

6月27日绿茵对决

十堰武当队迎战咸宁外星人队

■记者 周仑

本报讯 6月20日,记者从市体育局获悉,湖北银行2026年湖北省城市足球联赛再启征程,第七轮主场憾负宜昌东阳光队后,十堰武当队迅速调整状态,即将踏上全新客场征途。按照联赛安排,6月27日,十堰武当队将奔赴咸宁,客场挑战咸宁外星人队。

截至第七轮全部赛事落幕,两支队伍的积分榜形势差异明显。咸宁外星人队本赛季发挥稳定,多轮赛事保持不败,目前稳居联赛上游梯队,攻防两端表现均衡,尤其擅长前场快速冲击战术,此前对战多支队伍均能稳定拿分,整体竞技状态火热。反观十堰武当队,目前以1胜2平3负积5分的战绩位列积分榜中游,上一轮主场对阵宜昌东阳光队,全队拼满全场,门将多次奉献关键扑救,却在终场前防守端出现疏漏遗憾丢球,最终错失主场拿分机会。

结束主场赛事后,十堰武当队没有过多沉浸在失利情绪中,立即投入专项备战。据球队助理教练张园介绍,教练组第一时间组织全体队员复盘上轮比赛,重点梳理末段防守注意力松懈、攻防转换衔接不畅等问题,针对性开展加练。不少球员表示,每一场客场都是磨合队伍、积累经验的契机,全队会拿出十足拼劲,稳住防守、把握反击机会,力争在咸宁客场带回积分。

非遗皮影进校园



6月17日,竹山县竹坪小学非遗课堂气氛热烈。竹坪乡堵河皮影高腔演出队(堵河皮影话政策志愿服务队)的老艺人走进校园,手把手指导学生操纵皮影杆,

细致讲解皮影雕刻、唱腔身段、舞台表演等专业技术,让同学们沉浸式领略省级非遗堵河皮影戏的独特魅力。

图/记者 刘昆 通讯员 石濡华



十堰晚报 秦楚网 8110110

4路和16路公交车线路终点站能否延长至高铁十堰东站?

网友:西十高铁即将开通,目前十堰城区前往高铁十堰东站的公交车均经过万达走十堰大道。十堰大道车流量大,五衢大道(双高路)开通后,路面平整、交通便捷。建议把4路和16路公交车线路终点站设至高铁十堰东站,这样可以连接起十堰火车站和高铁十堰东站。

市城市公交集团:五衢大道虽已通车,但公交线路的延伸调整不仅取决于道路通行条件,更需综合考量公交场站设施、客流需求、车辆调度及运营成本等因素。4路、16路作为我市连接城市南北的主力公交线路,日均客流量较大,且途经学校、商圈及居民密集区,若将终点站延伸至高铁十堰东站,会导致线路里程增加、单边运营时间延长,原线路的乘客候车时间增加、降低大多数市民的出行效率。目前,您可以通过便捷的换乘方式到达目的地。我们将持续关注该区域的客流与出行需求变化,结合线网整体规划,不断优化公交服务,竭力为广大市民提供便捷、舒适的出行环境。

朝阳路能否减少斑马线路口?

网友:朝阳路斑马线路口和信号灯路口距离很近,斑马线路口没有信号灯,行人随意过马路,电动车也走得很快,经常发生紧急刹车。能否减少一些斑马线路口?只留有信号灯的路口?

市公安局:朝阳路沿线都是居民小区,人口密度大,斑马线是住户日常出行的重要保障。按照有关要求,我们不能随意减少斑马线,否则会让大家绕行距离过长,影响出行便利。网友担心的车辆通行效率问题,我们也重点考虑了,如果每条斑马线都装固定信号灯,确实会导致车辆频繁启停、拥堵加剧。目前,我们采取按需优化的方案,对行人流量大、过街需求集中的斑马线,加装行人信号灯,平峰时段没行人过街时,机动车可正常通行不受灯控,这样既保障行人过街安全,又能最大程度减少对车流的影响。后续,我们会实地调研各班马线的人流车流数据,持续优化方案。

记者 张小溪 整理



我市3处街区 入选省第三批历史文化街区

■记者 徐国文 通讯员 袁平和

本报讯 6月18日,湖北省第三批历史文化街区名单公布,全省共9处街区入选。我市3处街区入选,分别为十堰市东风故里(放马坪)历史文化街区,房县西关老街历史文化街区和郧西县老北街历史文化街区。

作为“三线建设”的鲜活见证,十堰市东风故里(放马坪)历史文化街区是上世纪60年代国家战略布局的重要产物。街区保留着“大分散、小集中”空间格局,以及深藏于花园沟、安沟之中的红砖厂房,镌刻着“备战备荒为人民”的时代印记。这里也是“中国卡车之都”的起源地,承载着中国汽车工业从零起步的辉煌,见证了十堰从“百十户人家”的山区小镇到现代汽车城的蜕变。

房县西关老街历史文化街区位

于房县城关镇,全长1600余米,距今已有600多年历史。其雏形可追溯至唐代,宋元时期因茶马古道与古盐道兴盛而成为商贸重镇,明清两代达到鼎盛,素有“川陕锁钥”之称。街区现存1处文保单位、6处不可移动文物、19处历史建筑及23处传统风貌建筑,建筑以明清风格为主,青砖黛瓦、马头墙、天井院,“前店后宅”“商住合一”的布局,集中体现了鄂西北山地商市民居的传统营建技艺。

郧西县老北街历史文化街区主街蜿蜒600多米,是鄂西北保存最完整的明清石板商街,成片保留54处历史建筑与76处传统风貌建筑,穿斗构架、青瓦覆顶、马头墙错落,完整维系着“前店后宅、天井院落”的原生肌理。同时,该街区也是郧西县乃至鄂西北地区保存最为完好的原生性明清街区聚落。

中暑类型不同 处理方式也不一样

■据央视网

夏至拉开盛夏序幕,全国多地迎来持续高温天气。高温天容易引发中暑,可中暑也分不同类型,应对方式大有区别。

在中医看来,中暑主要分为阳暑与阴暑,二者成因、症状都完全不同。

阳暑就是常说的“热中暑”,多因长时间高温暴晒、剧烈运动导致,典型症状有:体温可达40℃以上、面红目赤、大汗不止、口渴烦躁、呼吸和心跳加快,情况严重时还会出现意识模糊、四肢抽搐。

阴暑也叫“寒湿中暑”,大多是夏季过度贪凉所致,如长时间吹空

调、饮用冷饮、冲冷水澡,症状类似胃肠型感冒。主要表现为不出汗或出少量冷汗、畏寒怕冷、肌肉酸痛,同时伴随头晕恶心、腹胀腹泻、浑身乏力、食欲不佳,大多低热或不发热。

遭遇阳暑,首先要将人转移到阴凉通风处,用湿毛巾擦拭颈部、腋下,也可用冰袋冷敷额头。补水遵循少量多次原则,饮用淡盐水、电解质水均可,不要一次性大量饮水。如果是阴暑,核心思路是散寒解表、化湿和中,可以饮用热姜汤、紫苏水,或是用艾叶泡脚帮助发汗;对症服用藿香正气水,能有效驱散寒湿。切记不要冰敷、喝冷饮,否则会加重体内寒湿。

体育赛事

十堰健儿孙成林 全国射击锦标赛 斩获铜牌

■记者 周仑

本报讯 6月20日,2026年全国射击锦标赛(手枪项目)在贵州收官。本次赛事是国内手枪项目年度顶级高水平赛事,汇聚全国30支代表队、近400名射击高手同台竞技。我市输送运动员孙成林代表湖北省射击队出征,在男子50米手枪团体赛事中稳定发挥、沉着应战,和队友默契配合,为湖北代表队拿下一枚团体铜牌,为十堰竞技体育再添全国大赛荣誉。

本届全国射击锦标赛手枪项目赛程为6月13日至20日,男子50米手枪是本次大赛核心传统项目,对选手长时间专注力、动作稳定性、抗压能力都有着极高考验,多支强队实力接近,竞争异常激烈。

比赛全程,孙成林心态平稳,严格执行赛前训练方案。从资格赛到团体决赛,他动作规范扎实,节奏精准,关键时刻顶住压力打出高分,和另外两名湖北队友稳定发挥,最终合力跻身前三,斩获男子50米手枪团体第三名。

据了解,全国射击锦标赛由国家体育总局射运中心、中国射击协会主办,是国内射击项目含金量极高的年度赛事,也是各省队检验后备人才、打磨竞技水平的重要实战平台,赛事成绩具备重要竞技参考价值,国内各级专业队高度重视本次比赛。