

文/图 羊城晚报记者 王俊伟
通讯员 王勤峰

近日,有不少市民开车去位于S256省道珊美地铁口D出站口一侧的永成加油站加油时,发现加油站居然“消失不见了”。

原来,由于该地块需要重新规划建设,在今年10月底,永成加油站正式结束营业,相关的设施设备以及配套的员工宿舍楼目前全都被拆除了。

20年永成加油站结业 引发街坊“回忆杀”

加油站经营了整整20年

位于S256省道珊美地铁口D出站口处,原本矗立在出站口一侧的加油站已经“不见踪影”,原本连接着加油站的水泥路面也变成一片黄泥地,附近还停留着两辆挖掘机,跟往常来车往相比,显得空旷而寂寥。

据了解,永成加油站是从1999年10月开始由私人接手经营,截至2019年10月,已经整整20个年头。“我们在今年10月初开始收到正式通知,说加油站将在10月底正式结束营业。”在加油站工作了12年的陈女士表示,其实,关于永成加油站要拆除的消息已经持续了很长一段时间,作为员工的他们一早就做好了这方面的心理准备,因此在收到这个通知时并不觉得惊讶,但仍会感觉到不舍。

10月26日12时,永成加油站正式结束营业。随后,拆迁队也于当天开始进场,把加油站相关的设施设备以及

配套的宿舍楼进行围蔽拆除,并于10月31日前完成所有的建筑拆除工作。

厚街较早一批私人加油站

据该油站的老员工回忆,永成加油站是厚街较早一批的私人加油站,当时厚街的车辆还不是很多,加油对象主要以大货车为主。后来,随着厚街汽车保有量越来越多,在2010年到2015年期间加油站迎来了鼎盛时期,与不少企业达成合作,最多时有成百上千辆车在加油站办理月卡、年卡等。不过随着要拆除的消息不断传出,加油站的存亡存在不确定因素,因此,近几年来,永成加油站基本取消月卡、年卡的办理服务。

同时,因为修建地铁口的原因,车辆驶入加油站加油相比以前没有那么便利,需要沿着S256省道珊美地铁口D出站口一侧直行500米左右再转弯才到,为了吸引更多市民,同时答谢老顾客的支持,永成加油站不仅油价比

市场价格低一点,同时还赠送纸巾和免费洗车等服务,收获了不少好评,因此,即便少了些合作的企业和车主,但加油站的业绩还算不错的。

加油站结业引发市民不舍

“真的太突然了。”不少市民表示,永成加油站的油价相对于其他加油站较为便宜,而且每次加油还会赠送纸巾,还有免费洗车等服务,给他们带来了实实在在的便利。因此,不少市民对于永成加油站结业表示可惜。

“我已经在永成加油站加油有将近10年的时间了,每天上下班都会经过永成加油站,因此每次需要加油都会想到那里,并且已经成为习惯了。”家住河田的方先生表示,由于河田社区里面没有加油站,而永成加油站是离他们最近的加油站,因此,永成加油站成为了许多河田居民加油的选择,每次他去永成加油站加油总能碰到熟人,现在拆了,感觉非常不舍。

厚街七旬“背包客” 游览全球120个国家

文/图 羊城晚报记者 王俊伟 通讯员 黄艳敏 谢超均

“读万卷书,行万里路。”用这句话来形容东莞一位老人王均陶最合适不过了。从上世纪80年代开始,陶叔就四处旅游,至今为止已游览世界120个国家,接下来还计划重游一遍中国。在环游世界的同时,陶叔不忘写作和看书,坚持每天写日记30多年了。陶叔表示,旅游、写作、看书已成为他退休生活不可缺少的重要部分。



他也收获了不少。“每次游玩回来后,身心会更加愉悦,人的心境也渐渐发生变化,还收获了一群志同道合的好友,这些收获都是无价的。”对于喜欢旅游,陶叔作了一首诗总结道:“人生在世欲何求,踏遍关山志未休。旖旎风光集成册,闲来阅卷慰平生。”他的挚友也写了一句诗赠给他:“曾经沧海难为水,除却巫山不是云。”赞美他走的地方之多以及他美好的心境。

30多年坚持写日记

在环游世界的同时,陶叔不忘写作。多年来,他养成了每天写日记或者游记的习惯,至今坚持了30多年写了有上万篇日记。从他的日记里看到,写了大量包括以色列和约旦之旅、迪拜和埃及之旅、巴西和阿根廷之旅等日记。直到如今,陶叔写的日记已不计其数。“以前是写在本子里,有厚厚的一大沓,现在就写在电脑里,电脑里存放的全是我的日记。”值得一提的是,陶叔写的日记有点特别,全是以诗词的形式创作。

陶叔还很爱看书,他认为活到老就要学到老,读万卷书,就要行万里路。在陶叔家,摆放着大量《红楼梦》《道德经》《三国志》《儒林外史》等书籍。陶叔说,他不去旅游就待在家里沉迷于书海中,每天至少看书两个小时,尤其爱看古书,领会古人的品质、心境等。甚至有时候半夜睡不着,也会起来看书。还有很多古诗词都能倒背如流。他认为,只有多看多背才能得意灵活运用。

陶叔表示,旅游、写作、看书是他退休生活不可缺少的重要部分,也是自娱自乐的一种方式,这三者使得他感觉生活得更加丰富和有意义,会一直坚持。

游览世界120个国家

陶叔是东莞厚街镇厚街社区人,今年72岁,在上世纪80年代在莞城工作。也是从那个时候开始,陶叔开启了她的“环游世界梦”。“从年轻的时候我就很喜欢旅游了,因为对世界充满好奇,想多出去走走,了解世界各地的文化、风情等。”陶叔说,他首先从国内游起,把全中国的所有行政区都游了一遍。接着再到国外旅游,主要以亚拉非为主,目前已经去了希腊、土耳其、以色列、埃及等120个国家。

2002年,陶叔退休后有更多的空闲时间,对旅游更加乐此不疲,经常背上一个背包说走就走,有些地方还一去就游一个多月。“2005年,我曾经背着一个背包从大连一站又一站游到了黑龙江漠河,一共游了38天,这是我游玩时间最长的一次。”陶叔说,因热爱旅游,他基本一年一半以上的时间都在游玩的路上。

计划重游一遍中国

虽然陶叔已年过七旬,但他身体依然强壮。今年还去了西班牙等多个地方游玩,他说趁着自己身体还行,更要抓紧时间多出去走走。接下来,还打算重游一遍中国。“祖国的大美山河,各地的历史文化、风土人情需要细细游玩和品味。”陶叔觉得很多地方游玩一次是不够的,需要多次游玩,且不同时期游玩的风景都不一样,有各自的美,他曾经到新疆游玩了4次,到北京游玩了9次等,所以中国各地的景点他几乎都了如指掌。

陶叔表示,活到老游到老是他追求的人生目标,在环游世界的过程中,

昔日的永成加油站已成回忆

▼上月底,加油站进行拆除

压的多重考验,最终平安着陆的过程。在故事演讲中,老师声情并茂,学生配合默契,情境式的语言和肢体表达让现场观众仿佛身临其境。

据悉,此次比赛共有全镇18所小学的师生代表参赛,演绎了《抗日女英雄赵一曼》《奋起前进新中国》《中国人,不跪的人》等18个精彩故事。而在比赛前期准备过程中,学生们在老师引领下,也逐步提高了自身阅读理解能力敢于表达、勇于作为的胆识。

据悉,此次比赛由凤岗镇宣教文体局、凤岗镇文联主办,凤岗镇朗诵协会、东莞(凤岗)诗歌创作基地协办。凤岗镇朗诵协会相关负责人表示,此次比赛通过共读诗书、共诵经典、共享感悟,把精彩的阅读故事、阅读理念、阅读智慧传递给学生们,凝聚阅读的力量,为书香凤岗助力。



凤岗镇 2019 年小学语文师生讲故事情赛拉开帷幕

师生共同演绎《中国机长,中国坚守》的故事

“中国机长”登上讲故事情赛舞台

凤岗镇 2019 年小学语文师生讲故事情赛拉开帷幕

师生共同演绎《中国机长,中国坚守》的故事

东莞生活·健康

肩关节疼痛未必就是肩周炎

秋风渐起,50多岁的杨阿姨感觉自己身体大不如前,不知从何时起肩膀有些僵硬、隐痛,一开始并没有太在意。后来逐渐发展到双肩关节活动受限加剧,不能侧睡,因钻心疼痛彻夜辗转难眠。杨阿姨怀疑自己是得了肩周炎,于是来到东莞市人民医院疼痛科就诊。

随着生活节奏不断加快,慢性肩关节疼痛已成为继慢性头痛、慢性腰痛之后的第三大疼痛,约有80%的成年人都曾有过不同程度的肩痛经历。然而作为一种常见病,肩痛问题往往容易被忽视,大多数患者选择忍一忍就好了,常常延误治疗,导致病情加重。

东莞市人民医院疼痛科李知平医师表示,很多人一旦肩膀痛,就很自然地想到肩周炎,就像一发热、咳嗽就想到感冒一样。其实并不是所有的肩痛都是肩周炎。常见的其他原因有肩袖损伤、肩峰撞击症、肩关节不稳、肩肌钙化、SLAP损伤等,每一种病都有不同的治疗手段,有不同的运动锻炼方法和禁忌动作。

根据统计分析,由肩周炎引发的疼痛只占全部肩关节疾病的5%-8%,“肩峰撞击、肩袖损伤”的发病率约占肩关节疾病的50%。

东莞市人民医院疼痛科李知平医师咨询,很多人一旦肩膀痛,就很自然地想到肩周炎,就像一发热、咳嗽就想到感冒一样。其实并不是所有的肩痛都是肩周炎。常见的其他原因有肩袖损伤、肩峰撞击症、肩关节不稳、肩肌钙化、SLAP损伤等,每一种病都有不同的治疗手段,有不同的运动锻炼方法和禁忌动作。

据李知平介绍,肩周炎在冬、春两季发病率明显高于夏、秋两季。天气寒冷时,肩部受凉

使肩关节周围血流缓慢,肌肉紧绷痉挛,长期的肌肉痉挛致代谢产物蓄积,关节营养差而产生无菌性炎症,久之则出现炎性黏连、肩关节疼痛、活动受限等。

当发生肩周炎时,肩关节会疼痛,并且疼痛白天较轻,晚上常会加重。肩周炎不仅肩痛,还会出现肩部活动受限,表现为梳头、穿衣甚至挠痒痒这些需要抬高手臂的简单动作难以完成。

据李知平介绍,肩周炎在冬、春两季发病率明显高于夏、秋两季。天气寒冷时