



体育相伴 收获幸福

普陀区举行新上海人健身擂台赛

本周,一场新上海人健身擂台赛,在普陀体育公园进行,同时也拉开了上海市第一届市民运动会普陀区展示周的帷幕。投篮、飞镖、跳绳……新上海人的业余体育文化生活,丰富多彩。

在运动会上,他们展示了打拼事业的激情,结交了更多朋友。他们自豪地说:“我们新上海人,在上海找到了家的感觉。”



老年妇女在表演练功健身操 本版图片 记者 周国强 摄

体育之家

你能否想象,一家医药企业,拥有成片篮球场、足球场,还有桌球室、乒乓房。在上海九州通医药有限公司,员工打趣说:“我们天天都在办市民运动会。”其中,80%的员工来自外地,每天下班后,他们几乎将公司当成了自己的家,打篮球、踢足球……好不开心。

今年2月,山东人李连柱入职,以前在部队里,他几乎每天都打篮球。原以为,退伍后,会同篮球说“拜拜”,但一进新公司,他喜出望外,“这里有篮球场,公司还组织参加区里的各项体育比赛!”高层听说李连柱是个篮球好手,便交给他一项任务——担任篮球队队长。在普陀区的市民运动会上,九州通篮球队的成绩名列前茅。

“每周,我们至少打3次篮球。”说起篮球队,李连柱颇为自豪,“附近其他企业员工听说我们的篮球队厉害,常来同我们切磋。但他们要先提一个要求,九州通的员工必须分在两个不同的队伍中,他们觉得我们太厉害了。”

九州通不仅篮球队有名,足球队、拔河队也很有特色。“我们一共有6支运动队,公司鼓励我们参与各个机构组织的体育赛事。”李连柱介绍说,公司的董事长,也是篮球队的一员,常关照下属在比赛中不准让他;副总经理喜欢在操场上健步走,每天傍晚,员工纷纷加入健步走的队伍;而总经理则在各项赛事中负责后勤保障工作,市民运动会期间,他亲自安排大巴车接送员工。

“我们在上海的生活,因为体育,增添了一份激情。”李连柱笑着说。

经验之谈

来沪20年,福建人郑宝芳在上海扎了根,她从一个打工者,成了企业的领导者。2004年,她成为上海万润国际酒店用品市场的创始人,担任总经理。天天运动,是她灌输给员工的企业文化,当公司的规模日趋壮大时,公司里的新上海人、老上海人也愈发热爱企业文化。

20年前,郑宝芳来上海打工,摆地摊卖工艺品。“那时候,我每天打工15小时,吃过的苦,只有自己知道。”如今,公司有了7家连锁店。生意越做越大,生活条件也越来越好,可她的身体,拉响了警报:颈椎病、心跳过速、脸色不好……“当初拼命打工,劳累过度,又没时间运动,大约5年前,我的身体状况一度很不好。”在医生建议下,郑宝芳开始投入健身运动。这也给了她一个启示,自己年轻时不重视运动,但企业员工不能走她的老路。于是,她在公司里购置了一批乒乓、飞镖等健身器材,这还不够,郑宝芳特地请来健身操老师,帮公司编了一套特别的健身操,随后,她亲自指导员工做操。每天早晨8时30分,公司会准时响起音乐,这个时候,员工会整齐地排好队伍,先做一遍第九套广播体操,再做一遍健身操。郑宝芳的宗旨是,员工健康了,心情愉悦了,工作效率也会提高。

本报记者 陶邢莹



木兰拳让女人更自信,更健康,更美丽

上周末,来自上海四面八方的木兰拳爱好者足足坐满了50辆大巴车,来到了宝钢体育馆,参加首届市民运动会木兰拳总决赛。木兰拳创始人应美凤在看台上喜不自禁。“赛事办到家门口,轰轰烈烈。市民运动会木兰拳比赛共吸引了22009人次参赛,是木兰拳运动创始以来,参赛人数最多的一次。”

舒缓的音乐,曼妙的身姿,决赛持续了整整两个多小时。人群中最大的长者已经85岁,最小的9岁。“木兰拳从创始至今已经30多年了,成了老少皆宜的一项运动,现在还走进了学生的课堂。像曹杨中学就有近千名学生会打木兰拳。”应美凤很自豪。

木兰拳诞生于上海,现在不仅覆盖本市17个区县,还辐射到全国100多个省市,形成了木兰拳“百万娘子军”。此外,香港、澳门地区和日本、美国、新加坡等国也相继成立了木兰拳组织,扩大了木兰拳在海外的影响。今年,木兰拳国际邀请赛就要过8岁生日了。

木兰拳究竟有多大吸引力?应美凤介绍,静安区的木兰拳手林美华,曾被医院下过病危通知,自从接触了木兰拳运动,身体状况明显好转。市民运动会木兰拳赛从初赛到决赛历时3个月,原本林美华的女儿要她去美国探亲,可为了参加比赛,林美华的美国之行一再推迟。总决赛上,林美华代表静安区拿到了冠军。

张筱梅今年已经70多岁了,女儿在新加坡,儿子在以色列,她一个人生活在上海。“老张的儿女都很孝顺,总叫她去国外一起生活。”可老太是木兰拳教练,她舍不得离开上海,离开一起打木兰拳的朋友。“市民运动会木兰拳的初赛,张筱梅带着一帮和她一样大的‘弟子’参加,尽管被淘汰了,但总决赛她们还是一起来到宝钢体育馆,给其他选手加油鼓劲。”

过去数年间,木兰拳在中华武术史上书写了一个传奇。黄浦江畔、南京路上……每年三八妇女节或上海市全民健身节前后,应美凤都会组织木兰拳万人大会操。应美凤说,木兰拳让女人更自信,更健康,更美丽。

本报记者 钟喆



舒缓的音乐,曼妙的身姿,木兰拳深受妇女的喜爱

走出家门参与运动

普陀区残疾人健身专场举行



普陀区残疾人在表演自编的健身操

本报讯(记者 陶邢莹)昨天上午,上海市第一届市民运动会普陀区展示周残疾人健身专场在普陀区体育馆举行。来自普陀区9个街道、镇,共317名残疾人参加,活动共设4个展示项目和7个比赛项目,包括中国象棋、乒乓球、视障人士足球操等。

在昨天的展示和比赛中,选手们充分发挥各自的特长与优势,通过体育运动收获快乐,也鼓舞更多的残疾人抛开胆怯,勇敢地感受人生的意义。

去年,普陀区残联在全市率先开展“残疾人体育进社区”活动,广受残疾人欢迎。今年,普陀区在“助残进社区”系列活动中,结合市民运动会,更加丰富了残疾人的体育文化生活。真西二小区的周环夫妇就是体育运动的获益者。周环因类风湿性关节炎导致四肢活动不便,其丈夫下肢残疾,多年来,周环夫妇心态自卑烦躁,不愿走出家门同邻居交流沟通。残联针对他们的特点,亲自上门赠送拉力器,并由专业机构负责上门指导,鼓励他们多运动。在体育活动中,他们愈发自信,不再自卑烦躁,渐渐同邻居打成一片。

关于国美电器品牌被冒用进行虚假抽奖活动的声明

近期,有顾客向我公司反映,在信箱等社区报箱中收到诸如:“某电子祝国美电器成立25周年,激情大回馈”、“国美25周年庆典盛大启幕兑奖说明”等文字内容的宣传纸张。为维护我公司的良好品牌形象和消费者的合法权益,现我公司对此事件作如下声明:

1、国美电器有限公司并未联合任何品牌公司举办“某公司祝国美电器成立25周年,激情大回馈”等类似抽奖活动,也并未发放此类“中奖卡”等相关宣传纸张。国美电器将对盗用我公司名义进行欺诈犯罪行为保留追究行为入法律责任的权力。目前,我公司正配合政府有关部门对此事项进行调查。

2、国美电器有限公司提醒消费者,切勿轻信未经我公司证实的任何“中奖”信息。如在生活中收到或接到类似中奖通知,或发现任何有“中奖卡”形式的宣传纸张,请及时致电我司全国服务咨询热线400-811-3333,或向警方报警,以保障您的合法权益不受损失。

3、由于我司曾举办抽汽车活动,并取得了良好的社会效果,并被电视台报道,因为一些不法之徒冒充我司工作人员发放中奖率极高的DM单页等宣传品。提醒消费者,国美促销活动详见各大媒体报纸,不得轻易相信未经证实的来源。

4、同时提醒消费者,如果您参与了国美诸如抽奖等活动,我司会通知您到门店办公室办理,同时不需要交付任何的费用。

上海国美电器有限公司2012年9月11日