

踢一场球、见一群老友、泡一壶茶、聊一次家常……

鼓浪屿上有群足球“老顽童”

2026年“闽超”战鼓将鸣,厦门队备战正酣。在鼓浪屿上,也有一群老人用自己的方式诠释着对足球的深情。每周三和周日,当轮船从轮渡码头缓缓驶向鼓浪屿,他们的身影总是引人注目:背着球衣、球鞋,步履轻快地奔向马约翰体育场——那片他们踢了半辈子球的绿茵场。

这群老人中,有曾经效力福建省足球队的队员,有执教数十年的校园足球教练,也有从各行各业退休后重拾热爱的“老球友”。而他们共同的身份,是鼓浪屿足球协会会员。

每个星期,他们从厦门岛的各个角落赶来,赴一场与足球、与老友的约定。于他们而言,足球早已不是一场竞技,而是一种生活方式,踢一场球、见一群老友、泡一壶茶、聊一次家常……在奔跑与欢笑中,他们活出了属于自己的“老有所乐”。

导报记者
曾宇珊/文 沈威/图

从沙地到绿茵 始终与足球为伴

71岁的何永三,一提起足球,眼里就有光。这股兴奋劲儿,从他七八岁时在鼓浪屿的巷子里赤脚追着布团跑,一直延续到今天。

上世纪60年代的鼓浪屿,还没有像样的足球场。孩子们放学后把书包往地上一丢,便在小巷里穿梭起来。“鼓浪屿人对足球的热爱是耳濡目染的,那时没有太多娱乐,小孩子看见足球就挪不动步了。没有球,用旧纱布缠成团当球;没有球鞋,就打赤脚踢球,所以闽南语里称足球为‘脚球’。沙土地硌脚,有时还有石头划伤脚,但第二天,大家又齐刷刷地出现了。”何永三说,那种痴迷,现在想起来都觉得不可思议。

就是在这样的环境里,何永三一路踢进了厦门英华足球队、福建省足球队,成为一名职业球员。1980年退役后,他毅然回到母校厦门二中(前身是“英华书院”),担任校足球队总教练。

36年间,何永三带领一批又一批学生驰骋赛场,连续18次捧起厦门市中小学生U18足球赛冠军奖杯。自1992年福建省恢复中学足球比赛以来,厦门二中仅有一次让冠军旁落。他培养的多名球员还输送到当时的厦门蓝狮青年队。“现在厦门中小学包括大学的足球教练,大多都是我的学生。今年‘闽超’厦门队的50人阵容里,有近20人出自厦门二中,5个教练里有3

个是我的学生,看到他们就像看到年轻时的自己。”何永三的话语里,满是欣慰和自豪。

见证了马约翰体育场从沙地到绿茵,从无人管理到精细化养护,何永三对足球的初心始终不变。如今,他依然会和年轻人同场竞技,球友中最年轻的,比他小了整整40岁。跑动时,他不再是冲在最前面的那一个,但每次触球、传球,那股专注和认真,一点也没变。



▲何永三讲述他和足球的故事。



▲马约翰体育场上,球友们一起踢球。(何永三供图)



▲英华校友足球俱乐部元老队参加第二十五届世界华裔长青杯足球大赛。(何永三供图)

从守护到传承 百年文化代代相传

协会成立后,不仅时常邀请岛内足球队来岛上踢友谊赛,每年还承接数十场来自全国各地乃至海外的交流赛事。2024年和2025年,协会连续举办两届鼓浪屿“马约翰·林氏府杯”社区足球邀请赛,首届便召集起社区居民、社团组织及驻岛企事业单位等人员组成12支球队;次年扩大赛事规模,设立社区组、社会组、街道组三大组别,共有26支队伍展开角逐,其中还有来自金门和香港的球队。赛场上,球员们奋力奔跑,汗水和欢笑交织;赛场外,市民与游客驻足助威,整座小岛的足球氛围热烈而浓厚。

为留住百年足球记忆,鼓浪屿足球协会还在马约翰体育场旁打造了一间“鼓浪屿百年足球文化历史展厅”,8平方米的空间里摆满了展板和奖杯,记录着从1898年英华足球队成立至今的足球往事。展厅虽小,却被何永三和老球友们视若珍宝,每每有市民、游客踏入,他们都会主动当起讲解员,如数家珍地讲述每一

张照片、每一块奖牌背后的故事。何永三说,对他们而言,传承不只是把球踢好,更要把对足球的热爱和执着,把鼓浪屿人坚韧、团结的体育精神一代代延续下去。去年,鼓浪屿足球协会换届,62岁的程春强接过“接力棒”,成为新会长。这位土生土长的鼓浪屿原住民,同样自小就和足球结下不解之缘。9岁开始踢球,后来入选厦门英华足球队、福建省足球队,一直踢到退休。福建历史上第一家职业足球俱乐部“厦门足球俱乐部”成立时,程春强就是筹备组成员之一。这些年,他还担任厦门市足球协会仲裁委员会主任,奔走在推广足球文化的道路上。

他表示,未来鼓浪屿足球协会将继续发扬“以球会友”的宗旨,多多承办比赛、广泛普及足球文化,携手让鼓浪屿踢足球的传统传承下去,让更多年轻人知道,这座小岛上有一群人,用一辈子坚守着一份热爱。

养生谈

春菜尝鲜 别让“吃春”变“伤春”

导报记者 石程罗纳

近期,春笋、香椿、荠菜纷纷上市,不少老年朋友也加入了“吃春”的行列。但连日吃笋后出现腹痛、呕吐,盲目采食野菜引发不适的案例并不少见。厦门市中医院临床营养科中级营养师袁媛提醒,老年人咀嚼功能差,消化液分泌少,胃肠道蠕动慢,春季饮食需警惕三大误区。

误区一:春天应“清肠胃”,只吃水煮菜不吃肉。

“清肠胃不等于完全不吃肉,应提倡‘清而不寡’。”袁媛表示,优质蛋白对老年人至关重要。她建议老人每天饮食应包括:一个鸡蛋、一瓶牛奶加一杯酸奶(约350毫升)、二两肉类(约一个巴掌大小)、二两豆制品。

误区二:春菜是“天然”的,怎么吃都安全。

春天时令菜丰富,但吃法不对,也会伤身。袁媛举例,春笋、韭菜等粗纤维蔬菜,有消化道溃疡或食管静脉曲张者应少吃或不吃。香椿、菠菜等高草酸、高亚硝酸盐蔬菜,香椿只吃紫红色嫩芽,吃前焯水15—45秒,菠菜等同样需焯水后再烹饪。野菜则是“不认识的采、不吃”。

误区三:慢病老人春天吃什么和普通人没区别。

袁媛表示,高血压患者要控钠,少吃腌菜、腊肉等;糖尿病患者要警惕白粥、青团、汤圆等“隐形糖”和精制碳水;痛风患者稳定期可适量摄入豆制品,急性期需严格控制,同时避免浓汤、海鲜、酒精。

袁媛强调,老人安全“吃春”应谨记:焯水——去除食物中的草酸、亚硝酸盐;搭配——食物多样化,保证优质蛋白摄入;控量——不盯着一种食物吃,每样不过量。

省级媒体 登报热线:0592-5140200

友情提示:本报提供的信息仅供参考,不作为任何投资建议,不构成任何投资建议,不构成任何投资建议,不构成任何投资建议。

●莆田市博海探物食品科技有限公司不慎遗失公章一枚,声明作废。
●古田县家家颂房产中介有限公司不慎遗失公章一枚,声明作废。
●厦门双笔洗砚餐饮管理有限公司不慎遗失财务章一枚,声明作废。
●三明市三元区禾下贸易有限公司遗失公章一枚,声明作废。
●王庆文律师遗失律师执业证,证号:13502201710521409,流水号NO:11457050,声明作废。

环评征求意见稿公示
现进行《华能古雷霞美200MW渔光互补光伏电站项目环境影响报告书(征求意见稿)》公示并征求工程附近范围内公众意见。公示期为10个工作日。报告书征求意见稿、公众意见表请登录福建环保网(<https://www.fjhbo.com/>)查阅,纸质报告书查阅及公众意见反馈请联系建设单位:华能(漳州)清洁能源有限责任公司,联系电话:16659333070

遗失声明
本人芦玲(340403*****0449),遗失厦门眼科中心开具的增值税普通发票2份。明细:1.代码035022200104,号码07408177,金额8305.00元;2.代码035022200104,号码07408176,金额10762.85元,特此声明作废。
声明人:芦玲
日期:2026年4月1日

公告
厦门鑫林物业管理有限公司:本委已立案受理申请人廖忠全对你司提起的仲裁申请。因本委通过其他方式无法送达,现依法向你司公告送达本委廖忠全劳动仲裁案[2026]第698号的(被申请人参加仲裁活动通知)(《仲裁告知书》)(《举证告知书》)(《劳动争议仲裁申请书》)副本、证据副本、《开庭通知》(开庭时间:2026年5月14日08:30,地点:厦门市思明区莲前西路859号莲前街道办事处二楼劳动争议仲裁庭)。限你司自本公告发布之日起三十日内到开庭地点领取上述仲裁文书,逾期即视为送达。
厦门市思明区劳动人事争议仲裁委员会
2026年4月2日

公告
厦门市美仕欧贸易有限公司:本委已立案受理申请人陈明对你司提起的仲裁申请。因本委通过其他方式无法送达,现依法向你司公告送达本委陈明劳动仲裁案[2026]第636号的(被申请人参加仲裁活动通知)(《仲裁告知书》)(《举证告知书》)副本、证据副本、《开庭通知》(开庭时间:2026年5月12日10:00,地点:厦门市思明区莲前西路859号莲前街道办事处二楼劳动争议仲裁庭)。限你司自本公告发布之日起三十日内到开庭地点领取上述仲裁文书,逾期即视为送达。
厦门市思明区劳动人事争议仲裁委员会
2026年4月2日

环境影响评价报告二次公示
我委委托福建省金皇环保科技有限公司负责福建中科普升新材料科技有限公司高性能橡胶(一期)项目环境影响评价工作,现公开项目征求意见稿及公众意见表,征求项目周边居民及团体对本项目环境影响评价有关的意见,可访问链接<https://www.eiacloud.com/gs/detail/17id=60331NpCwJ>查看,报告书查阅地址为福建省泉州市泉港区南埔镇石化工业区南山片区园西西路1号。公示期限为自网络公示发布当日起10个工作日,欢迎公众来电来函咨询。联系方式:李工18006961331
福建中科普升新材料科技有限公司
2026年4月2日

武夷山市兴田镇大渚综合服务中心清算公告
根据《民办非企业单位登记管理暂行条例》及理事会章程的有关规定,武夷山市兴田镇大渚综合服务中心于2026年4月1日召开理事会表决通过,决定注销本中心的业务登记。现已成立清算组进入清算阶段,凡与本中心有关的债权债务,凡与本中心有关的债权债务,逾期不报者视为放弃权利。特此公告!联系人:卓雪松,联系电话:13860012572,地址:武夷山市兴田镇大渚村新农村1-1号
武夷山市兴田镇大渚综合服务中心清算小组

关于直管公房厦禾路778号316室变更人名事宜的公告
址于厦门市思明区厦禾路778号316室(用户号:61018771)直管公房,因原承租人陈雪芳死亡,其孙子梁鹏辉(梁福平之子)向公房管理单位申请办理变更人名手续,根据直管公房相关规定,需陈雪芳及配偶梁福平所有的子女及孙辈办理公证同意。原承租人陈雪芳及配偶梁福平生前共有3个子女:儿子梁福平,长女梁娟娟,次女梁娜娜。根据派出所户口迁出证明显示,梁娟娟已于1982年将户口迁往澳门,至今已失联数十年,无法取得联系,故无法进行公证或书面确认。为避免日后出现纠纷,特向社会公众公告如下:1.梁娟娟及其子女自本公告刊登之日起30日内,速与梁福平(联系方式:13600903080)取得联系。2.逾期无人主张权利或未提出异议的,将视为放弃相关权利,公房管理单位将依据现有材料及梁福平、梁娜娜家人的确认意见,办理承租人变更人名手续。3.因变更人名所引发的纠纷均由梁福平负责,纠纷无法解决的,由公房管理单位撤销本次变更人名,已签订的变更人名租赁合同无效。经协商一致的,在60天内重新提交该房屋承租人在变更人名申请,逾期未能办理的由公房管理部门无条件收回该房屋。特此公告。
申请人:梁福平、梁娜娜、梁鹏辉
2026年4月2日