

点燃激情 快乐运动

上千市民打卡“全民健身日”



记者 张磊 摄

□记者 王倩倩
通讯员 沈慧萍 吴思颐

本报讯 今年8月8日是我国第17个“全民健身日”。昨晚,2025年舟山市“全民健身日”主题活动在舟山体育场举行,上千名市民展现运动风采,感受体育魅力。

当晚7时许,随着少儿拉丁舞、幼儿篮球、街舞、健美展示等暖场节目轮番上演,拉开了运动狂欢夜的大幕。现场设置了全民健身、竞技体育、体医融合、产业展示、文旅市集5大板块,包含“时尚运动套餐”“科学健身礼包”“体育+”等11类活动,让“人人爱体育、人人会体育、处处可体育、健康靠体育”的理念在岛城尽情绽放。

由350人组成、身着统一文化衫的“全民健康减重超慢跑”队伍从舟山体育场出发,沿着新城海湾公园完成3.5公里的定向打卡,成为当晚最动感、最励志的流动画面。“自从7月参加市里举办的全民健康减重大赛,我已经瘦了8斤,出汗的感觉真的太痛快了!”队员王先生笑着说。

随后,主舞台成为展现舟山全民健身“基层力量”的秀场,今年首次举办的社区(村)运动会“双员”技能交流展示大会在此精彩上演。来自全市各社区(村)的168名社会体育指导员与基层体

育委员组成15支队伍,以健身操舞、秧歌、排舞、曳步舞、太极拳等群众喜闻乐见的项目惊艳亮相,充分展示了基层全民健身工作的丰硕成果。

嘉年华与时尚运动体验区同样人气爆棚。排球、射箭、匹克球、飞镖、飞盘、棋类等15个项目吸引了各年龄段市民踊跃尝试。专业教练“手把手”的现场指导,让科学健身变得“接地气”、更惠民。亲子水枪闯关成为家庭互动“爆款”,60组家庭在清凉水花和欢声笑语中默契协作,完成趣味关卡,运动成为联结亲情的纽带。

体医融合专区由舟山医院专家坐诊,提供健康减重咨询、体质检测及个性化运动处方。现场另有青少年足球夏季挑战、体育产业展示与文旅市集精彩碰撞……多维度展现了全民健身与赛事、健康、文化、产业的深度融合发展。

我市今年重点策划实施了舟山市第八届全民体育生活节和2025年舟山市社区(村)运动会两项群众体育赛事“大餐”。截至目前,全民体育生活节已成功举办23项活动,社区(村)运动会已举办50项,参与人数达1.3万人,涵盖机关、企事业单位职工、自由职业者及新舟山人,年龄跨度从5岁幼童到75岁长者,全民健身氛围空前浓厚。

舟山无人机 锚地配送服务再升级

据舟山交投微信公众号消息,为提升锚地物流周转效率,及时满足船舶、船员物资需求,舟山交投集团推动无人机锚地配送服务再升级,全力打造更智能、更高效的物流配送解决方案。

交投集团积极响应船员实际需求,不断优化配送流程,确保每一份订单都能精准送达。无论是日常补给还是紧急物资,均实现快速响应,以科技驱动锚地配送效率提升。

创新采用无人机“巴士化”运营模式,一架无人机可实现多订单协同运输,大幅提升效率,缩短等

待时间。

持续拓宽服务边界,在生活物资、文件配件等常规配送基础上,新增海图资料等专业航行物资配送,为船舶安全航行提供保障。后续,交投集团将不断纳入更多高需求品类,打造全方位锚地物资供给生态。

交投集团现已和中石化达成合作,船员可通过“易捷”相关平台直接下单,享受“购物+配送”一站式服务,一步到位,省时又省心。后续,交投集团将携手更多优质平台,为船员提供更多选择。

业务推广期间,下单无人机锚地配送服务,费用限时全免。

我市养老护理员职业技能竞赛昨落幕 年轻人和多元人才 成新生力量

□记者 陈斌娜 通讯员 王林峰

本报讯 “爷爷,今天胃口怎么样?需要我扶您坐起来吗?”8月7日上午,2025年舟山市养老护理员职业技能竞赛实操现场,今年32岁的选手戴双燕俯身轻声询问模拟卧床老人。经过为期两天半的理论知识与实操技能比拼,这场行业“大比武”于昨天落下帷幕。

本次竞赛设置技师竞技、技能晋升两个组别,共60名选手参赛。与往年相比,今年竞赛放宽了报名条件,取消了“从事养老服务相关工作3年以上”的限制,参赛人数较去年增长近四成。

市民政局相关负责人介绍,除传统养老机构护理员外,家政服务机构、长期护理保险定点服务机构的护理人员也积极参赛,“在参赛选手年龄方面,呈明显年轻化趋势。”

从报名情况来看,选手中“90后”占比从去年的28%提升至53%,还有多名“00后”选手亮相。同时,选手学历水平显著提高,本科及以上学历者占三分之一。技能晋升组中,8名男性护理员的参与也成为竞赛亮点。如此,既有现实需求的推动,也蕴含着积极的社会意义,更是一项新挑战。

在传统观念中,护理工作被视为“女性专属”,但男性群体的加入能扩大护理员队伍,缓解用工压力,尤其在需要体力、应急处理(如突发疾病时的紧急搬运)等场景中,男性护理员可有效提升护理效率。

“随着老龄化加剧,社会对养老护理员专业技能要求也会越来越高。”选手之一、24岁的周辉笑道,“护理工作无性别之分,男性养老护理员也能服务好老人,且有许多优点。”

“选手们精神面貌,参赛水平较好,成绩较为理想,较往年有较大提升。”特邀裁判长、浙江中医药大学副教授裘兴梅在现场点评中建议选手们今后要对标省赛、国赛,提升技能水平。

根据竞赛规则,技能晋升组前三名选手将被认定为“舟山工匠”。技师竞技组前三名选手则被授予“金牌养老护理技师”荣誉称号。

据了解,目前全市养老领域持证护理员共计1256人,其中机构养老护理员762人。今年以来,我市已新增同时持有养老护理和急救救护证书的“双持证”护理员405人,并建立起168人的村社养老管家队伍,为养老服务提升提供了有力支撑。

本产品由故宫博物院出品,中钞长城贵金属有限公司经销与管理,代销机构不承担产品的投资、兑付责任。产品图片仅供参考,请以实物为准。(投资有风险 购买须谨慎)

中国建设银行
China Construction Bank
浙江省分行

【好“饰”来客,这波值得冲!】故宫吉祥首饰限量发售,国家工艺美术大师艺术指导,故宫文物为原型精工制作,承袭故宫美学基因!古韵吊坠,黄金加贝母,雅致贵气,蝴蝶串珠、青瓷手链、敦煌手链及典藏黄金串珠同步上新!回馈进行中,详情请行各网点【中国建设银行】。(投资有风险,购买须谨慎)