



同一片蓝天下，妈妈有不同。

腰酸背痛、水肿、体重迅速增加……新妈妈们用十个月的辛苦付出，将一个个小生命带到这个世界，带来更多惊喜，更多生机，更多美好与希冀。

但是，在中西部贫困地区有这样一群妈妈，因医疗资源和服务相对匮乏，她们缺少便捷的渠道获得充分、可靠、易懂的孕期健康信息，常常不能为自己和宝宝做出科学的健康决策。在承担孕期艰辛的同时，迫于经济和生活压力，她们还要作为家中重要劳动力，每天仍忙碌在山沟梁峁、田间地头，操持家务，承担生活负担。她们需要更多关爱。

为此，我们发起“为妈妈奔跑”活动，通过负重5公里慢跑，带你体验孕妈妈的辛苦，一同用奔跑的力量呼吁更多人关注孕妈妈，关爱母亲，并以行动筹得善款，支持西部地区贫困母亲。

\*强生公司为每位成功报名者匹配捐赠50元人民币，用于本项目的开展\*

## 你可以@一起跑

**时间：2015年5月30日 9:00 - 12:00**

**7:30 开始检录，入场；9:00 开幕式；9:30 开跑**

**地点 1：【北京】日坛公园**

**地点 2：【广州】广州大学城体育中心及内环**

**活动形式：**负重12斤徒步/慢跑5公里，体验孕妈辛苦；参与公益义卖嘉年华

**报名条件：**身体健康，能适应户外负重慢跑（未成年人和老年人请在家人陪同下参加活动）

**报名费用：**50元/人（费用涵盖T-shirt、帽子、意外险等成本费用）

**报名截止日期：**5月25日，17：30

## 好玩的跑步是这样滴：

### 1、负重与增重

为使参与者体验孕妈妈在怀孕过程中体重渐增的感觉，为妈妈奔跑将以负重慢跑的形式进行，并随着慢跑阶段性增加负重，5公里的总路程中将设置3次增重，每次增重2公斤。

### 2、缤纷小活动

**\*\*快闪\*\*有爱有姿势\*\*公益集市\*\*儿童游艺园\*\***

## 你还可以@一起捐

每募集**100元**，就可以为一位贫困母亲送上一份“**孕妈妈的温暖包**”，包括：

1. 为孕妈妈提供从怀孕到宝宝一周岁期间的健康信息推送服务，每周推送科学权威、个性化的妊娠及育儿知识，帮助改善母婴健康状况；
2. 提供孕妈妈“备产包”，在分娩一刻给予妈妈和宝宝温暖的呵护。

我们是谁

联合主办单位：

北京企业志愿服务联盟  
上海市外企志愿服务联盟  
广州企业志愿服务联盟  
强生公司  
和众泽益志愿服务中心

捐赠监督机构：

广州市青少年发展基金会

北京一起跑

广州一起跑

大家一起捐



扫一扫关注活动

10人以上团体报名请电话咨询：

北京站 15001373972  
广州站 15913150250