

用百日健走诠释健康生活

第十一届“万步有约”健走激励大赛启动

本报讯(见习记者 郑伊琼)5月9日上午,飞云江畔的云江码头上旌旗招展、人声鼎沸。“健步云江·百日同行”——第十一届“万步有约”健走激励大赛(瑞安赛区)正式启动。活动旨在深入推进健康瑞安建设,普及科学健走知识,引导广大市民养成健康文明的生活方式,助力慢性病防控工作走深走实。来自全市各机关企事业单位的健走队员、社区居民代表等齐聚一堂,以脚步丈量城市文脉,用百日坚持诠释健康生活。

启动仪式上,参赛代表登台作赛前表态发言,承诺将严格遵守赛事规则,坚持每日健走、积极参与打卡,践行健康理念,带动团队成员共同进步,并带领全体参赛队员共同许下“科学健走、百日坚持、健康同行”的承诺;活动方为20支健走代表队授旗。

据介绍,大赛于5月11日至8月18日开展为期100天的科学健走竞赛。参赛队员需佩戴比赛专用计步器,记录每日健走数据并上传至大赛网络系统,系统根据健走步数与强度累计积分。

随着一声清脆的发令声响,百余名健走队员精神抖擞、步伐矫健,从云江码头有序出发,沿着特色路线稳步前行。

据悉,本次大赛设计了六条具有瑞安特色的健走路线:云江新渡线、玉海文脉线、瑞安新岸线、瑞祥绿意线、明镜观塘线、滨海未来线。六条路线精心设计,尽显“一步一景、景随步移”的城市漫游韵味,让参赛队员在健走的同时,沉浸式



参赛选手准备出发



参赛选手热身

感受“天瑞地安”的独特魅力。队员们的矫健身影与飞云江畔的美景交相辉映,成为城市里一道亮丽的风景线。

“万步有约”健走激励大赛以“互联网+健康”为纽带,在我市已深耕四载。四年来,全市累计参与1393人次,组建

91支队伍,在2021年、2022年荣获省级“铜牌健走示范区”称号;4个单位获评省“优秀组织单位”,12位个人获省“最佳影响力奖”;2023年省级排名跃升至全省第五位。目前,我市已遴选培养出500多名“健康生活方式指导员”,让科学健走的理念不断融入群众日常生活。

主会场内,“万步有约·健康市集”同步开市。健康知识加油站前,医护人员耐心解答健走养生、慢病预防等问题;中医健走养生体验区前排起长队;体测区人气爆棚,市民踊跃参与基础检测,直观了解自身状态。



扫一扫,看视频

为中西部学生播撒科技星火

“蓝天童行·筑梦第一课”项目启动

本报讯(记者 周若怡 通讯员 项莹莹 周鹏)5月8日下午,市委组织部(市关工委)在曹村镇学校举行“蓝天童行·筑梦第一课”启动仪式,向曹村镇人民政府捐赠无人机拓展课程。市委组织部(市关工委)、曹村镇及相关乡镇(街道)、教育学区负责人出席活动。

据悉,该项目通过“按需定制、定向输送”,把低空经济等前沿科技知识直接送到中西部乡镇孩子们的“家门口”,为更多学子插上科技的翅膀。该项目以曹村镇“少年航校”项目为起点,辐射带动马屿、平阳坑、高楼、陶山及南滨等周边乡镇(街道)。

现场,在专业导师的操作下,无人机编队带来精彩“表演”,引得现场学生阵阵欢呼。孩子们在实操与互动中,直观

了解无人机的类型、操控及日常应用等方面知识。

活动中,相关工作人员实地参观曹村镇第二小学、曹村镇学校的“少年航校”阵地建设情况,详细了解项目建设概况、运行方案及特色课程体系。据悉,曹村镇结合地域实际及两所学校的特点,差异化打造航天航空、农业应用等主题,将进一步拓展校外科技教育覆盖面,推动现代无人机技术与耕读文化深度融合。

市委组织部(市关工委)相关负责人表示,将牵头搭建区域协作平台,推动优质无人机课程、专业导师团队等资源向中西部乡镇定向输送,让孩子们在“蓝天课堂”中触摸航天航空强国梦、绘就成长新图景。



现场教学

机器人机器狗齐上阵

这堂交通安全普法课“科技感”满满

本报讯(通讯员 丁传统 记者 金汝)近日,市公安局交管民警吴飞凤、冯一格走进瑞安市集云实验学校,为学生送去一堂“科技感”满满的交通安全普法课,以寓教于乐的方式增强学生的安全意识和自我防护能力。

“左臂向前上方直伸,掌心向前,这是停止信号。”活动现场,民警用通俗易懂的语言和真实案例,深入浅出地讲解安全骑行、车辆盲区、交通指挥手势等日常出行注意事项。学生听得格外认真。

最令学生兴奋的是瑞安智能交警机器人“小瑞”和智能机器狗的亮相。据悉,“小瑞”是人形机器人,身高132厘

米,体重35公斤。它不仅拥有高颜值外观,还搭载“超能背包”,通过人工智能、传感器等辅助交管开展交通指挥、交通劝导、安全宣传等工作。目前,智能交警机器人正处于应用前测试阶段。

可爱的“小瑞”与大家互动问答,机灵的机器狗灵活完成各种指令,引来阵阵欢呼与掌声。在欢声笑语中,交通安全知识不知不觉地“装”进了孩子们的脑海里。

安全无小事,责任大于天。学生们纷纷表示,要争当文明交通的宣传员、践行者,把安全知识带回家,与家人共同守护平安交通环境。



学习交通指挥手势

边玩边学安全知识

瑞安市平安浙江文化周暨防溺水安全季、反邪教宣传月主题宣传活动举行

本报讯(记者 郑智建 通讯员 李文杰 孙婷婷)5月9日下午,新城控股瑞安吾悦广场热闹非凡,瑞安市平安浙江文化周暨防溺水安全季、反邪教宣传月主题宣传活动在此举行。活动打破传统宣传模式,以沉浸式、互动式的游园体验,让安全宣传走进群众、贴近生活,切实提升了市民的安全防范意识与参与平安建设的积极性。市民们结伴而来、踊跃参与,在欢声笑语中学习安全知识,感受平安建设氛围。

趣味闯关游园成为最吸睛的角落。眼力大挑战、巧手拼禁毒、生态环境贴乐等6项闯关游戏前排起长队,大人小孩齐上阵,大家全神贯注参与游戏,在比拼互动中把安全知识牢记于心;飞盘九宫格、平安套圈识交通项目现场,欢呼声、加油声此起彼伏,参与者精准投掷、默契配合,每完成一项闯关,脸上都洋溢着喜悦的笑容。

“这种游戏形式特别有意思,孩子玩着玩着就记住了防溺水、交通安全知识,比我们家长口头说教管用多了!”带着孩子参与活动的市民王女士笑着说,她手里拿着集齐印章的闯关卡,正准备兑换礼品。

两大特色体验活动更是将现场氛围推向高潮。憨态可掬的交通机器人伴着灵动的动作进行趣味表演,用通俗易懂的语言讲解交通安全规则,孩子们驻足围



趣味闯关

观,不时发出阵阵欢呼;消防车体验区内,消防器材整齐陈列,消防员手把手教市民佩戴消防装备、操作灭火器,细致演示应急逃生步骤,大家认真学习、上手实操,掌握应急自救技能。

“平时大家对消防器材接触少,遇到紧急情况容易慌乱,今天现场有教学有实操,让大家学会技能,心里有底、遇事不慌。”现场一名消防工作人员说。

现场,11个特色宣传摊位整齐排列,反诈、禁毒、反邪教、防溺水、交通安全、消防安全等知识目不暇接,工作人员主动向

前来咨询的市民发放宣传手册,耐心讲解安全知识,群众认真倾听、仔细阅读,主动咨询各类安全问题。

在一侧的平安主题签名墙前,大家拿起签字笔郑重写下自己的名字。“平安建设离不开我们每个人,签上名字就是一份承诺,希望我们瑞安越来越平安。”市民张先生说。

据悉,本次活动以“共建平安瑞安 共享美好生活”为主题,由市委平安办主办,安阳街道办事处承办,多部门联合发力搭建宣传阵地。

中国邮政储蓄银行 普惠金融服务

让美好扎根每一份奋斗

滴灌每一份小微梦想

综合融资

- 小微易贷
- 极速贷
- 信捷贷
- 票证业务

金融管家

- 支付结算
- 账户管理
- 财富管理
- 邮储易企管

特色场景

- 产业链金融“脱核”
- “U益创”科技金融服务
- 乡村振兴综合服务方案

融智赋能

- 财务顾问
- 行业政策
- 发展规划
- 商机撮合