

清明假期旅客出行意愿强烈

郑州成国内热门出发城市

本报讯(记者 张倩)昨日,记者从郑州铁路部门获悉,清明假期运输自4月3日开始,至4月7日结束,为期5天,预计4月4日为客流最高峰。自3月20日发售清明假期车票以来,截至3月25日10时,铁路部门已累计发售清明假期车票1613万张,铁路12306系统运行安全平稳。

从目前售票情况看,清明假期旅客出行意愿强烈,头尾客流高度集中,节中短途客流需求旺盛,热门出发城市主要有北京、上海、广州、武汉、杭州、南京、深圳、成都、长沙、郑州;热门到达城市主要有北京、广州、上海、深圳、成都、杭州、武汉、南京、西安、郑州;广州至南宁往返、北京至上海往返、西安至成都往返、武汉至长沙、北京至沈阳、北京至太原、北京至西安、北京至郑州、北京至济南等热门区间客流相对集中。

从余票情况看,4月3日至7日北京往返天津、上海往返苏州、广州往返深圳等区间余票充足;北京往返上海、呼和浩特、西安、石家庄、保定至北京,上海往返南京、合肥、温州、武汉,香港往返广州、深圳,广州往返南宁、湛江、汕头,广州至长沙,大连往返沈阳,哈尔滨往返佳木斯、齐齐哈尔,长春往返延边,西安至成都,成都往返重庆,深圳至潮州、长沙,广州至长沙等区间尚有余票。旅客朋友可及时通过铁路12306查询和购票。

清明假期,部分热门方向和时段客流较为集中,车票相对紧张,旅客可使用铁路12306候补购票功能,最多可累计选择60个“日期+车次”的组合,临时新增的旅客列车席位、退票产生的席位,将优先配售给提交候补订单的旅客;若直达列车无票,可使用铁路12306同车接续、中转换乘、购买联程车票等方式出行。目前全国铁路120个车站可实现便捷换乘。同时,铁路部门将根据铁路12306车票预售和候补购票数据,及时在热门方向和区段加开列车,增加运力供给,满足旅客假日出行需求。4月1日起,年满60周岁的老年常旅客会员乘车后将获得票面金额15倍的积分优惠,乘车积分可兑换火车票。

郑州机场2025年夏航季新增6个通航城市

本报讯(记者 张倩)春日渐暖之际,正是旅游好时光。3月30日起,全国民航将执行2025年夏航季航班计划,夏航季郑州机场共计33家国内客运航空公司将为旅客带来诸多惊喜与变化。国内方面,新增郑州至连云港、湘西、绵阳、图木舒克、博乐、奇台这6个客运航点。其中,郑州新开至湘西航线,可直接领略湘西民俗风情;图木舒克所在的新疆地区拥有独特风光,同样吸引游客前往。

热门航线纷纷加密,如郑州至昆明日均达18班,至深圳日均16班,至海口、厦门日均15班,至乌鲁木齐日均13班,至成都、上海日均12班,至大连、福州、贵阳、沈阳日均10班,这不仅方便了旅客出行,也为商务出行节省了更多时间。

国际航线亮点满满,今年以来,郑州机场已累计开通16条国际及地区客运航线(含5条洲际航线),通航香港、台北、首尔、金边等15个国际和地区城市。郑州至香港航线加密至每天一班,让往返两地的旅客出行更加灵活。此外,还计划恢复郑州至清洲航线,每周2班,进一步加强与国际城市的联系。

郑州的天变脸为啥这么快?

官方解读来了

本报讯(记者 张华)今夜,冷空气就要来了,29日凌晨最低气温仅有3℃~4℃,刚穿上的短袖又要换棉袄了。为啥郑州的天变脸这么快?官方给答案了。

市气象台预报员冯慧敏解释,3月19日以来我市气温持续走高,25日郑州站最高气温为31.2℃,26日最高气温31℃。受强冷空气影响,3月26日夜至29日我市将先后出现大风沙尘和强降温天气。大风主要集中在26日夜到28日白天,有4级左右偏北风,阵风6到7级,受上游传输和大风共同影响,27日至29日最高气温将会剧烈下降,最高气温由30℃降至15℃~18℃。29日凌晨的最低气温将降至3℃~4℃。30日起气温将会逐渐回升。

3月份郑州气温有两个明显特点:第一个特点是气温变化剧烈,是因为3月冷暖空气在我市上空频繁交汇,暖空气主导就升温,冷空气反扑就降温。最近几天郑州的气温逐渐回升,春暖花开,27日遭遇强冷空气南下,气温像过山车式的忽上忽下,导致大家短袖棉袄交替。第二个特点是昼夜温差大,日温差在15℃左右。白天太阳大升温快,夜间地面散热快,就好比烧水壶,火大了热得快,火一关凉得也快。大家最好使用洋葱式穿法应对温差,热了脱,冷了套,早上穿衣参考最低气温,中午穿衣参考最高气温。

开辟绿色通道 交警护送患者紧急就医

本报讯(记者 徐富盈 通讯员 常鑫鑫)正逢上下班高峰期,郑州西四环外一名老太太突发心梗,需要紧急送往最近的医院。接警的一名老支一队4名交警立即行动,以最快的速度把患者安全送达急救室。

3月22日18时18分,郑州交警十一支队指挥室接到群众紧急求助,称其母亲在高新区科学大道与红松路交叉口贾庄悦润府突发心梗,急需前往高新区中心医院救治。由于正值晚高峰,车流量较大,家属担心延误救治时间,请求交警协助开道护送。

接警后,指挥中心值班员迅速行动,立即指派三大队巡逻5号高万龙、樊利凯和五大队辅警李挺,分别驾驶警车和警用摩托车前往处置。

18时33分,警车与求助车辆对接,确定在长椿路翠竹街口汇合,随即开启警灯、拉响警笛,为患者车辆开辟绿色通道。

几分钟后,警用摩托车在长椿路翠竹街口与求助车辆汇合。在警用摩托车和警车的护送下,18时42分,患者安全抵达郑州市中心医院高新院区。

到达医院后,交警协助家属将患者送入急诊室后,才回到执勤岗位,这次紧急护送行动,让患者家属感激不已。

郑州交警提醒广大市民,如遇紧急情况,可及时拨打110或向路面执勤交警求助,交警将提供全力保障。

畅通郑州在行动

定点检查+流动巡逻

交警严查货车上高架违法行为

本报讯(记者 刘德华 张玉东)为深入推进城区道路交通秩序畅通服务大提升专项行动,进一步优化交通道路环境,切实提升群众的满意度和获得感。近日,郑州交警十三支队针对重型货车上高架的违法行为开展专项整治行动,以巡逻小分队的形式,加大巡逻力度,对违法上高架的重型货车进行全面排查和整治。

3月20日,郑州交警十三支队通过视频巡查发现,凌晨5时30分,一辆重型生活垃圾清运车违规在农业路高架二层行驶,民警迅速行动,通过查找取证,最终锁定驾驶员王某。

经调查,驾驶人王某承认驾驶豫A8×××B号牌重型特殊结构货车违反禁令指示标志的违法行为,经批评教育,驾驶人认识到错误,诚恳接受处罚。民警依法对其违反禁令指示的违法行为处以100元罚款,驾驶证记1分的处罚。

3月21日,接到举报:凌晨4时20分,有渣土车违法驶上北三环高架,严重影响道路通行。民警立即展开调查取证工作,锁定嫌疑车辆号牌为豫A03××F、豫A6×××K,随后民警通过车辆信息,确定违法驾驶员为王某、赵某。

面对民警的询问,两人明知郑州市区渣土车不能上高架,但为了贪图快捷,依然驾驶车辆违法上高架。驾驶人王某、赵某承认了自己的违法行为,经批评教育认识到错误。民警依法对其违反禁令指示的违法行为,处以100元罚款,驾驶证记1分的处罚。

结合春季交通安全形势和特点,交警十三支队科学调配警力,确保行动安全有序,并制定了整体行动方案,明确各小组的任务和职责,同时采取分割包围的战

术,对重点区域进行严密监控。针对近期重型货车违法高发时段,在北三环、农业路、陇海路高架等重点路段设置检查卡点,通过定点检查与流动巡逻相结合的方式,不断加大重型货车禁行等重点交通违法行为的查处力度,有效遏制了交通违法行为的蔓延势头。

下一步,郑州交警将持续加大各类交通违法行为的查处力度,规范道路通行秩序,形成严管、严治、严惩的高压态势,有效消除道路交通安全隐患,为人民群众营造安全、畅通的出行环境。

多部门联合整治医院周边“停车乱象”

本报讯(记者 刘德华 张玉东)3月26日上午,郑州交警联合二七区停车管理中心、五里堡办事处、郑大一附院等单位,对郑大一附院河医区周边电动车、非机动车随意停放乱象进行治理。

河医区地处城市中心区域,周边道路人流车流量大,但一些电动车、非机动车主为图省事,占用人行道、非机动车道和机动车道随意停放,造成通行不畅,

加剧了这一区域的交通拥堵,市民纷纷报警反映。针对这一乱象,一直以来郑州交警通过劝导、拖移、处罚等手段持续进行治理,但收效甚微。

此次郑州交警抽调30余名警力和10辆拖车,联合二七区停车管理中心、五里堡办事处、郑大一附院等单位,对河医区周边电动车、非机动车随意停放乱象进行持续集中整治。

当日9时许,参与治理人员排队集结,经过任务分工后开始治理行动。在河医区转盘周边,高架桥很多柱子上都设有非机动车、电动车禁停提示牌,但一些非机动车和电动车车主对这些禁停牌熟视无睹,依然将车辆停放在快车道上。工作人员先从这里开始治理,将占用道路的电动车和非机动车抬上拖车,拖往周边的停车场停放。同时在高架桥柱子上张贴纸质禁停提示和被拖移车辆处理办法,提醒车主前往处理。

通过治理,周边被占用的人行道、非机动车道和机动车道被清理出来,道路显得空旷而通畅。附近群众表示,电动车把路占了,不仅堵车,走路都困难,确实该好好管管了。

据悉,近期这样的联合治理将持续开展下去,还路于民,还畅通的交通环境于民。

幸福联线“她”的春日恋曲

“美丽郑州 遇见爱情”公益交友活动浪漫举行

本报讯(记者 杨丽萍 杨柳 通讯员 李凯琦 文/图)在上巳节来临之际,由郑州市妇联主办的“幸福联线‘她’的春日恋曲”——“美丽郑州 遇见爱情”公益交友活动在华侨城文化艺术中心浪漫启幕。活动将上巳节文化、汉服体验与婚恋实践深度融合,为近百名单身青年搭建起古今交融的交友平台。

活动在古风盎然的氛围中拉开帷幕,男女嘉宾身着各色汉服踏歌而至,以柳枝蘸取清水净手祈福(如图),在传统文化的浸润中开启寻缘之旅。在专业舞蹈老师赵海龙的带领下,全体嘉宾齐跳《哪吒》主题创意舞蹈,传统水袖与流行音乐的混搭瞬间点燃现场激情。随后,“幸福接力”“红线系情”“毬舞春光”等精彩纷呈的互动游戏,帮助男女嘉宾快速破冰、拉近距离。活动特别设置了“红娘帮帮团”,婚恋咨询师通过游戏互动和“一对一”婚恋咨询服务,为男女嘉宾提供贴心、个性化的指导,帮助他们解决婚恋交友过程中的困惑。印有“婚礼简办不减爱,文明新风创幸福”“平等与尊重”等新型婚育文化宣传内容的古风书签,成为贯穿全场的文化标识。经过两个小时的互动交流,活动在“心动表白”环节迎来高潮。不少嘉宾鼓起勇气,向心仪的对象表达心意。最终,9对嘉宾达成初步交往意向。

一直以来,郑州市委、市政府高度重视青年人才引进工作,郑州市妇联将青年婚恋与郑州人才发展需要紧密结合。2014年以来,活动中心在市妇联的指导下,创立“美丽郑州 遇见爱情”品牌公益交友活动,并于2024年6月通过中国婚恋网小程序上线了“幸福联线‘郑’好周末见”云交友活动。通过开展一系列别具特色的主题活动,为我市单身青年搭建公开、诚信的婚恋交友平台,给在郑青年提供更多的婚恋机会,为郑州国家中心城市引进、用好、留住人才做好基础保障。

下一步,郑州市妇联将立足新时代青年群体的特点和需求,建好交友平台、广泛聚合资源、优化配套服务,常态化举办各类公益婚恋交友活动,持续强化对年轻人婚恋观、生育观、家庭观的引导,助力更多青年在郑州这片充满机遇与活力的土地上,收获属于自己的幸福与梦想,共同构建更加和谐美好的社会大家庭。



民生e站

花粉季公园赏花会过敏吗? 这些知识点要知道

本报记者 裴其娟 刘德华

进入3月,恼人的春季花粉过敏期又来了。近日,北京市一公园侧柏树花粉雾的短视频引起人们对花粉过敏的关注。根据中国天气网发布的全国春季花粉预报地图,河南已经进入花粉过敏季节。目前郑州正是百花盛开、春光无限的最美季节,也到了困扰过敏人士的花粉季,哪些植物会引起花粉过敏?春游时应如何做好防护?

公园花卉不会引发花粉过敏 风媒植物花粉才是过敏主因

眼下的郑州,春和景明,桃红柳绿,各个公园玉兰、海棠、桃花、樱花、郁金香、紫荆争奇斗艳,令赏花人目不暇接,人们赏花热情高涨,西流湖公园、碧沙岗公园、人民公园等都是人流如织。在公园赏花会引起花粉过敏吗?

园林专家称各类花卉通常不会引起过敏,不必谈花色变。

“花粉是高等植物的雄性生殖细胞,是植物为产生子息而产生的自然现象,具有明显的季节性。”据郑州市园林局规划建设管理处负责人全群喜介绍,春天是万物复苏的时节,也是植物繁殖的季节,郑州每年3月中旬到4月中下旬进入花粉高峰期。但花粉过敏并非是由于各类花卉引起

的,鲜花会吸引蝴蝶蜜蜂来传播花粉,这样产生的花粉被称为虫媒植物花粉,不但颗粒较大,也相对较重,不易在空中飞散,引起人们过敏的现象非常少。真正容易引起过敏的,其实是柏树、桑树等木本植物,以及蒲公英、芦苇、狗尾草、蒿草等草本植物的花粉,这些植物为风媒植物,其花粉颗粒相对较小、质量轻,容易随风飘散,尤其是松树和杨树等风媒植物的花粉可以在空中飘浮、飞散。

“特定人群可能会对特定植物的花粉过敏,但郑州建成区没有种植能引起所有人过敏的植物,这一点请大家放心。”全群喜说,在郑州市各大公园广场,除了碧沙岗公园、人民公园、紫荆山公园等栽植有一些柏树,后几种木本植物并不多见,为遏制花粉飘散量,公园还常采用修剪花枝、洒水喷淋、地面湿化等措施,做好重点地区易致敏树种的更新替换。

值得注意的是,毛白杨可作为农田防护林、工业原料林,枫杨具有水源涵养、用材等功能,垂柳、旱柳等因具有景观、用材价值在郑州市铁路沿线、河湖沿线及部分公园水系旁多有种植,4月中旬起,随着杨柳飞絮的增多,会形成新的过敏原,可能会引起过敏体质人群的面部或暴露部位皮肤的瘙痒、红肿、痒感以及眼睛的红肿和痒痛。

提高自身抵抗力 做好防护和脱敏

近日,河南省人民医院过敏反应科门诊患者明显增多。医生提醒市民,花粉主

要通过呼吸道、黏膜及皮肤等渠道进入人体,花粉过敏重在脱敏,有效预防的措施包括:

远离过敏原。易过敏人群要及时关注花粉监测预报,过敏指数较高时段减少户外活动。在干燥、温度高、风大的天气,尤其是中午前后花粉指数最高的时段,减少外出。特别是即将到来杨柳絮飞舞的日子,最好选择在早晨或傍晚杨柳絮较少的时段进行户外活动。通常,上午10时至下午4时是杨柳絮最为密集的时段,最好避免在这个时间段进行长时间的户外活动。

物理防护。过敏人群在花粉浓度高的时候应尽量避免外出,必须外出时可佩戴口罩、眼镜、面纱、长袖衣服等进行防护,减少接触花粉的概率,特别注意保护好易受侵犯的眼睛、鼻子,回家后及时清洗皮肤裸露部位,也可以用生理盐水进行鼻腔冲洗,必要时备一些抗组胺类的应急药品。居家保持室内卫生,适当通风,尽量不要在室外晾衣服、床单等,可在室内准备一台空气过滤器,一定程度上降低花粉浓度。

提前服药。若处于过敏高发区,易过敏人群可提前遵医嘱服用扑尔敏、氯雷他定等抗过敏药。

此外,中医认为预防花粉过敏重在扶正祛邪、培养正气。中医认为“正气存内,邪不可干”。所谓的“正气”就是对病原微生物的抵抗力以及自身的调节能力和适应能力。“邪”指的是各种致病因素。意思是说只要体内正气充沛,外界致病的邪气就不能侵袭机体。这是中医养生的基本理论之一,强调了正气对人体健康的重要性。

春季花粉、柳絮等过敏原活跃,如何培养正气,预防过敏?中医建议通过中药健脾、益气、固本兼顾清热、祛风、化痰为法,改善过敏体质。也可常揉按两鼻翼外侧的迎香穴、拍合谷(第二掌骨的中间点侧)、搓肺经(从肩部前侧、锁骨下缘的中府穴,到大拇指指尖的少商穴),同时通过饮食调理、运动锻炼、情志调节等,增强身体抗病能力。

春季花粉过敏高发 专家支招科学应对

春季花粉过敏一般会持续至5月,在此期间出现流鼻涕、打喷嚏、鼻子痒、鼻子堵、眼睛痒等症状,如果排除感冒,很有可能是花粉过敏了,因为花粉过敏反应会引起鼻窦炎、分泌性中耳炎、口腔变态反应综合征等并发症。

如不慎发生花粉过敏,也不必过于紧张,过敏反应较轻时,脱离过敏原环境可较快恢复,其间要注意保持皮肤完整性,不要随意抓挠。洗澡时不用力搓洗,发病时不抓挠,如发生皮肤脱屑时可用润肤露加强保湿,滋润皮肤,穿衣建议选择柔软的贴身衣物。症状严重者要及时到医院过敏反应科或变态反应科就诊,接受系统治疗。

面对花粉过敏可能带来的困扰,保持一个平和的心态同样重要。过度紧张和焦虑都有可能加重过敏症状。平时可以通过深呼吸、瑜伽或冥想等方式放松心情,有助于减轻身体对过敏原的反应。