

行看 百千万



广式月饼



客家月光饼



博美虾饼

三类月饼,三种乡音,一轮团圆月

中秋至,月华同辉,广东饼香四起。羊城晚报记者探访广州黄埔、惠州博罗及汕尾陆丰三地,记录团圆故事。

炉火旺,案板响。广州黄埔萝岗美香饼家的作坊里热气腾腾,多种果仁配成醇厚的五仁馅,擀皮、包馅、压模,整套工序一气呵成。广府人的中秋,月饼是串联邻里、阖家赏月的信物。节前,街坊互赠月饼;傍晚,在庭院摆上桌椅,月饼、田螺、柚子、芋头一字排开,一家老小围坐,用粤语闲话家常,月光落在杯盏饼盒之上。

客家人过中秋,少不了月光饼。糯

米碾磨、文火炒粉、熬糖拌馅、木模压印……满屋飘着糯米炒熟后的醇厚香气。外出务工返乡的客家人,返程时总要带上几块月光饼,分给异地同乡。“月光饼,映月光”,饼与月,皆是游子心头的故乡。

汕尾陆丰博美镇,承业义隆糕饼作坊里,鲜虾、冰肉、蛋黄……在老师傅的手里充分拌和,咸鲜与甜润相互交融。其馅料以新鲜活虾为主,再辅以黑芝麻、小麦粉、果仁、白砂糖等十几种食材,饼皮薄而酥香,入口肥而不腻,回味悠长。

海边人家傍晚则摆开祭月桌,虾

饼、海鲜、鲜果整齐陈列,乡音呢喃,共赏明月,全家分食虾饼,期盼出海平安。一块虾饼装下大海馈赠,也装下家家户户平安团圆的期盼。

岭南水乡孕育细腻甜润,山地农耕滋养清淡质朴,滨海渔耕造就咸鲜厚重,三种月饼、三种味道,背后却是一样的内核——团圆。无论是老城天台、围龙天井,还是海边滩涂,同一轮中秋明月,照亮千万广东家庭。百县千镇万村,风物各异、人心相通。小小月饼,连着手艺传承、家乡发展和人间温情,也把广东的团圆,写进每一个中秋夜。



扫码观看相关视频

执行统筹/魏琴
文/羊城晚报记者 牛智杰
图/羊城晚报记者 黄城栋 孙子桀
出品/羊城晚报大美岭南融媒体工作室

月照均禾千巷亮,龙舞中秋万家欢

9月25日中秋之夜,广州市白云区均禾街人声鼎沸,四个联社27条火龙同时凌空起舞。震天锣鼓伴着街坊此起彼伏的欢呼,古老民俗与人间烟火交相辉映,这个中秋,满是滚烫的乡土情怀。

19时,起龙仪式在各村宗祠前如约开启。锣鼓轰然一响,身披华彩的火龙应声而动,在祠堂门前盘旋昂首、辗转穿梭。围观街坊情不自禁拍掌喝彩,纷纷高举手机,定格这震撼一刻。

完成宗祠之间火龙互拜、互祝平安顺遂的传统仪式后,浩浩荡荡的巡游队伍启程穿街过巷。闻讯而来的居民从四面八方汇聚,一路追随火龙前行。

20时,清湖村牌坊前上演原创主题曲《月照清湖》、国潮街舞等文艺秀,为夜间巡游预热。21时30分,活动迎来压轴时刻:清湖村四条火龙巡游集结,首尾相依,回旋盘绕,合围成硕大璀璨的光环。

有着40余年扎龙头经验的李伟根介绍,舞火龙起源于先民点燃火把驱赶蝗虫,祈求五谷丰登;如今寄托着风调雨顺、安居乐业的期盼,已成为全村老少共同参与的盛事。他告诉记者,舞火龙不只是一场民俗表演,更是凝聚宗族向心力、维系游子乡愁的精神纽带。

文/羊城晚报记者 徐伟伦 图/受访者提供

广州白云均禾街27条火龙穿街巡游,古老民俗点燃滚烫乡愁



火龙互拜

省残运会深圳代表团斩获88金36银26铜

总积分较上届实现跨越式增长

挑战自我、超越极限 他们在赛场上披荆斩棘收获佳绩



深圳代表团赢得荣誉

文/王俊 图/深圳市残联

这份耀眼的成绩单背后,同样涌现出一大批感人至深的先进典型和动人故事。他们当中,有“水中飞鱼”,用残缺的肢体画出最美的弧线;有“追风少年”,以不屈的脚步跑出奋进的诗篇;有“破风勇者”,在自行车赛道上御风而行;有“钢铁脊梁”,在举重台上挑战极限……

其中,省自行车队运动员武文茜在女子自行车项目中拔得头筹,为深圳斩获本届省残运会首枚金牌;外卖骑手谷天义、社区残协专职委员苏迪等,生动诠释“上了马就是将军”,用行动证明,身体的障碍挡不住追梦的脚步,平凡的岗位也能书写不凡的传奇;李笑宇、李明宇姐妹“初生牛犊不怕

虎”,首次参赛便崭露头角,成为跆拳道赛场上的闪亮新星;还有胡秋立、陈柳翼、萧彦红、李格格、任昱霄、胡园昊、李楚鹏、张兆政、沈飞虹等在各自领域独占鳌头,用一枚枚沉甸甸的金牌,生动彰显了“自强不息、超越自我”的体育精神。

让深圳残疾人跆拳道队主教练余约婷印象深刻的是,队伍训练强度对标普通专业运动员,没有因为特殊而降低标准。高位踢击动作对柔韧要求极高,零基础起步的李笑宇硬是咬牙坚持了下来。赛前的她更是遭遇“高烧”挑战,不过出于赛事考虑,李笑宇没有服药,选择“带病上场”,最终取得了大级别KT60组别的金牌。

男子举重54公斤级赛场上,深圳残疾人运动员陈柳翼一举拿下“最佳单次重量”与“三次试举总重量”两枚金牌。在冲击极限的第三把试举中,他直接加到151公斤,超过了原有的省残运会纪录。“深圳给了我更大的舞台。”陈柳翼说,目前自己正在为亚残运会和洛杉矶残奥会准备,打破纪录,这是他为自己立的下一个目标。

对于残疾人运动员而言,想要站到省残运会的赛场上,相比健全人,要付出更多的努力,克服身体的不便,突破心理的障碍,日复一日进行训练。正是这种骨子不服输、不放弃的拼劲,敢于挑战自我、超越极限的韧劲,才能在赛场上披荆斩棘,收获佳绩。

广选人才、严格保障 深圳持续推动残疾人体育事业发展

这份成绩的背后,是深圳一开始就确立的“广选材、严集训、强保障”工作思路。在选材阶段,深圳依托“市—区—街道—社区”四级残疾人组织体系,开展全域摸排,基层残联的工作人员走社区、进家门,把一个个有潜力的“好苗子”从幕后带到台前;在集训阶段,教练员们科学制定训练方案,通过“基础体能—专项技术—实战模拟”分段递进,并建立训练日志、阶段考核和动态调整机制,淬炼出参赛运动员的“真本领”。

整个备战过程中,深圳组建了包含专业教练员、体能师、康复师、医生在内的复合型保障团队,为运动员提供全链条服务,对有需要的运动员还配备了“一对一”的生活辅助人员,从

食宿、交通、医疗、保险到无障碍环境,全方位做好后勤保障,让运动员能够心无旁骛投入训练和比赛。

其中,深圳市残联全面统筹,深圳市残疾人体育协会协调,福田、南山、宝安、龙岗等各区残联积极挖掘输送优秀运动员,并派出教练员随队参赛,深圳元平特殊教育学校、深圳市宝安区星光学校、深圳市跆拳道协会等在场、器材、人员方面给予大力支持,各相关部门、各单位通力配合、鼎力相助,共同构筑起深圳代表团最为坚实的后盾。

站在新的起点,深圳如何把成绩转化为动力,把经验转化为机制,持续巩固和扩大深圳残疾人体育发展成果?据介绍,深圳将以此次省残运会为契机,补短板、强弱项。在后备人才选拔

方面,将常态化开展残疾人运动员摸排发掘,不断优化选拔测评机制,让更多有潜力的“好苗子”能够及时发现,获得参与训练、走上赛场的机会。

在训练科学化方面,深圳将完善训练体系,引进先进理念和方法,不断提升训练质量和效果;同时,深圳将进一步加强复合型保障团队建设,完善从日常训练到参赛备战的全流程保障机制,落实好残疾人运动员激励保障政策,全力以赴保障深圳残疾人体育全面发展、高质量发展。此外,深圳将把残疾人竞技体育和群众体育统筹起来,带动更多残疾人走出家门、参与体育锻炼,让体育成为残疾人康复健身、融入社会的重要途径,让更多残疾人在运动中收获健康、快乐与自信。



省残运会举重比赛现场



省残运会足球比赛现场



省残运会跆拳道比赛现场