

打造群众身边的健康驿站 浙两地成全国示范点

本报记者 高玲玲

1月7日,2024年全国常态化国民体质监测工作总结会上,为入围2024年体质测定与科学健身指导典型案例的单位颁发证书。其中,由省体科所牵头,温州市体育局选送的《探索“1321”运动促进健康新模式 推动体卫深度融合发展》和衢州市体育局选送的《构建“五维模式”坚持“五度融合”打造四省边际体卫融合新样板》,入选全国十佳“典型案例”。

“1321”扎实落地 助力体卫融合人才培养

温州市的“1321”运动促进健康新模式在综合评分中排名第一。什么是“1321”模式?即“创建1个基地培育3支融合服务队、开展2项融合打造1个数字化平台。”温州市体育局群体处相关负责人介绍,这个模式的关键点在于体卫融合人才培养。

近年来,温州依托首个省级运动促进健康体卫融合人才培养基地,着力打造百姓身边的三支

体卫融合队伍(即培育一支乡村服务队、一支“双员”服务队和一支学校服务队)。

乐清市白石街道社区卫生服务中心骨科医生管正通告诉记者,平时在门诊过程中常遇到一些慢性病患者,其中不少可通过日常饮食调理+科学运动方式进行改善,但由于缺乏专业健身知识,如何对病人进行指导对他来说有些为难。管正通表示,经过培训以后,他可以根据病人的年龄、体重和病情,在医生处方之外,开出运动处方,指导患者科学健身。

“接受培训的可以是乡镇(村)医生、基层体育委员和社会体育指导员,也可以是中小学校校医。”温州市体育局群体处相关负责人说,通过理论教学和实操训练,让百姓身边的人掌握运动损伤防治和科学健身知识,再随时随地对身边人进行指导,将体卫融合的理念传达给每一个人。

借助人才优势,各类活动组织起来也就更加得心应手。近年来,“你点我送”“送体育下乡”和“奔跑吧少年”体育壮苗行动等送

体质测试和科学健身指导服务进公园、进企业、进乡村(社区)、进山区学校等活动在温州蓬勃开展。近三年来,中心体质检测服务达3万余人次,送体质测试和科学健身指导服务活动70余期,开展科学健身指导公益课堂100余场次,线上线下服务超20万人次。

五维健康管理模式 全流程护航全民健康

提档升级后衢州市运动促进健康中心通过“筛查-评估-干预-管理-优化”一体化服务,实现对慢病、亚健康人群的健康识别、运动干预、精细指导,帮助市民提高健康素养。

56岁的董岩青一位广场舞积极分子,前段时间还参加了中心推出的集中运动干预课程,“工作人员会先为参与者进行全面的体质监测。根据监测结果,运动康复师进行评估,并制定个性化的运动方案。”董岩青说,工作人员给他开出的“处方”是适度开展力量和柔韧性训练。

为了更好地掌握参与者的运动状态和效果,中心为每位参与者配备了心率监测手环,运动康复师根据数据反馈,通过后续3个月的跟踪管理,了解学员情况,并及时调整运动方式和强度。前几天的测评,董岩青的体质测试综合评估分数上升了不少,她很开心:“没想到这么快就有效果了。”

“有了更专业的指导和全流程跟踪,让更多人认识到运动对健康的重要性,帮助大家养成良好的运动习惯。”衢州市运动促进健康中心运动康复师钱坤觉得这是这项工作的意义所在。

据了解,中心坚持每周开放7天,每天开放9小时,在全省率先实现体质监测指导服务“不打烊”。“离得远没也关系,可以使用‘远程预约+线上反馈+远程指导’功能。”中心工作人员说。

近年来,浙江不断丰富体育服务供给,促进全民健身与全民健康深度融合,多措并举创新探索“体卫融合”路径,发挥科学健身指导从体质测定开始的理念,建设运动促进健康多元化发展模式。

不亦乐乎

1月8日,舟山市老年人桌上冰壶球交流活动落幕,活动汇聚了9支代表队,70余名运动员参与。

通讯员 吕伟民 厉汝成



@温州

本报讯 1月5日,随着击剑排名积分赛总决赛落幕,2024年温州“体育未来之星”积分系列赛完赛。全年参与该项赛事的青少年运动员超过7000人次,体现该市体教融合改革持续深入,青少年体育锻炼的人口基数逐年扩大。

(通讯员 曹莹)

@宁波江北

本报讯 新年伊始,宁波市“一人一技”全民健身周主题活动火热进行,全民健身之网球公益体验课、公益太极培训持续深入江北区各个社区,为运动爱好者搭建交流切磋的平台。另外,近几日宁波江北区第三届围棋元老赛、第四届围棋擂台赛相继举行。

(通讯员 杨佩贞)

@遂昌

本报讯 近日,一场别开生面的师生定向赛拉开了遂昌县实验小学“游戏节”的序幕,通过活动,同学们启迪智慧,开拓思维。。

(通讯员 朱贤锋)

坚持赛事引领,融合赋能 杭州将大力提振体育消费

本报记者 易龙吟

本报讯 1月以来,杭州市已举办了祈福走运、新年登高、西湖冬泳等迎新主题体育活动和杭州CBSA斯诺克巨星邀请赛,CBA联赛浙江方兴渡队主场比赛也在火热进行中。1月7日,记者从杭州市大力提振消费专项行动新闻发布会上获悉,杭州市体育局在推动政策落实、扩大体育消费方面将有一系列措施。

市体育局党组成员、副局长吴璐琪表示,杭州将持续在发展户外运动,打造“体育+”消费场景,发布体育消费惠民措施等方面发力。围绕城市特色,推出一批“骑行锻

炼”“水上运动”“山地徒步”“低空运动”“冰雪运动”等户外运动优质项目。推动体育与文、旅、教、科、医、康养等融合,打造“体育+”复合型消费场景。以“体育赛事进景区、进街区、进商圈”为抓手,将赛事活动带来的“流量”转化为文旅消费的“留量”,促进消费业态多元融合发展。

对于法定节假日公共体育场馆惠民开放,杭州市体育局也将鼓励平台和体育企业设立专题页面,发布优惠措施、发放体育消费券,吸引更多市民来体验体育健身、户外运动、赛事活动,持续激发体育消费活力。此外,杭州也将结合时

令节庆,推出更多市民欢迎和期盼的体育休闲活动。今年新春,将围绕冬季冰雪主题,开展冰雪运动项目联合惠民促销活动。

吴璐琪表示,2024年杭州市围绕国际“赛”“会”之城建设目标,共举办国际性赛事28项,全国性赛事65项,区县级以上赛事470余项;初步估算接待观众超50万人次,吸引国外选手1400余人次,取得票务收入超5000万元,拉动相关消费超10亿元。2025年,市体育局将坚持赛事引领、融合赋能,为市民提供更丰富、更优质、更有趣味的体育消费产品。