

全国老年门球系列赛江西弋阳站收官

小小门球挥洒晚年快乐

冯蕾 郑焯

经过96场五人制团体赛和68场双人赛的争夺，由中国老年人体育协会主办的2024年全国老年人门球系列赛（江西·弋阳站）近日闭幕。来自全国各地的45支老年人门球队同场竞技，在为期3天的循环赛和淘汰赛中，选手们充分展示了门球运动健康快乐、团结奋进的风貌。

浙江临安代表队相关负责人表示：“在这次比赛中，我们得到了政府的大力支持、后勤保障的周到细致服务、裁判队伍的专业公正，为参赛选手提供了良好的比赛环境，让我们能够充分发挥自己的水平，享受门球运动带来的快乐。”此轮系列赛的成功举办，不仅为全国老年门球爱好者提供了交流经验、切磋球技、增进友谊的平台，也进一步促进了门球运动在弋阳的发展和推广，为当地老年人锻炼提供了新的选项。

弋阳作为此次赛事的承办地，以其优美的自然环境和完善的体育设施，为参赛者和观众搭建了竞技平台。弋阳还持续深化体育设施建设、加强体育组织建设、打造多元体育赛事，构建更加活跃、包容的体育文化环境，推进老年体育的高质量发展，为全县人民创造更加健康、快乐的生活环境。

弋阳位于江西省东北部，是上饶的西大门，是人民英雄方志敏的家乡。

自古就有“山有龟峰秀、水有信江美、戏有高腔娇、味有年糕甜”的美誉，在这里方志敏精神代代相传，活跃的创造处处涌现。

近年来，弋阳在推动经济社会发展的过程中，始终把老龄事业作为重大民生工程，把老年体育工作摆在重要位置，持续加大政策支持和财政投入，不断健全老年体协组织架构、完善老年体育活动设施、壮大老年体育工作队伍，老年人的健身意识、健康水平和生活质量得到显著提高，有效促进了家庭和睦、社会和谐。

门球集健身性、竞技性和娱乐性于一体，是广大老年人喜闻乐见的体育项目。作为此站赛事的“东道主”，弋阳老年人协领导班子全力以赴，围绕比赛做了大量后勤、服务和保障工作。弋阳是第一次承办全国大型体育赛事，县委政府对此非常重视，作为重中之重的工作，由县公安局、县交警大队、县应急管理局、县卫健委、县人民医院、县城管局成员单位组成了安保组，弋阳老年人协副主席路百里担任安保小组组长及安保监督管理员。

在2024年全国老年门球系列赛（江西弋阳站）领队、教练员、裁判员联席会上，中国老年人体育协会副主席兼秘书长林浩再次强调安全问题。她说：“协会首次在组委会机构中专门增加了安全监督管理员，并印在了大会秩序册上。没有按照报名要求购买人身意外保险的，一律不准参加比赛。”

比赛分为室内门球馆、户外门球场两个赛区。开赛当日，组委会安排了20名蓝天救援队队员，维持场内秩序。比赛期间，现场由6位安保专职人员提供赛场安全保障。此外，老年人协内部组建了10人安保小分队，负责赛场巡视，确保参赛队员的安全，预防意外发生。

医疗救护组由三家医院组成，专门在开幕式现场、新都宾馆、方志敏干部学院安排有三辆医疗救护



主办方供图

车，比赛区域安排有两辆救护车，每辆车上配备两个医护人员和一名司机。针对老年人身体实际情况，按照中国老年人协的要求，配备了相关的应急药品。

为了保障比赛安全无虞，组委会严格规定，在比赛进行中，未参与比赛的队员不得坐在门球场四周的围墙上观赛。由于门球场外围空间有限，除去0.5米的限制区后，只剩下0.5米的自由区域，无法容纳未上场运动员或观众自如走动。若围墙上坐人，不仅会干扰场上运动员对球带球力度的精准把控，还可能因冲击力过大而误伤观众。这一举措得到了所有参赛运动员的充分理解和积极配合。

本次比赛招募了50名志愿者，他们全部来自弋阳县老年大学，为参赛的老年朋友们提供全程“一对一”的贴心服务。从接站开始，志愿者们便热情相助，帮忙搬运行李，引导乘车，并时刻关注老年人的安全，确保他们上下车平稳无忧。比赛期间，每次发车前和返回宾馆时，志愿者们都会认真点名，确保每一位老年朋友都能安全参与、顺利返回，无一人遗漏。

银龄体育

编者按：有效应对我国人口老龄化，事关国家发展全局，事关亿万百姓福祉和社会和谐稳定，对于全面建设社会主义现代化国家具有重要意义。对于老年群体来说，体育是健康关口前移、治未病的最经济、最有效的手段之一，在应对人口老龄化过程中发挥着极其重要的作用。为宣传报道好全国各地老年体育事业的开展，为全国广大老年体育爱好者搭建交流、互动、学习掌握科学健身方法的平台，在国家体育总局群体司指导下，本报和中国老年人体育协会合作开辟“银龄体育”专栏，讲好老年体育故事，为老年体育爱好者服务。

全国老年人持杖健走科学健身指导系列活动走进绥芬河

本报讯 近日，2024年“健走中国”全国老年人持杖健走科学健身指导系列活动暨2024年黑龙江省“行走大运河”全民健身健步走活动（绥芬河站）举行。来自全国各地350余名热爱持杖健走运动的老年朋友，齐聚绥芬河市爱情谷风景区，以持杖健走为纽带，共享运动之乐，共绘健康晚年。

本次赛事活动由中国老年人体育协会、绥芬河市人民政府主办，黑龙江省老年人体育协会协办，绥芬河市文体广电和旅游局承办。

健步走是深受广大老年朋友喜爱的健身项目，持杖健走是健步走的升级版，具有简单易学、健身效果明显的特

点。持杖健走能够有效减轻膝关节的压力，同时对于上身肌肉的锻炼具有非常明显的效果，吸引越来越多的健身爱好者参与到持杖健走运动当中。

中国老年人体育协会副主席叶春表示：“通过开展‘健走中国’活动将科学健身的理念带到老年朋友身边，将老年人带出家门，融入自然，将老年体育和老年旅游相结合，积极探索老年体育交流活动新方向、新思路。”

本次活动为期3天，包括群众健身健步走、6公里和10公里持杖健走户外穿越交流赛、手杖操规定套路展示、持杖健走项目理论培训等。

(冯蕾)



主办方供图

全国老年人广场舞交流活动启动在即

甘肃嘉峪关静待“舞林高手”

本报记者 冯蕾

6月26日至6月30日，2024年全国老年人广场舞交流活动将在甘肃省嘉峪关市举办。此次活动由中国老年人体育协会、甘肃省体育总会、嘉峪关市人民政府主办，甘肃省老年人体育协会、嘉峪关市体育局、嘉峪关市体育总会承办，该项赛事是满足广大老年群众健身需求、普及科学健身知识、推动广场舞项目开展的一项重要举措，同时也是近年来在嘉峪关市举办的最高规格的老年人体育赛事。届时，将有来自20个省市区及行业老年人体育协会的400余名运动员、裁判员及工作人员参加此次比赛。

广场舞简单易学，愉悦身心、学习门槛低、健身效果明显，充分展现了人民群众的精神风貌和时代特色，是人民群众参与度最高的群众体育活动之一。为了让更多人感受到广场舞的魅力，此次全国老年人广场舞交流活动还将组织队伍赴嘉峪关关城景区，开展广场舞基层帮扶交流活动。

举办此次活动旨在深入实施全民健身国家战略，积极应对人口老龄化，铸牢中华民族共同体意识，弘扬社会正能量，不断提升广大老年人的获得感、幸福感，积极宣传健身促进健康的理念，营造全社会共同关注老年人身心健康的良好氛围。

为保障2024年全国老年人广场舞交流活动顺利进行，保障老年人在广场舞交流活动中的安全与健康。嘉峪关日前进行了一场实战化的突发事件应急演练。组委会以严谨的态度和专业的素养，模拟了多种可能出现的突发情况，并逐一进行了高效、有序地应对处置。通过实战化的演练，不断完善应急预案，强化应急机制。

老年人不慎扭伤脚踝怎么办？腰部受伤无法行走，甚至突然昏厥如何应对？面对这些模拟的紧急情况，工作人员们迅速而有条不紊地采取行动，第一时间给予关心和帮助。

“当发现老年人受伤或身体不适时，我们会立即上前询问情况，并将其转移至安全舒适的区域进行休息。”一位参与演练的工作人员说，“同时，我们会迅速通知专业的医护人员前来诊断和处理，确保老年人能够得到及时有效的救治。”这种快速反应和协作的能力，是保障老年人生命健康的坚实防线。

除了应对突发事件的演练，组委会还高度重视活动场地的消防安全。赛前，消防部门对活动场地的消防设施进行了全面细致的检查，确保消防栓、灭火器等设备处于良好的工作状态。同时，组委会还对安全通道

进行了严格的检查，确保通道畅通无阻，标识清晰明确。

“安全通道的畅通无阻至关重要。”组委会相关负责人表示，“我们严格按照规定标准对安全通道进行检查，确保通道内无杂物堆积、无违规占用，照明系统也处于正常工作状态。”

为确保每一位工作人员都能掌握基本的急救技能，组委会还特别安排了心肺复苏演练。

“在紧急情况下，心肺复苏是挽救生命的重要手段。”一位参与演练的医护人员告诉记者，“通过这次演练，我们希望每一位工作人员都能熟练掌握心肺复苏技能，以便在关键时刻能够为老年人提供及时的救助。”

赛事组委会相关负责人表示，安全是一切活动的基础和前提。无论是活动场地的设施安全，还是参与者的人身安全，都被置于至关重要的位置。组委会加强了安全检查、风险排查和隐患排查，确保每一个环节都符合安全标准，为老年人打造一个安全无忧的广场舞交流环境。



主办方供图

老年人在比赛中尽情展示风采。

主办方供图

内蒙古老年人网球交流活动举行

本报讯 日前，内蒙古自治区2024年老年人“水投杯”网球交流活动在包头市奥体中心气膜馆举行，来自全区各盟市的17支队伍、230多名老年网球爱好者欢聚一堂，尽情挥拍，以球会友，切磋球技，充分感受网球运动的魅力。

本次活动由内蒙古自治区老年人体育协会主办、包头市老年人体育协会承办。活动设甲、乙两个年龄段，每个年龄段设男双、女双、混双三个项目。甲组年龄要求男子65至70岁、女子63至70岁；乙组年龄要求男子60至64岁、女子55至62岁。

经过两天紧张激烈的竞赛，各组别决出了

前8名，团体前三名分别被包头一队、呼和浩特铁路局、包头二队获得。

网球运动在包头市有着浓厚的氛围和广泛的群众基础，交流活动的举办也为全区老年网球爱好者提供了交流展示的平台，对促进全区老年人网球竞技整体水平的提高、推动地区经济和体育事业发展发挥着积极作用。

下一步，包头市体育局将开展更多丰富多彩的老年体育活动，增强老年人的幸福感，全力推动该市老年体育事业发展。

(冯蕾)