文明郑州 文明游园

暑期公园去打卡 文明游园好风景

本报记者 裴其娟 文/图

孩子们追逐打闹时，家长总会及时提醒“别摇小树”；野餐结束后，一家人主动将垃圾打包带走扔进分类箱；热门游乐设施前，家长会让孩子有序排队；家长欲随地吐痰时，孩子们总会用眼神及时制止……盛夏时节，郑州市各大公园广场成为市民避暑纳凉休闲运动的好去处，放松身心的同时，爱护环境、遵守秩序的文明行为已成为市民的自觉行动。

前往公园游玩打卡的市民络绎不绝

青少年公园 滑板场秩序井然

29日傍晚时分，郑州市公园广场事务中心青少年公园迎来客流高峰，纳凉的市民络绎不绝。记者注意到，在滑板场内，孩子们有序进行滑板运动，自觉避让他人。文明游玩的风景也得益于公园的管理，近期，公园针对一些青少年在滑板场内飙自行车带来的安全隐患，筹措资金在滑板场周边设置了阻车护栏，并派专人在出入口监督劝阻。该公园的足球场、篮球场、羽毛球场等，青少年们也在文明有序运动。

“现在公园管理越来越用心，大家也更珍惜，谁都不好意思破坏这份秩序。”陪着女儿来公园玩滑板的张女士微笑着说，孩子们看到有人翻越护栏，还会提醒和劝阻。

安全隐患大排查 护航暑期游园安全

暑假期间适逢高温天气持续，针对青少年游园期间爱水的天性暴露，为营造安全的游园环境，防范溺水事件发生，西流湖公园、雕塑公园等涉水城市公园也做足了安全防范工作。

在西流湖公园，工作人员开展以“零死角、零盲区”防溺亡安全隐患大排查，在水域周边加固防护设施，设置警示标识和救生圈、救生杆、应急绳索等救援物资。对全园31处重点区域进行水位测量，对查明超过1米的21处风险水位加强巡逻监管，全力守护游客生命安全。在雕塑公园，工作人员也开展了水域安全检查，落实防范措施，为青少年暑期游园安全保驾护航。

有文明的市民，才会有文明的城市。美丽的风景，需要每个人守护。市园林局、市公园广场事务中心表示，各公园广场以不断完善的服务，热情地向游客敞开大门，也提醒市民进一步提升文明素养，游园市民与管理方上演“双向奔赴”，共同将城市公园打造成为安全、舒适、文明的诗意休憩之地。

公园美景好打卡 文明游园显风尚

暑假期间，郑州市多个公园广场打卡点，吸引市民竞相前去玩赏，文明游园的好风尚，也为园林美景增添了魅力。

紫荆山公园昙花展自7月12日开幕以来，成为市民夏夜消暑、陶冶情操的新宠，紫荆苑展厅每晚灯火通明、人头攒动，共接待游客逾万人次。人们爱花惜花，没有采摘等不文明行为。

郑州市雕塑公园波光粼粼的湖面倒映着形态各异的雕塑作品，浓郁的艺术氛围吸引不少青少年前来游玩，他们或成群结队地穿梭在雕塑间，拍照打卡、录制视频，记录下美好的瞬间，或在草地上搭起帐篷，来一场惬意的野餐派对，或参与园内举办的艺术展览和活动，与志同道合的朋友交流心得，或带上一本书，寻一处静谧角落，在自然与艺术的环抱中，享受独属于自己的宁静时光。游玩期间，遵守秩序、文明游园、维护公园环境卫生已成为他们的自觉行动。公园的儿童乐园是孩子们的欢乐天堂，滑梯、攀爬架等游乐设施前，小朋友们尽情玩耍，欢笑声此起彼伏。家长们不时提醒他们注意礼让其他小朋友。

暑假期间，西流湖公园在南区湖西木栈道举办的鸟类科普活动，吸引了大批爱好鸟类的青少年参加，在这里观赏数百种鸟类的活动，了解它们的生活习性，让他们收获良多。活动期间，整个木栈道地面干净整洁，湖水清澈见底，栏杆前观鸟的人们有序排队，没有出现扎堆等现象。

郑州市动物园作为“毛孩子”的家园，每到暑假都是少年儿童的热门打卡点。在大熊猫馆，孩子们有的在近距离观察熊猫啃竹子、玩秋千的憨态，有的在馆内凉爽的空调下暂避酷暑；在鸟语林，美丽的散养孔雀吸引孩子们驻足观赏；天鹅湖，悠闲游移的黑天湖吸引不少孩子们来此写生。尽管游客人数不少，但整个园区环境保持得十分整洁，除了极个别忍不住用小零食投喂动物的行为，大部分游客都能做到文明观赏。

“出彩河南人”绿城发布厅暨道德模范宣讲活动举行

本报讯（记者 **苏瑜 朱翔宇**）7月30日上午，郑州市“出彩河南人”绿城发布厅暨道德模范宣讲活动在二七区举行。近170名干部群众现场感受榜样力量，共沐文明新风。

在全国道德模范先进事迹宣讲环节，郑州大学第一附属医院眼科医生周晶讲述了第九届全国道德模范张效房的先进事迹。她的讲述饱含深情，配合珍贵的影像资料，生动展现出张效房教授从医86年、年逾百岁仍心系患者、坚守岗位、无私奉献的崇高医德，深刻诠释了“生命不息、奋斗不止”的职业信仰，现场掌声经久不息。

活动同时介绍了郑州市依托党建引领网格化治理体系，深化典型选树工作实践成果，展示了近年来涌现出的牛振西、周慧玲、任庆河等一大批先进典型事迹。二七区现场发布了优秀文明实践项目及优秀网格员名单。

近年来，郑州市坚持大力培育和践行社会主义核心价值观，深化公民道德建设，充分利用党建引领网格化治理的组织优势和数字优势，探索建立“在网格中广泛发现、在网格中常态培育、在网格中动态管理”的典型选树机制，营造崇德向善、见贤思齐的浓厚氛围。全市先后获评全国道德模范1人、提名奖7人次，“中国好人”127人（组），河南省道德模范（含提名奖）14人次，评选郑州市道德模范203人次，为1400多万市民群众树立了榜样标杆和精神坐标。

市中医院互联网医院上线试运行

本报讯（记者 **王红**）为满足市民对中医药诊疗服务需求，便捷群众就医，7月29日，郑州市中医院互联网医院上线试运行。

当日8时，家住新郑的姜女士就通过郑州市中医院互联网医院小程序申请了中医院特有的明星药品——院内制剂消食丸。互联网医院线上医生第一时间接诊后开具药方，药房药师随后及时审核药方、调配药品、顺丰快递下单。

“有了互联网医院，可真方便啊。”当日中午，当姜女士在家中从快递员手中接过药品，她禁不住连声感慨：“我家有俩孩子，偶尔吃多了会出现积食，因此郑州市中医院特制的消食丸一直都是我家的常备药品，以前家里没药了，都得一大早跑去医院排队，现在有了互联网医院，真省心！”

据介绍，郑州市中医院互联网医院上线运行后，有需要的患者可以通过微信小程序登录，也可以通过郑州市中医院微信公众号登录。互联网医院提供线上复诊、便民门诊、院内制剂、护士到家、药品配送等多项服务，尽量减少患者不必要的奔波。患者申请互联网医院诊疗服务需要先完成注册和实名认证。

按照规定，目前互联网医院线上问诊仅适用于部分常见病、慢性病复诊。初诊、急诊、危重症及6岁以下患者仍需在医院就诊。并且，互联网医院试运行期间，线上诊疗费用、药品费用暂不支持医保结算。互联网医院电子处方药物用量最长不超过4周。互联网医院药品将通过顺丰快递（快递费到付）送达，药品为特殊商品，一经售出，概不退换。

城管部门启动“五圈”精细化管理专项整治

本报讯（记者 **谷长乐**）“以前来探十里商圈逛街，非机动车辆到处都是，现在划了整齐的停车线，还有志愿者引导，走起来敞亮多了！”近日，探十里商圈、河医周边、正弘城商圈、农业路职工医院等周边区域各类交通乱象和占道经营乱象综合治理赢得过往市民纷纷点赞。

郑州市城市管理工作专班（以下简称专班）聚焦“五圈”（针对商圈、校园、医院、景区、交通枢）市容环境短板，通过网格联动、序化提升、靶向攻坚让“堵点”变“通途”。

还路于民，引导非机动车分散停放

在金水区纬五路（经三路至中州大道）沿线，这片聚集多家省级三甲医院的核心“医圈”，曾因“机动车多、非机动车多、游商摊贩多，环境交通治理难”的“三多一难”问题让市民头疼。为此，金水区城管部门创新实施“三办五院一专班”协同治理模式成立专班，推动各部门信息互通、执法共管、问题共治，让“医圈”治理从“多头管不好”向“协同管到位”转型升级。

同样在河南省职工医院周边，网格临时党支部成为治理“主心骨”。针对非机动车车位不足问题，党支部协调街道、医院、周边企业“三方联动”：就近划定5处停车区，引导1200余辆非机动车分散停放；将国际企业中心21个机动车位改建为非机动车位，精准填补缺口。同时，联合志愿者、共享单车企业开展“常态化劝导＋动态运维”，通过现场劝导、指示牌引导，逐步形成停放规范、文明通行的交通氛围。

增设车位，解决群众停车需求

在郑州市第一人民医院周边，管城区城管部门以整合交警、城管执法、社区、周边单位等人员力量，率先在郑州市第一人民医院建立专属网格，并成立重点区域治理临时党支部，实行“定岗、定责、定时、定人、定路段”的“五定”制，确保问题“即时发现、即时处置”。协调医院建成5层立体停车场新增154个车位，更在周边设置“暖心驿站”，配备雨伞、轮椅、饮用水等物资，让就医群众和户外工作者感受到“治理有力度，服务有温度”。

同时，管城区城管部门依托“网格化＋数字化”平台，对辖区11条道路实行重点道路、示范道路、一般道路“三色动态管理”，让治理更精准。

在探十里、凯旋门商圈，中原区城管部门围绕“停车乱、通行堵”问题打出“组合拳”：非机动车治理上，协调商圈开放东广场增设300~400个车位，在小岗刘新村入口划定150个专属区域，与共享单车企业建立“定时清运”机制，确保车辆“随停随整”；机动车管理上，推动加装违法停车智能设备，高峰期出动警力引导车辆分流，累计劝离违停车辆3327辆次；占道经营治理上，采取“定岗值守＋流动巡逻”模式，白天巡查、夜间盯守，让曾经“挤不动”的商圈通道恢复畅通。

从“医圈”的就医路到商圈的逛街路，郑州城管部门用“党建引领”凝聚治理合力，以“多元共治”破解民生难题。随着治理的不断深化，更多“堵点”将变为“通途”，让市民在每一次顺畅出行中，感受到城市治理的效能与温度。

省市场监管部门发布提示函

严格落实“三管三必须”责任 加强特种设备运行环境安全防范

本报讯（记者 **李爱琴**）近期，河南大范围地区出现持续高温天气，部分重点行业、企业环境安全风险陡增，为做好重点时段特种设备安全风险防范，省市场监管局昨日发布提示函，加强高温天气特种设备安全生产工作。

根据提示函内容，各行业主管部门、企业应严格落实“三管三必须”责任，加强高温天气下安全风险研判，有针对性地采取防控举措，加强特种设备运行环境安全防范。

各化工行业、企业应加强安全管理，防止超温、超压、超负荷使用锅炉、压力容器、压力管道等特种设备。各燃气行业、企业应加强罐区安全防范，防止液化气储罐超温超压。各户外特种设备使用单位应加强大型游乐设施、观光车等特种设备安全防范，及时调整作业计划，加强设备维护，防范极端天气对特种设备安全运行的影响。

各有关特种设备使用单位应针对高温天气特点，开展特种设备风险隐患排查，着重加大对安全阀、爆破片、紧急切断装置等安全附件，以及温度计、压力表等仪器仪表的隐患排查力度，确保设备处于完好的技术状态。

光影见证初心 历史照亮征程

本报讯（记者 **杨柳** 通讯员 **刘畅**）为纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年，通过光影回顾烽火岁月，讴歌革命先辈的爱国情怀，弘扬中华民族百折不挠、坚韧不拔的伟大精神，7月30日，共青团郑州市委联合省人民会堂开展“郑”青春“郑”观影暑期观看爱国主义电影活动，千名“郑州团团”粉丝参加此次观影活动。

此次观影活动选择的影片为《南京照相馆》，该影片以独特的视角展现了反法西斯战争时期波澜壮阔的历史。该电影取材于南京大屠杀期间日军真实罪证影像，讲述了一群素不相识的老百姓，在1937年的南京城，因一卷记录日军暴行的胶片意外被命运捆绑的故事。电影生动地还原了战争年代的社会风貌和人民的奋斗抗争，从普通人的悲欢离合中折射出反法西斯战争中中国人民不屈不挠的抗争精神。活动结束后，现场观众表示，本次观影活动既是一次精神洗礼，也是一场灵魂触动。

据了解，共青团郑州市委将继续聚焦青少年思想政治引领，发挥郑州共青团新媒体矩阵优势，引导全市广大青少年树立正确价值观，为郑州高质量发展贡献青春智慧和力量。

郑在反诈

反诈宣传进地铁纳凉区

本报讯（记者 **张玉东**）为有效提升市民反诈意识，增强风险防范意识，7月30日，郑州市公安局金水分局结合地铁站口人流密集、辐射周边社区的特点，在郑州地铁紫荆山站纳凉区开展了一场反诈宣传活动，助力营造安全、健康的反诈环境。

活动中，金水分局反诈民警通过播放“反诈白皮书”和“反诈是门必修课”两个视频，让现场群众了解了近期电信网络诈骗的严峻性。随后，民警又用真实案例演示诈骗话术，“请您尽快将钱转到安全账户”等实为骗局开场白；现场还原“冒充客服退款”诈骗过程时，65岁的张大爷惊呼：“上周我差点点开这种链接。”别开生面的“反诈安全课”反响热烈；活动现场还特别设置了“清凉知识站”，为纳凉群众提供定制有“20个反诈关键词”、公安反诈劝阻提示、金融小知识等降暑物资的纪念品，群众互动热情高涨，参与互动答题即可领取纪念品，在游戏中完成反诈及金融知识入脑入心的“软植入”。

“反诈是门必修课。把反诈和金融教育植入生活场景的宣讲，比传统宣讲更有效。”郑州地铁集团紫荆山站负责人表示，“纳凉点日均接待量超3000人次，此次将防暑空间转化为反诈金融教育阵地是民生公共服务的新尝试。”金水公安也将协同多部门推出内容更丰富、形式更新颖的常态化、多样性的反诈教育活动，共同护航人民群众美好生活。

功夫郑州 奇遇记 系列报道

武术大师石崇英：

从体操冠军到内家拳传人的武道人生

本报记者 **汪永森** 实习生 **刘硕珅** 文/图

“莫道桑榆晚，为霞尚满天！”7月28日，郑州大学校园一隅，当代内家拳泰斗石崇英身躯清瘦却精神矍铄，他时而静立如松，时而如游龙旋动，将力学与武道融于举手投足之间，让诸多武术爱好者和传承人惊叹。

石崇英（左）与友人切磋功夫

体操健将到内家传人的蜕变

宁静的校园练功场，石崇英手指正在走圈的弟子，感慨道：“看那旋转中的平衡——既是单腿支撑的物理平衡，更是千年武道在当代的生命平衡。”

石崇英，1940年出生于河南荥阳石寨村一个中医世家，父亲希望他继承医术造福乡里，但他既青睐时尚的体操运动，也对传统的武术技击保持着兴趣。1958年，18岁的他凭借矫健身手连夺郑州市和河南省体操全能冠军，成为河南省首批职业体操队员。

“体操训练让我透彻理解旋转、位移与重心控制的科学原理。”这段经历为他日后研究武术力学埋下伏笔。20世纪70年代，已从河南大学体育系毕业的石崇英，被分配到了南阳地区体委工作。

1972年，杨式太极拳第五代传人、马派八卦掌第四代传人王教福受邀从沈阳来到南阳授拳，下车伊始即与在场人员切磋“不论推手散手，来者不拒，未有败绩”。石崇英跟随迎接叹为观止，遂拜师系统地练习形意拳、杨式太极拳和马派八卦掌。

“师父是‘当代奇人’，不光功夫练得好，中医骨伤科的本领也很神奇。”王教福将杨式太极拳、马派八卦掌真传倾囊授予石崇英，后者专注研练二十二载，功夫与人品得到王教福肯定，终被定为衣钵传人。

痴迷武道融合两派绝学于一身

俗话说“拳不离手，曲不离口”，石崇英年少开始练拳，至今60余年从未中断，尤其是拜师王教福之后，更是达到了痴迷的地步。

在练功场上，石崇英展现出令人惊叹的执着。一套看似简单的三角步法，同门三个月便放弃，他却坚持苦练三年，终达“步法飘逸多变，出神入化”之境；为精进八卦掌，他规规矩矩走了七年圈，连散步都按内家功法要领行进。

练功的生活又苦又单调，但石崇英每每回忆都觉得充实而有意义。他将现代科学思维注入传统武术，开创性提出：“一身形、二腿蹬、三虚实”的练功核心三要素，“单腿支撑，旋转加位移”的发力本质，用“整体质量论”阐释太极拳的力学原理：“人越老，质量没变，其发挥越好”。1982至1983年，他将理论转化为实战能力，蝉联郑州市太极推手比赛冠军。比试中，他“脚踏八卦，手捧太极，身如游龙”如入无形之境，成为融合太极、八卦两派绝学的生动写照。

让传统武术在新时代挺立如松

20世纪80年代，石崇英被调入郑州大学，在教导体操等体育课程的同时，还被学校指派传授本科、留学生传统武术课程。

自1982年开门授徒以来，石崇英以郑州大学为中心，拉开了内家拳在郑州传承的序幕。40年的时光过去，逾千名学生和武术爱好者随其练习武术，其中李波、孙新成等人拜师入门后，朝乾夕惕研习不辍，并培养出卢建波、黄学升、张若鹏、武英虎、李颢、李怀亮等一批传承人，促进了内家拳在中原地区的传播。

石崇英出身中医世家，又是体育科班出身，精通人体力学、运动生理学、解剖学、运动物理学以及中医理论，所以在看待内家拳资料时不盲从，有自己独到的见解。

他认为，拳术虽有内外家名称之分，但没有实质之别，各家各派只要方法正确、肯吃苦，最终都是一样的，而古代拳术是为了技击，都是“得一而生”，无二法门。因此，他研究拳术，没有局限在自己的圈子里，他看《动物世界》会琢磨猫科动物捕猎的技巧，现代搏击节目也受到他的喜爱。

“现代练习传统武术的人，缺少前人实战的经历，往往会眼高手低，而在信息发达的今天，类似拳击比赛这样的节目，就是很好的素材。”他说，练习传统武术的人，要认真研究对方如何进攻，如何用传统武术进行对抗。

从体操健将蜕变为内家宗师，石崇英践行着对武术的终极领悟：真正的功夫不在击倒多少对手，而在能否让传统文化在新时代的洪流中，依然挺立如松。