

运动让这座城市更美好

从一场马拉松看荣昌全民健身热潮



2024 重庆·荣昌马拉松赛现场

2024年12月29日,千年荣昌·荣太烧坊 2024 重庆·荣昌马拉松赛开跑,12000余名选手沿着马拉松赛道尽情奔跑,绘就了全民健身的活力画卷。

从2019年至今,荣昌已成功举办4届马拉松赛。今年,荣昌本地参赛人数达6300余人,创下历史新高,其中参加全马和半马的人数超过1300人,是首届马拉松赛的近3倍。

市民王勇回忆起这次马拉松赛还意犹未尽:“这已经是我第三次参加荣昌的马拉松了,从最初的‘迷你’,到现在的‘全马’,每一次都有收获和突破。现在我家人的精气神都更足了!”

近几年,以王勇为代表的荣昌市民,“跑马”热情越发浓烈,荣昌马拉松跑道全年人流量达113万余人次。如今的“荣马”,已成为荣昌市民的盛大节日。

马拉松赛只是荣昌群众体育蓬勃发展的生动缩影。

仅2024年,我区就开展160余场群体赛事活动——重庆市第五届老年人体育健身运动会、2024荣昌区全民健身跑进小区活动、2024年荣昌区“全民健身日”活动、2024重庆·荣昌成渝双城铁人三项公开赛暨渝西八区全民健身跑、“千年荣昌·龙舟争渡”端午龙舟赛……形式多样、全年龄段参与的各类群体赛事,在荣昌大地如火如荼举行。

在群众体育蓬勃发展的同时,我区各类竞技体育也亮点纷呈。近五年,我区每年举办市级、国家级以上赛事10次以上,成功举办“美国一立陶宛”篮球比赛、中国铁人三项赛等国际级赛事6次,全国武术套路冠军赛、全国女子自由式摔跤冠军赛等国家级大型体育赛事19次,柔道、摔跤、武术散打、跆拳道等市级体育赛事26次。五年来的281天在承办各级各类赛事,来荣参赛人员超5万人。

与此同时,为不断满足市民群众日益增长的体育健身需求,点燃群众的健身热情,我区还着力优化升级各类场馆基础设施,向市民免费、低收费开放体育场馆136万余人次;加快体育设施建设,打造最美竹林亲水马拉松景观赛道、修建瀚溪河体育文化公园、各镇街建设社区健身中心、安装室外健身器材……

截至目前,我区建有体育场地3825处,面积达195.44万平方米,人均面积2.96平方米,初步构建起“10分钟健身圈”的健康城市体系。

如今,城市道路上、景区步道间,人们迈开脚步,自信奔跑向前;体育场馆内、公园角落里,大家舒展身躯,感受运动乐趣。

随着各类健身活动日益丰富、体育设施不断完善,也有效促进了体育与文化、体育与大众、体育与旅游的深度碰撞,体育赛事和活动的“流量”,变成了消费的“能量”和经济的“增量”。

2022年至2024年,我区连续三年举办体育消费季(节)活动,将体育与文化旅游、观光旅游、赛事活动、商业展会有机整合,拉动消费两亿余元;与重庆市体育局共建体育产业园,形成了以中乔体育、中伟体育等为代表的体育装备制造业集群,年产值达23亿元。

下一步,我区将继续以建设全民运动健身模范区和国家体育消费试点城市为抓手,着力打造成渝地区双城经济圈“运动健康之城”,营造重视体育、支持体育、参与体育的浓厚社会氛围,不断满足全区人民群众对美好生活的向往。

融媒体中心记者 张 丹

急救知识进校园 上好生命“必修课”

川渝两校联合研讨 促教学关键能力提升

“春风满巴渝 文明润棠城”征文获奖名单出炉

本报讯(融媒体中心记者 吕华)近日,区红十字会走进重庆城市管理职业学院荣昌校区,向学生传授急救知识和技能,提升大家自救、互救能力。

“左手呈‘剪刀’状横于脐部上方,然后右手握拳成‘石头’顶在‘剪刀’上面,再将左手换成‘布’包住‘石头’,双脚一前一后做支撑借力,反复向上前方冲击,直到异物出喉。”现场,工作人员讲解海姆立克急救法操作方式,帮助大家学会呼吸道堵塞的抢救方法。除此之外,工作人员还向同学们普及心肺复苏以及一些常见灾害的预防知识和逃生技巧。

2024年以来,区红十字会持续推进急救救护“进社区、进学校、进企业、进机关、进农村”工作,不断提高急救救护培训普及率和红十字救护员培训覆盖面。截至目前,共开展急救救护知识培训127场次,受益群众1.4万人次,新增红十字救护员485人。

“情境导入,可激发孩子们的兴趣,引发他们对课文的好奇与探究的欲望,为后续的教学营造一个良好的氛围。”教师们纷纷发言,分享自己的教学心得和观摩感受,并针对观摩课中发现的问题提出意见建议。

区委宣传部面向全社会开展社会风气提升征文活动,得到积极响应,共收到征文作品103篇。经过专家评审团评选,25篇作品脱颖而出,其中,廖选勇的《引得春风入小院》和王刚的《周汉知,倾情奉献润棠城》获一等奖。

获奖作品将在荣昌文明网、文明荣昌公众号等平台上陆续发布,以进一步推动形成积极健康、向上向善的社会风气,推进文明新风润泽棠城。



学扎染 传非遗

近日,荣昌中学组织学生在夏布小镇开展社会实践活动——学习扎染技艺,在实践中领略传统文化之美。

绑扎、染色、固色……在了解扎染技艺的发展历程后,同学们开启了扎染技艺的学习之旅。在老师的指导下,色彩斑斓、花样各异的花布方中呈现眼前,让大家在实践中感受到非遗技艺的魅力。

融媒体中心记者 郑光慧 摄

创建全国文明城区



文明养宠
共建和谐家园



荣昌区融媒体中心
RONGCHANG P. SANG AI MEDIA CENTER