“训练服拧出的汗水能打湿地板,文化课笔记擦起来有半人高。”教练周云回忆道,怀揣着更高的梦想,曾彬彬不断突破自己。2018年11月,曾彬彬在校运会上创造的11.05秒百米纪录,至今无人打破。正是这股“拼命三郎”的劲头,让他在2019年以体育、文化双达标的成绩考入广西民族师范学院。

飞跃0.48秒

进入大学后,曾彬彬迎来竞技生涯的关键蜕变。

他主动加码核心力量训练,在教练指导下将起跑反应时间压缩至0.12秒,步频从每秒4.2步提升至4.8步。2022年7月的广西大学生运动会上,他以10.57秒的百米成绩夺冠,较中学时期整整提升0.48秒——这相当于在百米赛道中将领先优势拉开近5米。

从壮乡奔向全国

2023年入选广西田径队后,曾彬彬开启职业化训练征程。针对室内60米赛事特点,他专项强化爆发力与途中跑衔接技术,每天进行30组“阻力伞+牵引绳”复合训练。在今年2月举行的全国田径大奖赛上,他力压群雄夺得60米桂冠,6.65秒的成绩已逼近该项目全国纪录6.58秒。

天赋决定起点,自律决定高度。总是最后一个离开训练场的小伙,不仅保持着每天记录训练数据的习惯,还常与队友分享节奏控制技巧。



▲曾彬彬(前排右一)在室内进行适应性集训。(受访者供图)

去年,曾彬彬随广西田径队回到家乡来宾,与其他队友一道指导来宾青少年田径运动,受到热烈欢迎。如今,他正全力备战第十五届全国运动会,下一个目标是让“广西速度”闪耀更广阔的舞台。



百家宴迎“龙抬头” 移风易俗话文明

本报讯(通讯员 卢兰兰 邓冠洁 记者 罗倩尹)近日天气转暖,民俗中“二月二,龙抬头”的吉日如约而至。3月1日,一场主题为“百家宴上谱和谐 移风易俗倡新风”的百家宴活动在城东街道镇西社区西二路水街巷道举行,近500名社区居民欢聚一堂,共同欣赏移风易俗主题表演,尽情享受精心烹制的美味佳肴。

“阔步迈入新时代,陈规陋习是公害;移风易俗怎么做,乡亲听我说一说……”当天,活动在通俗易懂的快板节目《移风易俗倡文明》中拉开序幕。随后,在居民期待的目光中,一道道令人垂涎的菜肴被端上餐桌。值得一提的是,本次宴席菜单由社区精心策划而成,菜单不仅注重荤素、冷热、口味的巧妙搭配,还严格将菜品数量控制在十种以内,是一份广受群众好评、极具操作性的“清风菜谱”,为操办红白喜事的家庭提供了一份简约而不失体面的菜单参考。

宴席期间,社区文艺爱好者纷纷登台,为居民献上歌曲、舞蹈和小品等精心编排的节目,以雅俗共赏的文艺表演为宴席增添欢乐与温馨,更好将“百家宴”凝聚成“一家情”。

活动现场,志愿者还向辖区居民发放了移风易俗倡议书,并邀请居民在移风易俗承诺墙上签名,引导居民从移风易俗的“旁观者”变成“参与者”。

“我们以民俗节日为契机,开展移风易俗宴席,旨在向居民宣传婚事新办、勤俭节约等文明行为,让文明新风吹到每家每户。”镇西社区党委书记、居委会主任韦广范表示,今后,镇西社区将持续创新移风易俗宣传形式,深化邻里互动,引导居民参与到宣传移风易俗的行动中去。

推进移风易俗 助力乡村振兴

在象州县运江古镇的一间百年老屋门前,“守艺人”彭凤娇坐在小凳上,手指灵巧地穿梭在竹条之间,她用一双巧手,编织着一个个精致的簸箕。彭凤娇的手,粗糙却很灵巧。竹条在她手中,仿佛有了生命,上下翻飞,左右穿插,不一会儿,一个簸箕的雏形便显现出来。



“守艺人”彭凤娇正在编织簸箕。

来宾这位大姐指尖藏“绝技” 竹片,在她手里翩翩起舞!

□ 本报记者 刘维 通讯员 韦章参 文/图

彭凤娇的簸箕,以结实耐用、做工精细著称。她编织的最大簸箕甚至可以用来睡觉,夏天躺上面,凉爽惬意。这种特殊用途的簸箕,也有不少人找她定制。

彭凤娇说,她的编织技艺源自家婆。她刚嫁到运江古镇时,家境比较拮据,家婆便编织簸箕以补贴家用。她在一旁观看,逐渐学会了这项技艺。

“编织簸箕看似简单,实则繁琐。从选竹、破竹到编织、修整,每一步都需要很细心。”彭凤娇说:“破竹最难,力道要恰到好处,不然竹条容易断。编织的时候,手要稳,不然簸箕会歪。”

空闲时,彭凤娇就会去别的村子里挑选竹子。“竹子要选老的,韧性好,编出来的簸箕才结实。”她选好竹子后,开始破竹、削条,准备编织的材料。一坐就是一天,直到天黑才收工。

随着社会发展进步,金属、塑料制品逐渐取代了传统的竹编器具。彭凤娇的簸箕,销量大不如前,但她从未想过放弃。“这是老祖宗传下来的手

艺,不能丢。”彭凤娇说。为了让更多人了解竹编技艺,彭凤娇开始尝试创新。她将传统的簸箕与现代元素结合,设计出了一些小巧精致的竹编工艺品。她说:“这些工艺品,可以用来装水果,还可以当装饰品。年轻人很喜欢。”

如今,彭凤娇的簸箕早已成为古镇记忆的一部分。不少游客来到古镇,都会买一个她编织的簸箕作为纪念。彭凤娇总是热情接待,耐心讲解编织技艺。“希望通过我的簸箕,让更多人了解千年古镇,了解传统手工艺。”



老年大学春季第一课 用AI点亮银发学员的智慧生活

来宾讯 3月3日,市委老干部局在市老年大学举办春季学期开学第一课,特邀广西科技师范学院网络与教育技术中心副主任谢永盛副教授,作《智慧生活触手可及——人工智能如何改变生产生活及思维方式》专题授课,100多名老干部及离退休党支部书记代表参加。

授课中,谢永盛通过生动的Deep-Seek故事和通俗易懂的语言,从医疗健康、饮食养生、机器人陪护、交通出行、学习辅导、知识升华等6个方面,深入浅出地介绍了我国生成式人工智能(AI)科技产业的独特优势和发展足迹。他指出,我国AI产品抓住了中国式现代化发展机遇,不断优化技术创新,实现了高效复制和推广,成为推动中国经济高质量发展

发展的新引擎。此次开学第一课以“拥抱AI时代”为主题,让银发学员走进人工智能科技发展的前沿领域,感受科技带来的深刻变革。学员们纷纷表示,此次讲座既有科技前沿理论学习,又有前瞻性专业辅导,让大家深感惊喜、激动和振奋。如今,我国在智能时代已走在世界前列,机器人在聊天、送餐、伴舞、看病等多场景中广泛应用,让老百姓切实享受到了科技的便利。下一步,将好好消化吸收人工智能知识,努力推进AI科技创新,不断充电蓄能,继续做到老有所学、老有所乐、老有所为,为中国经济与人类文明进步发光发热。

(王天若 覃杰)

来宾供电局： 优质服务助力企业“满电”起跑

来宾讯 2月27日,来宾供电局供电服务中心工作人员到来宾华锡冶炼有限公司开展节后复工复产走访,深入了解该公司金属新材料绿色智能化升级改造项目的用电需求。

随着绿色发展浪潮的推进,作为来宾市重点企业的来宾华锡冶炼有限公司正在加快推进绿色智能化升级改造。其金属新材料绿色智能化升级改造项目承载着企业转型升级、绿色发展的厚望。在走访过程中,供电局工作人员详细了解了该公司的项目用电需求和投产计划,提供了报装所需材料清单,并安排专人协助办理相关手续。同时,工作人员对其110千伏降压站以及配电房、生产线设备进行了全面细致的安全用电检查,为企业恢复生产、扩大产能和绿色转型筑牢了坚实的电力后盾。

这是来宾供电局服务当地重大企业、重大项目投产的一个缩影。该局积极探索构建了覆盖重大项目从规划、建

设到运营的全生命周期用电服务的“1+N”政企用电保障体系。针对重大项目和产业链条,联合政府重大办、投促局以及工业特派员,与供电服务片区经理成立“一对一”服务工作组,开展信息系统共建共享,为客户提供更加高效、专业的服务。同时,通过进一步明确电力接入分担机制,大力推动绿电绿证应用,降低用户用电成本,提升用电服务效能。此外,该局还深化政企数字赋能,通过重大项目政务审批数据共享,推动外部配套项目与客户红线内工程建设时序相匹配,“供电+土储”系统数据交互,提升主动服务能力。2024年,该局累计服务19个重大项目提前投产,投产容量87.13万千瓦伏安。

下一步,来宾供电局将持续响应企业多种用电需求,持续优化营商环境,把服务送到企业车间、生产线,助力企业在春天里“满电”起跑,为来宾市全年经济高质量发展开好局、起好步奠定坚实基础。

(卢花)

象州18家单位联合举办主题活动 为产业工人送上“温暖套餐”

象州讯 2月28日,象州县工业园区三江口节能环保生态产业园热电厂广场上热闹非凡,由象州县人大常委会办公室、县委统战部、县委政法委、县委社会工作部、县总工会等18家单位联合举办的“关爱产业工人 服务园区发展”主题活动在此举行,为园区1000多名产业工人送上全方位的温暖关怀。

活动现场,自治区劳模、广西新三达橡胶制品公司技术员黄石茂分享了自己的工作感悟,激励产业工人们在象州三江口这片热土上奋发进取,赢得阵阵掌声。活动内容丰富多样,涵盖送健康、送文化、劳模工匠宣讲、政策法规宣传、维权服务、就业服务以及民族团结宣传教育等。

在健康服务方面,县人民医院总院的医护人员为工人们免费提供内科、外科、妇科、中医科等多领域体检,还开展中医推拿、按摩、中药贴敷等义诊服务,并为大家量身定制健康建议。文化娱乐

活动同样精彩,游园活动、拔河比赛、文艺演出等项目让现场充满欢声笑语,各民族工人在活动中增进情谊。

政策法律宣传区域,工作人员通过讲座、发放资料、设立咨询台等方式,为工人解读政策法规,提供法律建议,维护工人合法权益。就业服务方面,县总工会组织职业技术学校师生考察园区企业,宣传招聘信息,简化入会流程,让更多工人融入工会大家庭。

民族团结元素成为活动亮点,马坪同心壮歌队演唱的壮歌山歌悠扬动听,民族传统体育项目比赛则让各民族工人在切磋中增进团结。

象州县总工会负责人表示,产业工人是经济发展的主力军,此次活动旨在满足他们的多元化需求,提升获得感和幸福感,推动工会服务工业园区专项行动,助力象州经济高质量发展和民族团结进步。

(吴永才 韦书元 韦思谊)

象州检察院： 普法宣传进企业 民族团结促发展

象州讯 为进一步优化法治化营商环境,助力企业健康发展,同时深化民族团结进步创建,铸牢中华民族共同体意识,2月28日,象州县人民检察院以“关爱产业工人·服务园区发展”主题活动为契机,深入园区企业开展普法宣传活动。

活动中,检察干警结合企业实际需求,围绕《民法典》《劳动合同法》《安全生产法》等与企业经营息息相关的法律法规,通过案例分析、法条解读、互动问答等形式,深入浅出地讲解了企业在合同签订、劳动用工、安全生产等方面存在的法律风险及防范措施,引导企业依法经营、规范管理,用法治力量护航企业健康发展。

活动还特别融入了民族团结进步教育内容。检察干警向企业职工发放民族团结宣传资料,并结合典型案例,宣讲党的民族政策和法律法规,引导企业职工牢固树立“三个离不开”思想,不断增强“五个认同”,自觉维护民族团结,共同营造和谐稳定的社会环境。本次活动共发放各类宣传资料500余份,提供法律咨询40多次。

下一步,象州检察院将继续立足检察职能,不断创新普法形式,丰富活动载体,为企业提供更加优质高效的检察服务,为营造法治化营商环境、促进民族团结进步贡献检察力量。

(陈彦妮 官文敏)

老旧小区焕新颜 居民致谢送锦旗

本报讯(记者 刘维 通讯员 黄秋婷)“真的太感谢社区了,给我们的生活带来这么大的改变!”3月3日上午,兴宾区城东街道镇北社区农业生活小区居民代表,将一面写有“情系小区办实事,关爱居民解民忧”字样的锦旗送到社区工作人员手中。

据悉,去年11月,镇北社区启动老旧小区升级改造工程,农业生活小区被纳入改造范围。此前,小区墙面破旧、受潮发霉;消防设施陈旧且灭火器配备不足,存在安全隐患。改造中,社区重点对外墙进行粉刷,翻新楼梯扶手,并增设了灭火器等。

受潮发霉,看着心里就不舒服。现在不仅墙面焕然一新,还新增了灭火器,生活安全更有保障了,住着舒心多了!”居民代表覃锦伍激动地说道,质朴的话语中满是对社区工作的认可与感谢。

镇北社区党委书记、居委会主任林武云表示,此次改造是社区响应居民需求、提升生活品质的重要举措。下一步将继续完善辖区内老旧小区的基础设施,切实提升居民幸福感。

我为群众办实事

