

三江热议

乐见 国民健身热 持续升温

王志顺

其实,自从2009年8月8日被国务院批准为“全民健身日”以来,在每年的“全民健身日”来临之际,各地都要组织开展“全民健身日”主题活动,引导更多群众在运动中挥洒汗水、感受快乐,推动健康中国建设向前发展。同时,随着“健康中国”的理念逐步深入人心和个体健康意识的增强,不少国民平时也自发的积极的参与到全民健身活动中来。据《2021年度中国健身行业数据报告》显示,中国健身会员和健身人口渗透率呈现出连续五年增长的态势。即使是疫情之下,健身行业仍持续发展,这从今年夏天以来,“云健身”火遍中国就可见一斑。

中国健身持续升温的背后,首先应得益于顶层设计推动。从1995年《全民健身计划纲要》推行起,全民健身在中国不断长效化、制度化。2021年8月,中国国务院印发《全

民健身计划(2021-2025年)》,进一步清晰了扩大经常参加体育锻炼人数比例、新建或扩建体育公园等目标与举措,同时提出,到2025年,全民健身将带动全国体育产业总规模达到5万亿元人民币。其次,是社会进步的重要表现,是经济社会发展到一定程度的必然结果,是社会整体文明水平提高的显著标志。从吃不饱到吃得饱,从吃得饱到吃得好,从吃得好到吃得健康,这是中国人民物质生活水平进步的“三级跳”,现在又把全民健身纳入国家发展战略,是健康意识的又一进步。

当然,中国健身持续升温,也与一种文化与理念的根植分不开。毕竟,中国自古以来就重视体育,比如,“礼乐射御书数”的“六艺”中,便有骑、射作为体育元素,体育也和德育、智育一起,构成了中国传统教育的三个维度。

今年8月8日是我国第14个“全民健身日”,为了营造浓厚健身氛围,这两天宁波举行了丰富多彩的体育活动。昨日傍晚,中信银行·2022宁波市三江六岸健步走大会在和丰创意广场启动,吸引了近千位市民参与。

8月8日《宁波晚报》

强大的国家需要强健的国民,强健的国民有赖于每个公民的自觉努力去实现。只有竞技体育的辉煌不算强健,唯有全民参与体育锻炼,全民体质显著增强,每个国民都朝气蓬勃、昂扬向上才是强健;唯有到处都是健身的身影,到处都能看到绿草如茵的足球场,到处都可以感受到从政府到人民群众,都对全民健身的高度重视才是强健;而从更高的标准要求,唯有从身体到心理都更加阳光自信,自立于世界民族之林才是强健。目前中国正处在激烈的国际竞争之中,要在激烈的竞争之中始终处于不败之地,每个公民都要从自身做起,真正把运动健康当成一件事,当成一个不可推卸的责任去认识、去实践、去享受其中的无尽的乐趣。总之,无论是实施“全民健身计划”,还是推动“健康中国”建设,都离不开你我的共同参与。

街谈巷议

让更多孩子 成为“急救小医生”

郭元鹏

继报名火爆的“眼科小医生”活动后,宁波大学附属人民医院又开展了暑期“小医生”体验活动第二波——“当一回急救小医生”。招募消息刊出仅一天,报名人数即有百余人,远远超出“额定计划”。为此,宁波大学附属人民医院临时决定再增一场培训。

8月8日《宁波日报》

先来看看成果:培训结束时,小学员们的急救已做得有模有样。这也说明了这样活动的必要性。如今校园里,也会发生需要急救的场景。比如参加体育锻炼又或是比赛的时候,就有可能出现一些意外,如果没有急救知识,大家急急慌慌不知所措,就只能坐等医生前来,无形中耽误了救援时间。而让孩子们成为“急救小医生”后,就能更好确保校园的生命安全,为后面的专业营救赢得时间。

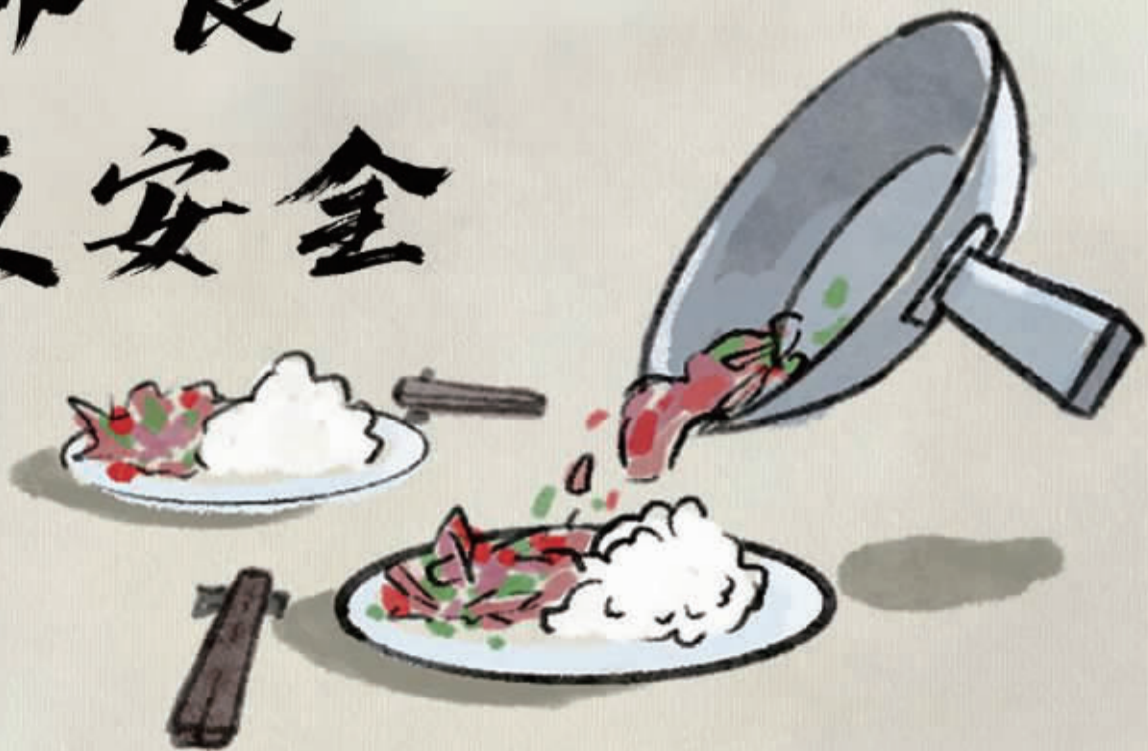
实际上,“急救小医生”不仅可以在校园内发挥作用,放到社会上,也有作用。街头明明已经安装了“救命神器”,可是面对突发的事件,没有接受过培训的人,根本无从下手。而心肺复苏等技能,掌握的人也是少之又少。我们经常看到媒体的报道:街头有人晕厥,幸好遇到了好医生、好护士。这样的新闻固然让我们感动不已,问题是在惊险场景出现的时候,谁能保证每一次都“遇到好医生、好护士”?因此说,我们必须要让更多人掌握急救技能,让更多人面对惊险场景不再是“泪眼婆娑”的“惊慌失措”。

“急救小医生”培养工程,显然是必要的,让他们掌握一定的应急技能,必要的时候不仅能“救自己”还能“救他人”。社会急救知识,应该成为基本的生存技能。

晚报评论邮箱: nbwbplj@163.com

“文明健康 有你有我”公益广告

分餐而食 更安全



浙江省委宣传部 浙江省文明办