

## 晋江市医院(上海六院福建医院)跑团

## “晋”情奔跑 “医”路护航

本报讯(记者 李玲玲) 随着一声鸣枪,昨日,晋江市医院(上海六院福建医院)跑团的50名跑友挥动着双臂,迈步冲出起跑线。

本次晋马在赛道中融入了世遗元素,不仅以晋江“最美赛道”世纪大道为主路线,更是融入了草庵(摩尼光佛)和安平桥两个世遗点,世遗氛围拉满。沿途,人潮涌动,气氛高涨。该跑团成员精神振奋,挥舞着印有“晋情奔跑 医路护航”字样的旗帜,奔跑在晋马赛道,成为一道独特的风景线。

抵达健康跑终点草庵,晋江市医院(上海六院福建医院)跑团在专属背景墙前合影留念。

“今天天气不错,能和同伴们在晋江‘最美赛道’尽情奔跑,心情十分愉悦。”晋江市医院(上海六院福建医院)副院长郭协力表示,这是他人生首次参加马拉松,尽管是“迷你马”,但对他而言,主打一个词:快乐。他说,此行重在参与,不必一味追求“内啡肽”,“多巴胺”才是大多数人的正确选择。

“身体健康是第一位。运动不仅能保持身体健康,还能维持良好心态。”该院骨科医生肖志满也是一位运动爱好者。他表示,坚持运动能磨炼意志。借此机会与同伴同行,不仅让他放松身心,也让他感受到团结向上、携手共进的氛围。

值得一提的是,作为首个在县域“安家”的国家区域医疗中心,晋江市医院(上海六院福建医院)主动挖掘群众需求,特别开设马拉松咨询门诊,专为本次赛事设置为期一周的免费问诊服务。

“我们考虑到在比赛结束的一段时间里,跑友们可能还会出现一些身体不适的情况,因此开设一些诊疗方面的服务。”晋江市医院(上海六院福建医院)骨科副主任医师郑勇强说,经过院领导批准,科室特别开设马拉松咨询门诊,将有专业骨科医生坐诊,为出现关节不适等状况的跑友提供科学、安全的医疗支持。

“跑步完的这两天,建议要适当地做做拉伸,拉伸完以后,可以用温水泡脚。”肖志满对跑者建议道,泡脚时间半小时,即可缓解整个足底的酸痛,还能促进血液循环。如果跑完以后,出现不舒服,比如说肌肉酸痛、关节扭伤等情况,这两天要适当休息,尽量少走路,可以辅助一些外用的药物,能够促进肌肉酸痛的缓解。若是损伤比较严重,比如跑步过程中有脚崴伤,或者其他的碰撞伤,可先观察一两天,若症状没有缓解,要及时来院就医。

据悉,12月1日至8日,所有参加晋江马拉松的选手可凭借参赛凭证到院,前往骨科导诊台,由护理人员引导至马拉松咨询门诊,享受运动康复知识、免诊疗费运动医学咨询等服务(涉及仪器检查的费用需要自理)。



## 灵源药业 晋马赛场“奉茶”



本报讯(记者 刘宁) 在结束8公里的健康跑后,来一杯暖暖的灵源万应茶,一解跑步后的口干舌燥与疲惫……昨日,晋马健康跑终点有个飘着药茶香气的展位,那就是灵源药业有限公司(以下简称“灵源药业”)的展位。展位上,来自灵源药业的员工们正在为跑友们“奉茶”,将闽南民俗中待客的热情也融入一杯杯温度刚好灵源万应茶之中。

“‘奉茶’既是广施大爱的善心之举,也是闽南传统风俗之一。”灵源药业推广经理庄思兰介绍,泉州人“奉茶”的历史由来已久,每到三伏,一个个保温桶放在门口,煮上茶饼,一大桶的茶水,专供给顶着大太阳行走的人们,帮助防暑降温。此次在晋马

的健康跑终点为数千名跑友、市民、工作人员等奉上经典的灵源万应茶,为大家解口渴、去燥气,也是该企业对“奉茶”这一积德行善的闽南传统习俗的传承和发扬。

除了在健康跑终点为大家“奉茶”,灵源茶的茶包还进入了本次晋马的参赛包中。庄思兰告诉记者,本次进入晋马参赛包的有灵源养生茶系列中的三款茶,每个参赛包随机放入一款。晋马参赛包中的灵源茶是企业为了适应消费者个性化需求而改良创新的产品,希望来自五湖四海的跑友既可以品味到这款经典闽南药茶的原始风味,又可以感受到“老字号”产品的新活力。

“能够参与到晋马这场家乡赛事

中,为跑友们带来家乡特色风味与民俗体验,对灵源药业来说也是一次大胆的创新尝试。”庄思兰表示,作为“老字号”企业,灵源药业在坚守百年“老字号”初心的同时,不断加大在品牌文化传播、产品创新研发等层面的投入,积极传承弘扬传统中医药文化,以人为本,以技术创新为战略,引进先进生产设备,构架多元化产品体系,不断激活“老字号”企业活力。正如马拉松成为许多都市人群解压、寻求健康生活的一种方式,灵源药业也不断深耕“大健康”领域。

此番携手晋马,既是希望借晋马舞台进一步扩大灵源万应茶的影响力,也希望通过这种跨界合作的方式共同倡导健康、积极向上的生活理念。

## 乐隆隆 “护航”晋马“守护者”

本报讯(记者 刘宁) 在晋马赛道上,分布着裁判、交警、医疗工作者、志愿者、安保人员等各个职业的人,他们坚守岗位,守护来自五湖四海的晋马参赛者安全完赛。在昨日长达十几个小时的“守护战”中,本土食品企业福建乐隆隆食品科技有限公司(以下简称“乐隆隆”)送上了上万罐八宝粥等代餐产品,为这些“守护者”提供能量支持。

除了工作餐包中的八宝粥等代餐产品,乐隆隆的印迹还遍布围挡、拍照墙等晋马周边。

晋马赛事相关负责人介绍,晋马赛道上有很多来自各行各业的工作人

员,他们必须天没亮就到岗,有的在赛事结束后还有很多收尾工作,总的工作时长超过十个小时。同时,由于岗位需要和交通管制等原因,有的岗位没办法按时就餐,而装有乐隆隆产品的工作餐包将为这些晋马的“守护者”提供能量支持,帮助他们以更饱满的姿态守护跑友们。

“支持家乡赛事,我们义不容辞。”乐隆隆总经理蔡庆森告诉记者,这不是乐隆隆首次参与到晋马赛事当中,此前,企业也为晋马提供了多重能量支持。今年,听闻晋马需要一批赛事补给,他立刻统筹协调了一批八宝粥等企业的经典代餐产品,送到赛事

组。他介绍,八宝粥作为经典产品受众广、接受度高。同时,该产品内容物丰富,营养价值高,顶饱又便于携带,符合晋马赛事组对工作餐包中产品的要求。

蔡庆森表示,能为家门口的赛事出一份力是企业的荣幸。晋马的“守护者”们来自各行各业,他们不仅守护着晋马,日常也是市民生活秩序的“守护者”,为他们提供能量和营养支持是企业践行社会责任的一种方式。此外,作为一家有责任感的企业,乐隆隆长期热心社会公益,此番助力,也希望通过晋马这一赛事的大舞台,将这份爱与感恩通过产品继续传递。



## 晋江广电网络跑团 跑出精气神! 47人全部完赛

本报讯(记者 朱艳) “今天全马成绩是3小时38分,不是特别满意,比我最好成绩多出4分钟。不过没关系,我接下来将加强锻炼,明年再战。”昨日赛后,挑战“330”未成功的晋江广电网络跑团团长李铮旭说起此次比赛有点遗憾,不过,让他高兴的是,整个晋江广电网络跑团每一个人都顺利完成了比赛。

据了解,今年晋江广电网络跑团共有47人,其中5人全马、10人半马、32人健康跑。员工黄炳煌在半马中跑出了1小时28分的好成绩,这也是晋江广电网络跑团半马的最好成绩。

员工许晴,在此次比赛中完成了自己的首个全马。“第一个全马肯定要在家门口跑。”许晴表示,2019年就参加了晋马的健康跑,从此对马拉松的喜爱一发不可收,之后,累计跑了30多次半马。今年,许晴便准备在家门口挑战全马。为此,他两个月前就开始了备战。今年,他用4小时27分02秒跑完比赛。“跑到35公里左右时,脚有点抽筋,不敢使劲跑,所以成绩不是很理想。首跑没经验,明年肯定会有更好的成绩。”

“今年比赛一大亮点,就是每隔一公里都

有一个盛装打扮的志愿者。这真是道靓丽的风景线。赛道旁的能量胶等各种物资补充也很充分,赛后还安排了面线糊、冰块、按摩等服务,非常不错。”李铮旭对晋马给予了充分肯定。

“比赛过程中,我们每个团员都身着广电5G慧家全能卡定制专属参赛服,喊出‘驰骋晋马 快乐奔跑’的口号,跑出了精神,跑出了气势,通过这场比赛,磨炼了大家战胜困难的毅力,更加强了彼此之间的沟通与交流,增强了团队的凝聚力。”李铮旭信心十足地表示,“明年晋马,我们的团队肯定会更加强大,用更好的精气神,跑出更好的成绩。”

据悉,福建广电网络集团晋江分公司是福建广电网络集团在晋江设立的县级分公司,员工近200人,承担中央电视台、各省卫视、本省市县电视台以及付费频道节目信号传输;经营有线电视数字电视、高清互动电视、广电宽带、广电5G、电子商务以及有线电视网络工程建设等业务,曾获评省直机关先进基层党组织、福建省模范职工之家、泉州市级文明单位等荣誉称号。

