

他是老总也是运动达人

看他如何用体育精神为职涯赋能



3月24日,2024重庆国际马拉松在重庆南滨路激情开跑,来自全球各地的近3万名跑步爱好者齐聚山城,感受运动的魅力。

在当天的马拉松赛道上,重百新世纪超市事业部总经理周森,带领由“重百新世纪跑团”组成的方阵,迈着矫健步伐向前奔跑。方阵里每个人都穿着整齐划一的浅蓝色T恤,手摇着助威小旗,成为赛道上一道流动的风景。

体育精神如何为职涯赋能?请看看被全公司上下誉为“运动达人”的周森解读。

“朝着胜利的方向,尽可能做到极致”

4月8日上午,记者在重百新世纪超市事业部办公室里,见到了刚开完早会的周森。年轻态、活力十足、笑容亲切是他带给记者的第一印象。

周森是一名“70后”。他分享,在工作中激情满满、拥有好的精神面貌,与常年坚持运动密不可分。无论再忙,周森都会保证每周至少2~3次运动。

相比跑步,周森更爱奔跑在绿茵场上。他从小热爱踢足球,如今是“重百新世纪足球俱乐部”的一员,踢中场位置。在每周二固定的足球比赛日中,周森凭借绝佳的体力和脚力,活跃在赛场上,成为主力选手。

“不到比赛结束那一刻,你就要朝着胜利的方向努力,尽可能地做到极致。”这种不服输的体育精神和拼搏劲头,驱动着周森在职场生涯上步步向前。他从事超市零售行业20余年,从基层一步步做起,凭借优秀的工作能力、管理能力和“将事情做到极致”的精神,不断获得来自各方面的认可。

“由内心热爱所驱动,是一股强大的正能量”

重百新世纪超市事业部的员工们告诉记者,周总在大家眼中不仅仅是颇具个人魅力的领导,更是令人钦佩的“运动达人”。

他们还表示,周总的运动热情和工作状态总能感染大家,让大家也更注重运动健康,以更好的状态投入到工作当中。

员工们还说,周总还会向大家分享中国女排、中国乒乓球队等运动健儿们的励志故事,让大家从这些优秀运动员身上汲取精神力量,激励大家突破自我、接受挑战,更好地服务每一位市民。

记者还从员工那里了解到,周森曾经谈到:“就像我们国家的运动健儿在赛场上屡屡打破纪录、创



造奇迹一样,只要我们每个人将体育精神融入到事业当中,就会持续不断地进步和完成自我突破。”

“挑战自我且不怕吃苦受累的体育精神,往往由内心的热爱所驱动,这是一股强大的正能量。”周森说,重百作为百年企业,在赢得广大消费者的喜爱和信赖的同时,每一位员工也都为之感到骄傲与自豪,这种荣誉感驱动大家在工作中充满了匠心和热爱。

“将拼搏与坚持,带到项目打造中”

正如在马拉松赛道上的拼搏与坚持,以及绿茵场上挥洒的激情与汗水,最近,周森又将这股劲头带到了全年力度最大的“亲友内购会”打造中。记者了解到,此次活动中,周森可谓废寝忘食,带头深耕每一个活动细节。大到策划,小到单品选择和折扣力度等,都会逐一决策与把关。团队小伙伴们也在周森的感染和带动下,全方位通力协作、铆足了劲工作。

如果把一场活动比作一场赛事,周森本场赛事的目标明确:只为将最好的商品、最大的优惠力度、最优质的服务带给每一位市民。

当记者问到,这场“亲友内购会”的特色是什么?周森说:“每年4月,我们重百新世纪超市都会打造一场盛况空前的‘亲友内购会’,来回馈消费者以及我们的员工。今年将是我们举办这场品牌活动的第九年,优惠力度也将是迄今为止最大的一次。”

据了解,重百新世纪超市今年这场“亲友内购会”的时间为4月12日~4月14日,全场2.8折起,78个类别近7000个单品给到非常优惠的价格。在品类折扣、爆款商品的基础上,消费者还能享领券后至到店购物满199元减20元的优惠,以及线上超市专享99元减10元的专属优惠。

扫码领券,折后省更多
重庆晚报-厢遇首席记者 王薇



周森(右2)在绿茵场上

孩子“咳咳咳” 警惕患上百日咳

近日,大家都在讨论百日咳
“百日咳是真的要咳100天吗?”

“只有小孩子会得百日咳吗?”
所以百日咳到底是什么?哪些人易感?又该如何预防?读者快来了解一下吧!



什么是百日咳?

百日咳是由百日咳鲍特菌所致的急性呼吸道传染病。为法定报告的乙类传染病。病程可长达2~3月,故名百日咳。百日咳的病程不一定是一百天,一般4~6周。

临床表现

- 严重的阵发性痉挛性咳嗽
- 伴有鸡鸣样声音
- 咳嗽夜间加重,可伴有呕吐
- 有疫苗接种史或百日咳病史者,症状多不典型
- 婴儿病例感染后多无典型痉挛性咳嗽,易出现发绀、气促、呼吸暂停甚至窒息

流行病学特点

百日咳患者、隐性感染者及带菌者为传

染源。

主要通过患者排出的飞沫或呼吸道分泌物传播。

人群普遍易感,5岁以下儿童多发。

潜伏期一般为7~10天。潜伏期末到病后2~3周传染性最强。

值得注意的是,百日咳发病年龄高峰已从婴幼儿转移至青少年及成年人。

如何预防?

及时接种百日咳疫苗是目前预防百日咳最经济、有效的手段,可以最大程度地降低婴幼儿感染百日咳的风险。按照《国家免疫规划疫苗儿童免疫程序及说明(2021版)》的规定,我国儿童出生后3、4、5月龄和18月龄间各接种1剂。由于随着年龄的增长免疫水平逐渐下降,年长儿、成人以及备孕人群可进行加强免疫以提高其抵抗力。

无论成人还是儿童青少年,咳嗽持续2周

以上,伴有痉挛、程度剧烈,尤其是咳得整夜睡不着觉、眼睛充血,或身边有类似病例后自己突发咳嗽,应及时就医并遵循医生的建议进行隔离治疗,以防止病菌的传播。

小孩、年老体弱者、孕妇等易感人群在百日咳流行季,尽量不要到人员密集的地方,在公共场所注意戴好口罩,避免跟咳嗽患者接触,室内经常开窗通风,同时勤洗手、避免用手触摸口鼻和眼睛,适当锻炼、清淡饮食,提高机体抵抗力。

张琴
重庆市妇幼保健院
儿科专家

家长出现咳嗽等呼吸道感染症状,近距离接触照护婴幼儿时应科学佩戴口罩,降低婴幼儿的感染风险。