

全民健身绘就幸福生活新图景

——我州体育事业蓬勃发展

□ 记者 蔡亮 通讯员 罗荣媚 严雪

近年来,我州紧扣“体育为民、体育惠民”核心,深入实施全民健身国家战略,不断完善公共体育服务体系,优设施、惠民生、兴赛事,让运动健身成为苍洱大地的新风尚,全民健康的生动图景正徐徐展开。

场馆惠民: 低免开放点燃群众健身热情

清晨,祥云县全民健身中心已是一片热火朝天的景象。退休职工秦和在这里锻炼已有十多个年头:“主管部门提供了这么好的场所,来锻炼的人非常多,项目也全。我们老年人在这里老有所乐、老有所享,还有专业老师指导,这几年场馆越办越好。”

作为本地居民健身锻炼的首选地,祥云县全民健身中心严格落实免费、低收费开放政策,年均开放330天以上,每天开放时长超12小时。场馆实行“工作日白天免费、晚间及周末低收费”的模式,仅2025年就低免开放180场次以上,惠及群众超115万人次。在这里,群众既能自主开展锻炼,还能免费参与篮球、足球、气排球、游泳、太极拳、八段锦等各类体育公益培训。

设施筑基: 城乡体育网络实现全覆盖

“十四五”以来,我州将体育设施建设作为重点民生工程全力推进。截至目前,全州已建成体育场地12780个,行

政村(社区)体育设施实现百分百全覆盖。州体育中心等6个公共体育场馆完成信息化建设,群众运动空间不断扩容,“金角银边”得到有效盘活。

硬件设施的完善,为全民健身打下了坚实基础。全州经常参加体育锻炼人数比例达38.7%,城乡居民《国民体质测定标准》合格率达93.9%,越来越多的群众从“旁观者”变为“参与者”,运动习惯在苍洱大地蔚然成风。

赛事赋能: 品牌活动点燃运动激情

一场场精彩赛事,成为全民健身的“助推器”。我州坚持以赛事赋能全民健身,全力打造“四季户外运动之城”。大理三月街民族赛马大会、全州第26届少数民族传统体育运动会、澜沧江一湄公河合作大理马拉松、2025大理洱海龙舟赛、第三届全国户外运动大会……富有大理特色的群众体育品牌赛事轮番上演,营造出“月月有活动、季季有赛事”的浓厚氛围。

数据显示,2025年全州共举办108个群众性体育赛事活动,参赛规模达11.08万人次,线下观赛66.46万人次。赛事经济效益同样亮眼:直接经济效益9.79亿元,经济拉动效应26.59亿元,旅游六要素收入8.64亿元,位居全省第一。与此同时,我州积极推动体育与旅游、文化、乡村振兴深度融合。大理乡愁马拉松年度接力赛、“滇超”大理赛区顺利启动,“探秘南丝路·WALK古村镇”全民健身活动等特色项目,让体育赛事走出场馆、走进景区、融入乡村。

竞技突破: 体育产业势头强劲

竞技体育方面,我州健儿奋勇争先。组队参加2025年全国U17摔跤锦标赛、第十二届田径耐力项目高原赛区对抗赛、云南省2025青少年冠军赛和全国皮划艇冠军赛,均取得优异成绩。

体育产业发展势头强劲。全州8个项目入选国家级、省级体育旅游精品项目和体育文化优秀项目,“苍山洱海”成功入选全国第一批高质量户外运动目的地建设名单。国际体育中心项目正加快启动建设,第十七届省运会备战工作有序推进。

2026年,我州将重点组织办好澜沧江马拉松、端午龙舟赛、三月街民族节、全

民健身日、户外运动产业大会及铁人三项国际赛等系列品牌赛事,持续擦亮“四季户外运动之城”名片。同时,大力推广匹克球运动,努力将大理培育成“匹克球运动之都”,并全力建设高质量户外运动目的地,深入挖掘资源、加强项目谋划,以体育事业高质量发展成果助力大理经济社会发展。从“小众”走向“全民”,从“倡议”变为“行动”,大理州正以体育惠民的实际成效,书写着健康大理、活力大理的崭新篇章。州教育局体育科科长柏静介绍,下一步,我州将坚持群众性体育与竞技性体育、体育事业与体育产业、部门主导与社会协同、体育精神与专业标准的“四个结合”,形成推动全州体育蓬勃发展的强大合力。

短评

让体育之光点亮全民生活

□ 蔡亮

从大理州体育中心的“场馆惠民杯”足球赛,到各县举办的特色马拉松;从青少年公益体育训练营,到覆盖城乡的广场舞培训……大家在家门口就能健身,就能参与与体育活动,就能感受到体育赛事的魅力,这是“体育为民、体育惠民、体育利民”理念最具体的体现,是推进全面建设小康社会的生动实践。在大理,“天天

有健身、周周有活动、月月有赛事”的全民健身新格局正逐步形成。当然,持续提升仍需发力:农村地区设施维护与指导力量如何跟上?低免政策能否更精准覆盖不同群体?我们期待以“月月有活动、季季有赛事”的目标为牵引,让体育之光真正点亮生活的每一座村庄、每一个社区,为全民健身提供更具特色的“大理样本”。



漾濞县地震局工作人员在“二月十九街”物资展销会上向群众宣传防震避险知识。(摄于4月7日)
4月7日,漾濞县地震局借助漾濞传统盛会“二月十九街”期间商贾云集、群众齐聚的时机,组织党员和志愿者到现场开展防震减灾宣传教育活动,通过向群众发放防震避险手册、现场开讲和面对面提供咨询服务等方式,宣传地震避险和自救互救常识。当天共发放各类宣传资料380多份,提供咨询服务和政策讲解50余次,有效提升了社会公众防震减灾意识和自救互救能力。
[通讯员 毕华军 易文彬 摄影报道]

4月9日,云龙县宝丰乡工作人员在宝丰古镇戏台开展森林草原防火山火知识宣传。

此次活动,将文艺创作与防火宣传深度融合,既丰富了群众精神文化生活,又营造出“人人关注防火、人人参与防火、人人守护绿色”的浓厚氛围。

[通讯员 罗晓剑 赵成蔚 摄影报道]



巍山县一名公职人员在巍山古城拱辰楼广场参加无偿献血活动。(摄于4月9日)
4月9日至10日,巍山县在巍山古城拱辰楼广场组织开展2026年公职人员无偿献血月活动,全县公职人员积极参与无偿献血,以实际行动践行“人民公仆为人民”的初心使命,守护人民群众生命健康。
[通讯员 张树霖 饶国生 摄影报道]

祥云县米甸镇——精心打造农村养老幸福港湾

□ 通讯员 陈治学

在祥云县米甸镇敬老院,一栋崭新的建筑静静矗立,整洁雅致的院落、宽敞明亮的房间、一应俱全的生活设施,为当地困难老人构筑起安享晚年的温馨幸福港湾。

为切实补齐农村养老服务短板,全面落实民生保障政策,助力乡村振兴战略深入推进,米甸镇于2018年3月正式启动敬老院项目建设,2024年3月,米甸镇敬老院竣工并投入使用。

据了解,该敬老院总投资602.5万元,总建筑面积1934.01平方米,涵盖住宿楼及各类附属配套工程,共设置房间28间,可提供养老床位50个。住宿楼、厨房餐厅的水电、消防系统配置齐全,餐桌、厨具等生活设施一应俱全,全方位满足入住老人的基本生活需求。

“建好更要管好,让敬老院真正发挥养老兜底作用,是我们工作的核心。”米甸镇敬老院院长寇建平说。目前,敬老院已有38位老人入住(米甸籍19人,非米甸籍19人),其中33位为特困集中供养人员,3位为社会供养老人,经济困难老年人2人,年龄最大的90岁。专业贴心的照料服务,让老人们快速适应了敬老院的新生活,找到了家的归属感。

“在这里吃得好、住得暖,有人照顾、有人说话,比一个人在家强太多了,

心里踏实得很。”61岁的宝武说起敬老院的生活,言语间满是满足与欣慰。此前,宝武独自居住在家,生活起居全靠兄弟姐妹帮忙,但每逢农忙时节,家人难以时刻陪伴照料,生活多有不便。入住敬老院后,不仅有专业的护理员全天候照料,他还主动参与到敬老院卫生打扫、老人互助等事务中,闲暇时与其他老人聊天解闷,生活质量得到了极大提升,晚年生活更有保障。

“我们始终把老人的需求放在首位,用心做好每一项服务。看到老人们吃得香、睡得稳、笑得开心,我们两再辛苦都值得。”敬老院护理员朱呈兰从事养老护理工作多年,拥有丰富的照护经验。她介绍,院里每天定时为老人打扫房间、端送热乎饭菜,老人生病时会有专人陪同就医;同时根据每位老人的身体状况、饮食习惯制定个性化照料方案,每日三餐做到营养均衡、适口暖胃,定时为老人测量血压、检查身体,悉心帮助行动不便的老人完成洗漱、翻身等日常护理。此外,敬老院还积极营造温馨和睦的生活氛围,组织老人开展老年操、看电视、散步、逛街等轻松休闲的活动,让老人们在舒适惬意的环境中,真切感受到家的温暖与关怀。

截至目前,米甸镇共有特困供养人员93人,其中75人分散供养,18人集中供养。

一面锦旗背后的“中医护老圈”——永平县中医医院建设老年友善医疗机构侧记

□ 通讯员 段先武

4月9日,永平县中医医院老年病科收到一面锦旗,上面写着“多学科精研治慢病,仁心细护暖夕阳”两行金色大字。这是永平镇中心敬老院送来的礼物。这面锦旗背后闪现的,是永平县中医医院精心缔造的“中医护老圈”。

“这几年,我们中心敬老院的工作取得显著成果,很大程度上得益于中医医院给我们提供的支持。他们派驻专业人员,为敬老院的老年人提供生命体征监测、慢性病用药指导、健康档案管理等服务,让老年人实现了老有所养、老有所医。”永平镇中心敬老院院长冯瑞介绍,敬老院现有老年人130人,其中慢性病患者80多人,对医疗服务的需求很大,工作不能干好,关键要看医疗服务能不能跟上。

“敬老院的老年人大多‘一体多病’,用药太多,需要合理规划。正因为这样,我们中医的优势就更加突出,针灸、中频治疗、中药熏洗等方式,能够对老年人的身体进行综合调理。”老年病科负责人赵洁说。

据了解,永平县中医医院根据老年人就医需求,于2013年开设老年病科,主要开展消化、呼吸、内分泌等系统疾病诊治,研究制定了高血压、慢阻肺、糖尿病、脑卒中4个中医优势病种诊疗方案。同时,建设了无障碍通道、无障碍卫生间、走道扶手等设施,配套了轮椅、平

衡架等设备,设置了老年人优先窗口,对老年人提供“医护一体”的贴心服务。

多年来,永平县中医医院始终把老年人健康放在重要位置,推进老年友善医疗机构建设,通过巡回医疗、健康教育等方式,构建“中医护老圈”,不断优化老年人健康服务,提高老年人健康水平。

在院内,永平县中医医院加强老年病科建设,马敬彪等中医骨干还推出了“健康教育小讲堂”等健康教育方式,针对高血压等病种集中授课,提高老年患者认知水平。2026年一季度,已开展小讲堂6次,惠及老年患者及其家属118人。83岁的张朝义老人说:“我有高血压等四种慢性病,基本都是到中医医院治疗,他们的服务相当好!”

在院外,永平县中医医院以延伸服务扩大中医护老覆盖面。老年病科每年开展一次巡回医疗,深入一线义诊,为老年人提供中医健康指导。依托公共卫生项目,指导基层医疗单位,对65岁以上老年人开展“中医包”项目工作,提供体质辨识、中医指导等特色服务。今年3月26日,到中心敬老院开展“中华五千年,首诊看中医”品牌日活动,运用中医特色诊疗技术,让老年人足不出户就能享受优质、便捷、贴心的中医健康服务。

“这几年,我们的‘中医护老圈’逐步覆盖全县,获得大理州卫健委授予的‘大理州中医重点专科’牌子,还被云南省卫健委命名为‘2022年度老年友善医疗机构’。”永平县中医医院院长王有均说。

公益广告

保平安千日不足 出事故一日有余