# 万人长跑迎新春 体育郑州启征程

·郑州市 2023 年迎新春长跑活动综述

逐梦新征程,奋斗再出发。1月8日的 郑东新区龙湖金融岛、龙子湖智慧岛彩旗招 展,一片欢腾,郑州市2023年迎新春长跑活 动在两地举行。万名绿城市民欢乐相聚,在 长跑中喜迎2023新春。

#### 用脚步致敬新年 用健康拥抱明天

郑州市2023年迎新春长跑活动,由郑州 市人民政府主办,市委宣传部、市直机关工 委、市体育局、市公安局、市卫健委、市总工 会、团市委、市国资委和郑东新区管委会共同 承办,设有全民健身组和竞赛组两个组别。

1月8日9时许,起跑发令汽笛鸣响,来自 郑州市各市直机关单位、开发区、区县市,30 家知名企业,部分社会组织和其他社会各界 等7000人组成的长跑队伍,由位于金融岛如 意西路人口处的本次迎新春长跑活动主会场 陆续出发,沿金融岛内环线逆时针跑一圈,进 行全程约3公里的全民健身组长跑。

沐浴着冬日的暖阳,大家迈着矫健的步 伐踏上新征程、奔向新目标,用脚步致敬新 年、用健康拥抱明天,展现出郑州人民奋勇 向前、锐意进取的昂扬斗志和笃定前行、奋 发有为的精神风貌。浩浩荡荡充满激情的 长跑队伍,更是让冬日里的绿城暖意融融、 活力满满

"参加这次长跑活动的目的就是重在参 与,在运动中收获自我,在长跑中感受快乐。 长跑让我既锻炼了身体、增强了体质,又可以 为郑州市推进全民健身加油助力,我非常开 心。"来自郑州报业集团的刘玉洲参加完全民 健身组长跑,一脸兴奋地对记者说。

"通过参加此次长跑,不但锻炼了身心, 而且坚定了意志。我想在新的一年里,我们 不论是在工作和学习中,都会以此次长跑为 契机,更加努力地去工作、去学习,去享受更 美好的生活。"长跑爱好者白永胜说。

### 健身中享受快乐 奔跑中感受魅力

郑州市2023年迎新春长跑活动竞赛组 比赛,由龙子湖智慧岛出发跑向龙湖金融 岛。1月8日9时35分,郑州市范围内3000 名长跑爱好者也在发令汽笛声中,由位于智 慧岛龙子湖公园北门的分会场鱼贯而出,沿 尚贤街、博学路、北三环、如意西路、金融岛内 环线到达金融岛郑州光大中心,进行全程约 10公里的竞赛长跑。

赛道干净整洁,两边高楼林立,现代气 息十足,置身其中不仅能在健身中享受快 乐,而且还能在奔跑中感受现代化郑州的城 市魅力。参加竞技组比赛的选手每一张脸 庞都写满了热情与期待,构成了新年郑州街 头的一道亮丽的风景线。作为未来郑东新 区集金融办公、商业和旅游观光为核心的新 型区域的龙湖金融岛,作为集数字文创、信 息技术、前沿科技、生命科学、人才教育等多 领域核心的中原科技城核心区所在地的龙 子湖智慧岛,也通过本次迎新春长跑活动, 有力推介展示两地的建设成就,进一步助推 中原科技城建设,更好地诠释出郑州日新月 异的新形象、彰显郑州城市发展的新活力。

经过角逐,来自河南师范大学的王壮以 30分56秒的成绩获得男子组冠军,来自郑 州工业安全职业学院的朱冰莹以37分53 秒的成绩获得女子组冠军。

让企业的发展信心更足。



王壮告诉记者,受疫情防控影响,他已 经三年没有参加比赛,但对长跑的热爱让他 一直坚持训练。在众多选手中,他的实力非 常突出,在比赛的绝大多数时间内,他都是 一个人"孤独"地领跑,他的成绩比第二名快 了近两分钟,足见其领先优势之大。"2023 年的第一跑,能拿到冠军,我还是非常开心 的。就是10公里的赛程还是不太过瘾,还 想再跑一场。"王壮笑着说。

随着疫情防控政策的调整,各项赛事活 动也已经逐步放开,在王壮的行程中已经排 满了各项赛事:"我接下来计划2月份去参 加日本大阪马拉松赛,现在正在办签证,希 望能够顺利成行,到国际赛场上展现我们河 南选手的风采,我也会利用这段时间认真训 练备战,争取跑出更好的成绩。"在为2023 年的第一个冠军兴奋不已的同时,王壮也号 召更多人加入到长跑行列里来:"多运动才 能增强免疫力,希望更多的人投入运动健

朱冰莹说:"今天气温非常适合跑步,一 路跑过来,赛道很平缓,补给也充分,赛事服 务非常贴心,边跑边感受美丽郑州、现代化 郑州,这感觉真爽!"

在新年的第一项赛事夺冠之后,朱冰莹 也给所有人送上了自己祝福:"希望大家在 2023年都健健康康、顺顺利利!一定要多 参加健身活动,有了健康的体魄,才能更好

#### 全民健身来助力 体育郑州启征程

迎新春长跑,是我市全面落实全民健身 国家战略举办的传统群众体育项目,也是 "体育郑州"全民健身品牌活动,迄今已举办 35届,深受广大体育爱好者的喜爱和广大 市民的广泛关注。因多种原因,长跑活动中 断了两年。随着国家防疫政策的持续优化 和社会秩序的加速恢复,郑州市积极顺应广 大跑友呼声,重启这一全民期待、全民参与 的赛事活动。随着本次迎新春长跑活动的 举办,2023年郑州市全民健身活动也正式 拉开序幕。

2023年是全面贯彻落实党的二十 大精神开局之年,也是实施"十四五" 规划承上启下的关键之年。郑州市 2023年迎新春长跑活动,旨在深入 贯彻党的二十大精神,全面落实全 民健身国家战略,积极推动我市全 民健身活动的开展,展现昂扬向上的 精神面貌,激励全市人民焕发激情奋 进、加速奔跑的工作热情,在全市上下 凝聚起推进国家中心城市现代化建设的

加快体育郑州建设,促进群众体育和竞 技体育全面发展。通过参加本次迎新春长跑 活动,广大绿城市民以健康的体魄、饱满的热 情、乐观的心态拥抱生活,在运动中收获健 康,在健康中享受快乐,在全民健身的助力 下,体育郑州开启新征程,必将驱散疫情阴 霾、迎来春暖花开,必将激励千万郑州人民万 众一心、凝聚磅礴伟力,奋力拼搏、奋发有为、 奋勇争先,不断开创国家中心城市现代化建

设新局面。 郑报全媒体记者 陈凯 郭韬略 文 周甬 马健 图

#### 不住院治疗也能报销 让患者省时又省钱

### 郑州"中医日间病房" 试点开展医保结算

为深化医保制度改革,更好地满足参保人员的就医需求,切 实减轻就医负担,市医保局、市卫健委联合在郑州试点开展"中 医日间病房"医保结算,首批确定颈椎病、风湿病、中风等39个 病种、11家定点医疗结构,使病人中医治疗不住院也能享受医 保报销,让患者省时又省钱。

#### \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\* 不住院也能报销

新政明确规定,"中医日间病房"是指符合住院条件,以中医 适宜技术治疗为主,且在非治疗期间不需住院持续观察的患者, 经患者和医疗机构双方同意,在当日治疗结束后即可离院的治疗

据介绍,这一模式极大方便了患者看病就医,特别是对一些 时间紧、压力大的上班族以及有特殊需要的老年病患,增加了就 医选择。同时,符合"中医日间病房"疾病标准,均可按照政策医 保报销,减少了患者的医疗费用。

#### 39个病种、11家医疗机构纳入试点

按照中医药优势突出、临床路径清晰、诊疗规范明确、诊疗 技术成熟、治疗费用稳定、医疗安全可保障、疗效与西医药疗效 相近或优于西医药疗效的原则,我市首批确定了颈椎病、肩周 炎、腰痛、风湿病、痛风、中风、哮喘、眩晕、骨折、脱臼等39个病 种试行"中医日间病房"管理方式进行医保结算。

按照规定,新政实施范围为经卫生健康部门批准的符合中 医住院诊疗条件的医保定点医疗机构,具备独立中医日间病房 病区或分散在各临床病区,具备实施中医治疗相关诊疗场所和 设备、具有取得执业资格的专业医师、护理人员。

我市确定首批试点医疗机构11家,包括:河南中医药大学 第一附属医院、河南省中医院、河南中医药大学第三附属医院、 河南省中医药研究院附属医院、河南省骨科医院、郑州市中医 院、郑州市大肠肛门病医院、郑州市颈肩腰腿痛医院、郑州市第 一按摩医院、中牟县中医院、新密市中医院。

### 

政策规定,中医日间病房医疗费用实行按病种分值付费

参保人员在试点医院经医师诊察,纳入中医日间病房治疗 的,住院期间按一次普通住院进行结算,需办理人、出院手续,其 间发生的与本次治疗相关的费用一并纳入结算。中医日间病房 入院之前、出院之后发生的检查、检验和门诊治疗费用,不纳入 中医日间病房结算管理。

患者接受中医日间病房治疗期间,医疗机构不得收取与中 医日间治疗无关的其他费用。患者一个结算周期内,床位费不 再收取,护理费按三级护理标准的30%收取;中医、中药类费用 应不低于医疗总费用的70%;中药饮片(含中药汤剂、外用中药 洗剂、院内制剂、中药配方颗粒)、口服中成药占药品费用的比例

按照规定,接受中医日间病房治疗的参保人员,原则上30日 内不得因同一诊断再次进行中医日间病房治疗;15日内不得接受 其它病种中医日间病房治疗。参保人在中医日间病房治疗期间, 确因病情变化需转入普通住院治疗的,中医日间病房诊治费用及 转入普通病房所发生的医疗费用一并纳入普通住院进行结算。

本报记者 王红

## 共赴冰雪文旅盛宴 感受冬日滑雪快乐



本报讯(记者成燕/文徐宗福/图)1月7日,第九届全国大 众冰雪季暨第七届河南省大众冰雪系列活动、第二届郑州市全 民健身滑雪季暨第七届巩义市冰雪文化旅游节在巩义市嵩顶滑 雪度假区启动。来自省内外的千余名冰雪运动爱好者共赴冰雪 文旅盛宴,感受着冬日的速度与激情。

启动仪式上,众多滑雪教练排成不同队形,从长长的雪道快 速滑行而下,赢得现场观众阵阵掌声。不少民间艺人舞动黄色 的巨龙,擂动红色盘鼓,营造出浓郁的喜庆氛围。

此次活动以"奋进新时代 冰雪新征程"为主题,由省全民 健身中心、市文广旅局、市体育局、巩义市政府主办,巩义市文广 旅体局、巩义市夹津口镇政府、嵩顶滑雪度假区承办,旨在大力 弘扬北京冬奥精神,引导群众参与冰雪运动,构建更高水平的全 民健身公共服务体系。

全民健身组沿金融岛内环线进行全程约3公里的长跑

### 多措并举为企业送温暖

全方位服务护航企业复工复产

有限公司生产车间内机器高速运转,工人们佩戴口罩在岗位上

忙碌。"我们能顺利复工复产,离不开峡窝镇政府的贴心服务。"

公司负责人贺晓杰说,镇里积极协调帮助企业解决实际问题,也

工作专班,把全面复工复产作为当前的重要工作抓紧抓实,坚持

"一企一策、综合施策",实时掌握企业疫情动态和经济运行情

况,发现问题及时化解,全方位为企业提供服务,帮助企业克服

复工难题。该镇成立工作组深入生产建设一线,全面了解企业

项目建设、资金技术、用地用工等诉求,建立企业信息档案,并注

重在走访中做好惠企奖补、环保管控等政策的宣传讲解,全方位

当好"店小二"、做好"服务员"。为解决好企业生活物资需求及

原材料运输问题,该镇明确专人第一时间对接核实企业生产经 营情况,积极指导复工企业做好返岗人员健康管理和企业场所 消杀,切实做好企业生活物资需求及货运物流保通保畅工作。 为护航企业安全复工复产,该镇还组成安全生产联合督导组,深 入企业督促安全生产工作,确保企业复工复产平稳有序。

本报讯 (记者 武建玲 通讯员 陈盼)昨日,郑州瑞沃新材料

上街区峡窝镇以"万人助万企"活动为抓手,优化政策,成立

本报讯(记者史治国)当前正是供暖季高峰,昨日,记者在荥 阳市郑州煤机综机设备有限公司看到,各个车间内机器轰隆,都 在满负荷运转。

据了解,日前,荥阳市科工信局了解到该公司在手订单饱 满,生产处于满负荷状态,但由于一些外部原因导致公司面临原 材料进不来、配套跟不上、产品出不去等问题后,该局立即组织 专人与综机公司对接,协调解决企业所面临的困难。公司也提 前激活应急管理预案,加大后勤投入,保障员工生产生活,最大 限度地确保了广大员工的健康和经营稳定。截至去年年底,公 司生产任务饱满,当月产值已突破去年同期水平并有望在年底 **实现新高。** 

"当地政府积极协调解决了综机公司新密电镀业务正常运 转,同时也解决了集团 Z22-158 镀铜缸底的及时返厂等问题,帮 助企业最大限度地保证生产任务达成。"该企业负责人张景河由 衷地感谢道,"我们作为煤机行业龙头企业郑煤机的核心配套单 位,作为国内大型煤炭企业所需要的液压支架的供货单位,在目 前供暖高峰时期、全国各个城市用煤关键时刻,政府为企业着 想,公司作为荥阳当地龙头企业,也会积极投身绿色环保、生产 自动化、智能化转型建设,为社会做出更大贡献!"

## 市委宣讲团走进荥阳宣讲党的二十大精神

本报讯(记者 史治国 通讯员 赵红娟)日前,我市市委宣讲团走 进荥阳宣讲党的二十大精神。党 的二十大精神宣讲团成员、郑州 工程技术学院教授吕村应邀为荥 阳全市宣传思想文化战线作专题 报告。本次报告会是党的二十大 精神郑州市委宣讲团在荥阳的首 场宣讲,下一步,还将陆续走进企 业、农村等地展开宣讲。

报告会上,吕村教授以《谱写 新时代中国特色社会主义更加绚 丽的华章》为题,从党的二十大主 题和主要成果、过去5年的工作、 新时代10年的伟大变革、马克思 主义中国化时代化、中国式现代 化等八个方面,全面系统地解读 了党的二十大精神。宣讲报告主 题鲜明、内容丰富,解析透彻,既 有理论高度又有思想深度,对全

准确把握党的二十大精神具有很 强的指导意义。

会后,广大干部和群众纷纷表 示,报告内容丰富、思想深刻,听后 获益匪浅、深受鼓舞,在今后工作 中,要把党的二十大精神融入工作 实践,提振精神、埋头苦干,为荥阳 高质量发展和全面建设社会主义现 代化贡献力量。

# 小杜小杜 正在赶路

小杜,其实他不是具体一个人,他是 金水区杜岭街道党建引领推进网格化基 层治理的"微"平台:"文明小杜"。

小杜有啥本事?记者昨日来到杜岭 街道城市运行管理中心,正好遇到街道党 工委副书记杨伟松正在开会研究小杜新 功能.顺便听听他讲解。

自从去年10月"文明小杜"上线运行 以来,已注册用户超过1万人,入驻商家 126家,共发布卡点值守、夜间巡逻、全城 清洁、代买跑腿等志愿任务714条,累计 参与志愿服务4795人次。小杜成为在杜 岭生活或工作的掌上"百事通",成为杜岭 街道志愿者的贴心人!

大屏幕一打开,杨伟松娓娓道来"文 明小杜"的非凡身手:"打开微信,扫描二 维码后,'文明小杜'界面跃入眼帘。进入 '做志愿''小杜拍''圈子'等功能界面后,

用户就可以通过参与城市管理、志愿服 务、爱心捐赠来'挣积分',积分可在辖区 商家换服务、换优惠、换商品。"杨伟松介 绍说:"打开'抢任务',就可以看到党组 织、社区社会组织、群众自组织以及居民 发布的任务详情、人数要求和积分奖励。 了解政策看'小杜'、参与志愿上'小杜'、 反映问题用'小杜'、便民优惠在'小杜', 已经成为杜岭辖区干部群众的习惯和自觉。'

记者随后了解到,该平台按照立足于 "管用好用实用耐用"的原则,实现了"数 智赋能下的一元带多元",打通了社会治 理的"最后一米"。

穿行在大街小巷,感受着"文明小杜"的 魅力,记者又来到杜岭街道八栋楼社区,请 家园卫士巡逻队的队长郁小斋现身说法。

每天上午10点,郁小斋都会准时打 开手机,通过"文明小杜"微信小程序"抢"

平安巡逻任务,再刷刷"圈子"里的各种新 奇事儿,在时事政治、学习法律、科普知识 中"冲冲浪"。"文明小杜"已成为郁小斋这 位老年志愿者的好伙伴。 郁小斋告诉记者:"小杜里面都是本辖

区的居民和身边的邻居,每次翻看'熟人 圈'就感觉很亲切。前几天因为家中老伴 身体不适,在圈子里发布了寻药信息,没想 到接到了很多邻里的电话和'小杜药箱'送 药上门的服务,解决了一药难求的难题。"

"文明小杜"的作用又大又多着呢。 比如,小杜拍"我来上报"城市管理、环境 卫生、交通秩序等各类问题;居民通过圈 子发表意见、分享兴趣;辖区公共单位、爱 心人士通过"献爱心"功能,捐赠物品;"小 杜药箱"累计帮助 450 人次解决了急需用 药的问题等等,解决百姓身边的小事难事 烦心事"短平快"。

说"文明小杜"是个基层治理的"百事 通"一点也不过分。这不,辞旧迎新之际, 小杜开展了2023新年flag征集活动,辖 区居民可以通过视频录制的形式发布微 心愿,"文明小杜"帮您实现一

小朋友吴佳蓉的新年愿望是想要一个 新书包、排球和足球;中医院社区志愿者希 望带领老伴到红色教育基地延安杨家岭去 看看;杜岭中街社区的吴建立想要一个新 的电饭煲……"文明小杜"这波福利走心又 暖心,让这个新春平添几多爱心。

小杜,小杜,一直在赶路。志愿者郁 小斋回顾这一年来巡逻走过的"痕迹",从 张砦南街1号院到华盛街、西太平里和张 砦南街的"新时代长征路"健康步道,她和 队友们365天"不打烊",共计走出了182 公里,抢任务60余次,有效消除了辖区安 全隐患,保障居民生命财产安全。