

特别观察·科学健身

联合主办：
三湘华声全媒体
长沙市体育局

1998年，刘志纯成了长沙第一批社会体育指导员，指导市民参加健身项目。当年，她所在的芙蓉区社会体育指导员不超过20人，而今年区里大约有了2000名指导员。不过，芙蓉区社会指导员们的平均年龄已达到了60岁。已是芙蓉区老年体协副秘书长刘志纯，一直没有找到合适的“接班人”。

老龄化、阴盛阳衰……社会体育指导员，这个引领全民健身、科学健身的重要社会角色，也遇到了不少难题，亟需生力军。

健康自己做主 坚持就是胜利

活动联系方式/电话：(0731)84329424 私信新浪官方微博三湘都市报



老龄化严重 男女比例不均衡 社会体育指导员渴望“新生代”

被拒绝、被嘲笑，上世纪90年代健身路不好走

11月18日，写完柔力球比赛的通知，73岁的刘志纯揉了揉眼稍作休息，办公室就响起了敲门声。东郡社区健身队长赵奶奶来领取服装费，并送给她一盒乳霜，说是上周去北京特意帮她带回来的。刘志纯的好人缘在芙蓉区是出了名的，这跟她23年来引领市民健身密不可分。

1991年，50岁的刘志纯从长沙火车站退休，就任二里牌社区居委会妇女主任。刘志纯当时就发现一些老太太经常聚在一起扭秧歌，但姿势并不标准，从小学过歌舞的刘志纯按捺不住，上前帮她们纠正。后来，刘志纯干脆在铁路文化宫附近的一块空地，免费教大家学广播操、扭秧歌。“刚开始，我也是心里打鼓，没想到人越来越多。每次都是100多人，挤满了那块空地。”

上世纪90年代初，一群老年人的“狂欢”总会遭遇侧目，刘志纯带领的健身队也不例外。有一次，健身队队员准备参加市里的健身比赛，涂抹了点腮红、口红。有人就笑话她们，“搞什么搞，化得像个猴子屁股”。现在回忆起来，刘志纯心里仍不是滋味。

抽屉里藏着辞职报告

1998年，刘志纯成为长沙市第一批社会体育指导员。当年，芙蓉区的社会体育指导员不超过20人。

为让更多的市民参与健身，刘志纯想出了一个法子：以练代教。在政府的安排下，刘志纯到北京学习各项健身项目，回长沙后先教其他社会体育指导员，再将他们分流至各个社区，争取让每一位市民都能学习到自己喜欢的健身项目。2003年，长沙市举办运动会，刘志纯编导、创作了一出大型的广场剧《又唱浏阳河》，参演人数达118人。“排练这个节目，我真是瞎蒙的，至今我都想不明白，为什么演完后掌声雷动，后来我们在长沙市演了27场，还有新疆的健身队跑过来找我，要我教他们编排。”之后每逢有运动会的开幕式活动，报名的人总是络绎不绝，因为名额有限，刘志纯只能忍痛拒绝，“还有老太太哭着说要参加！”

刘志纯坚持推广健身20多年，2008年还被国家体育总局评为“全国群众最喜爱的社会体育指导员”。不过今年73岁的她觉得自己身体已吃不消部分运动项目，练木兰剑、木兰拳都没法下压

了。她的抽屉里还藏着一份辞职报告，去年就写好了，但区里的领导迟迟不肯放她走，除非她找到“接班人”。

新生力量：中小学校的体育老师、体育系大学生

对于“接班人”，刘志纯一筹莫展。这几年，长沙市民健身的热情逐渐增高，特别是老年人，这也意味着对社会体育指导员的需求更大。芙蓉区老年人口近7万，十年时间，积极参加体育活动的老年人由10%上升到70%，芙蓉区的社会体育指导员也达到2000多人。但像刘志纯这样会唱歌、跳舞、太极拳、太极剑等“全能型”的社会体育指导员，少之又少。

值得关注的是这个群体“阴盛阳衰”和老龄化的问题。芙蓉区社会体育指导员群体中，男女比例为1:15，平均年龄已达60岁。而且，社会体育指导员更侧重推广大众健身项目，对于大众科学健身的切身指导还难以真正实现。

为了改变这种现状，更好地发挥社会体育指导员真正指导大众“科学健身”的角色，长沙市体育局也正在努力。11月20日，长沙市体育局群体处张处长告诉本报记者，长沙

市体育局正在针对中小学校的体育老师开办社会体育指导员培训班。接下来，他们还将发动各大高校的体育系学生参与。他们将成为社会体育指导员的新生力量。

文/记者 康蒙 刘玉锋
实习生 肖晓帆

问答

如果我想成为社会体育指导员，应该怎么申请？

可直接到长沙市体育局群体处或各个街道、社区文体专干处进行申报，然后参加各级体育部门的考核、培训。申报的项目不同，培训和考试的方式也会不一样。每年都有社会体育指导员的培训计划，根据不同的群体需求和不同项目，会有持续性的学习和培训。

想学习太极拳等健身项目，怎么找到社会体育指导员？

长沙市每个社区都有社会体育指导员，到您所居住街道或社区找文体专干即可。

天天食品惠万民 健康产业谋新篇

——记山东省滨州市天天食品有限责任公司执行董事兼总经理杭振友先生



五载拼搏，成功崛起

1985年，高中毕业的杭振友跟师傅学做蛋糕，干才学成后，自己成立蛋糕房开始食品加工。1992年，不甘平庸的杭振友经过多方市场考察，到北京投资成立了益康食品，专门从事烘焙类糕点的加工制作，历时5年赚取了第一桶金。杭振友人在北京创业，但是心系家乡经济发展。1997年，他放弃北京已经运作成功的企业，毅然回到家乡成立了滨州市益康食品厂，糕点食品的生产达到规模化。随着生产经营不断深入，产品不断推陈出新和市场不断扩大，食品厂体制已经不适应日益激烈的竞争局面。为

此，杭振友多次到广州、上海、深圳等地考察市场，于2005年将益康食品改制，成立“滨州市天天食品有限责任公司”，注册资本2500万元。并于2011年投资2700万元新建占地50亩的现代化生产厂区，2012年10月建成投产，年产能达5120000吨。

科技创新，跨越转型

杭振友十分重视产品质量和科技研发。公司于2007年11月通过国家食品安全生产市场准入，2008年就已获得食品生产许可证，并于2011年7月通过ISO9001-2008质量管理体系认证。公司成立了“天天食品科技研发中心”，除加大自

身研发投入，还与省内外科研机构、大专院校建立了广泛合作。2011年聘请中国农业大学食品科学与营养工程学院专家组成技术研发小组，2012年7月与山东轻工学院联合研发健康无糖加钙糕点食品，被山东轻工学院授权为“产、学、践基地”和“教学实习基地”，现已推出粗粮桃酥、粗粮饼干、无糖高钙饼干等新产品，市场反应良好。凭着多年坚持不懈的努力拼搏，杭振友在糕点食品加工这个别人看起来不起眼的事业上，取得了骄人业绩，也得到了各级政府的广泛认可。

医食同源，药食同用

随着社会经济的发展，人们的生活水平也不断地提高，但是各种各样的疾病仍然接踵而来，更让人无奈的是现代医药的发展是必然滞后于疾病的，况且现代医药的毒副作用引发出来癌症等很多病。这给人们健康生活带来很多的痛苦和困扰，如何才能很好地解决这一问题，越来越多的人们开始转向传统医学来寻求答案。在此等形势下中医饮食保健学应

运而生。杭振友深入发掘、研究中医食疗的精华，结合现代研究理论与成果，并与相关学科融会贯通，使天天食品与食疗和营养有机结合，无病时用于养生，有病时用于治疗，病后用于康复，强身健体，延年益寿。

心怀感恩，回报社会

赚了钱的杭振友并没有一头钻到钱眼里，而是不忘一颗感恩的心，赚钱不忘爱老乡亲，坚持回报社会。20多年来，累计资助孤寡老人、失学儿童、贫困大中专生260余人次，累计捐款100多万元，还连续多年为当地60岁以上老人投保人身保险，受到了广大农民朋友和政府的称赞。

相关链接：

杭振友，男，1967年生，中共党员，大专学历，山东省滨州市天天食品有限责任公司执行董事兼总经理。

2006年获得滨州市“优秀民营企业”称号；

2008年4月获得“惠民县十大杰出青年”的称号；

2008年12月获得“滨州市第二届青年创业之星”称号；

2011年10月获得“山东省第二届齐鲁儒商孝老爱亲模范”荣誉称号；

2012年8月获得“惠民县十大孝星”荣誉称号。

