奋进新征程 建功新时代

打破时空限制 体育科技助力全民健康

新华社广州2月28日电(记者 王浩明)刚刚闭幕的北京冬奥会上 涌现的各种"黑科技"让人惊艳,中 国的体育科技在世界舞台中央闪光 的背后,也正在成为助推全民健康 的一股重要力量。

二月底的岭南,已是春暖花开。 广州市海珠区洲头咀公园本是珠江 边上一个静谧所在,但近一段时间 却热闹非凡。不久前,这里安装了一 套户外智能健身器材,设有立式健 身车、推胸划船训练器、高拉推举 训练器、深蹲训练器、腹背肌训练 器、上肢屈伸双功能训练器、智能 竞赛车等10多种智能体育设施。只 需要用手机扫描二维码,健身者就 可以看到热量、功率、心率等即时 数据,而每次锻炼的数据也将记录 下来上传云端,大批市民被吸引前 来"打卡"。

"相比之前公园里那些简单的 器械,这个智能健身器材很好、种类

湖南日报2月28日讯(全媒体记者 彭

可心 通讯员 张小刚 王慧怡)记者从今天

召开的全省水运工作会议获悉,今年我省

将出台14个市州"一市一港"总体规划,推

进长株潭港航一体化发展;同时拟投资60

亿元,加快构建"一江一湖四水"骨干航道

网和"一枢纽多重点广延伸"港口体系,强

力推进基础设施建设,着力补齐水运短板。 省水运事务中心主任张胜介绍,今年 我省将完成湘江永州至衡阳1000吨级航道 一期、岳阳港煤炭铁水联运储配基地配套

码头、益阳港允通物流码头等项目建设,新

增千吨级航道140公里、千吨级以上泊位10 个。推进湘江永衡1000吨级航道二期、澧水 石门至澧县1000吨级航道、洞庭湖常德至

鲇鱼口2000吨级航道等重点项目建设,开 工建设湘江永衡1000吨级航道三期、沅水

洪江至辰溪500吨级航道。加强渌水通道规

划研究,推进湘桂运河项目研究。加快岳阳

港煤炭铁水联运储配基地、长沙港湘之杰物

化建设实施方案,开展智慧航道、智慧港口

建设试点,加快智慧水运2.0升级。同时开

展北斗应用示范,推进信息化管理平台与

服务平台信息互通和数据共享,增强"智慧

成水运建设投资42.1亿元,同比增长

110.5%;建设航道项目6个、港口项目14个,

水运投资创历史新高,在"十四五"开局之

去年,湖南水运全面完成各项任务,完

疫情防控等制定应急预案。

进行全面动员。

1月11日,2022年全省春运工作电

市交通运输局领导迅速下沉至基

视电话会议后,永州紧接着召开全市春

运工作电视电话会议,对全市春运工作

层对各县(市区)进行包干,各县(市区)

公路部门强化日常养护,各道路运输客

运站场严格执行出站检查、营运客车安

全例检和危险品查堵等制度,水运企业

6000名交通安全网格员统一穿上黄色

马甲,在国、省道干线的重点路口、路段

开展交通劝导执勤工作,维护道路交通

秩序。宁远县将春运任务、工作职责、防

疫要求、工作举措从县直单位向乡镇(街

道)逐级传递,延伸至村级"神经末梢"。

东安等县(市区)充分发挥"村村响"广播

覆盖范围广、收听方便的优势,实现了春

委副书记、市长陈爱林多次前往火车站、

汽车站、公交车站场,对春运安全及疫情

防控工作进行检查督导。各市级领导根

据分工,分别对各县(市区)春运安全及

疫情防控工作进行督查检查。市春运办

还从各相关部门组织25人,采取"四不

两直"方式,对14个县(市区)的重点场

站好健康春运岗

48小时核酸检测报告。"在永州机场、

火车站、高速等出口,春运期间每天都

"您好,请出示健康码、行程码和

所,在年前、年后进行两轮工作督导。

春节期间,永州市委书记朱洪武,市

运安全知识播放全覆盖。

全市各地创新春运管理。祁阳市近

从严实施客运渡运船舶发航签单制。

水运"服务经济发展的能力。

今年,我省将制定"十四五"水运信息

流园配套码头等多式联运支撑项目建设。

很多,每次都可以把数据记录下来, 自己的进步'肉眼可见'。"一位锻炼

为该公园提供智能健身器材的 深圳好家庭公司董事长张佳华介 绍,在全国已经有上百个公园安装 了智能健身设备,仅仅在深圳,不到 半年的时间,在智能健身设备上锻 炼的人数已超过50万人。

他介绍,最新的室外智能健身 房系统利用云计算、5G、物联网等技 术,可实时显示、储存、分析用户体 测数据,自动生成个性化运动处方, 将用户引导至心肺功能区、力量训 练区进行有氧运动或抗阻训练。面 对有运动基础的用户,可形成"测 试-训练-测试-提高"的闭环,帮助 用户达到提高身体素质的目的。

"我们尝试通过全新的室外 智能健身房,将全民健身与全民 健康深度融合,真正使体育成为 提高人民健康水平的重要途径。"

在体育科技的推动下,健身正 在变得越来越个性化,同时也正在 打破传统健身的时间和空间。如今, 家用健身器的第一选择,已由原先 的"三大件"——跑步机、单车、划船 机,悄悄变成了"三小件"——筋膜 枪、瑜伽垫和健身磨镜。

受到疫情的影响,居家健身成 了越来越多人的选择——对着健身 魔镜,在瑜伽垫上挥汗如雨,结束后 用筋膜枪放松一下,这一切都可以 在几平方米的空间完成。

2021年体博会上,泊康科技发 布了"第二代健身魔镜",这款魔镜 占地仅0.25平方米,一块地板砖的 面积却包含了3D姿态捕捉、AI精准 算法、立体手势操控等核心技术,当 健身者的动作不标准时,魔镜会实 时提醒:"请把腿再抬高一点"。

事实上,魔镜可能并非一户一 块,但手机却是人手一台,借助App

的持续迭代,健身也在不断升级,越 来越多的人通过一块手机屏幕开启 自己的健身之旅。

疫情期间,路跑运动虽然面临 办赛挑战,但并未影响爱好者的跑 步热情。在今年1月初的体育大生意 年度峰会上,路跑软件悦跑圈 CEO 梁峰介绍,2021年悦跑圈 App 用户 数量同比增长16.7%,日活跃用户同 比增长21.4%。其中女性跑步用户增 长趋势强劲,增长高达18.4%,男性 用户增长15.5%。另外,跑步群体年 轻化明显,"90后"和"00后"跑者以 41.2%的占比成为主力。

"体育科技将成为 2022 年体 育产业中最有潜力的细分行业之 一,而体育科技也正在成为推动 全民健康的重要动力,一方面吸 引和留住更多人经常参与体育锻 炼,另一方面让健身更为精准、 质量更高。"体育大生意创始人

炎陵县鱼片志愿者联合会2000余名会员深入 各地开展公益活动-

"鱼片"离世后,爱心得传递



湖南日报全媒体记者 张咪 通讯员 张和生

2月28日,炎陵县鱼片志愿者联合会 开展"学雷锋纪念日"活动,为残疾人等困 难群体送去水果等物资。

会长尹涛说,关爱困难群体,为他们 送温暖,是联合会成立10年来经常做的 事。温暖的背后,与"鱼片"刘朝华密不可

"鱼片"虽逝,义工大旗永不倒

忆起刘朝华,尹涛有些伤感。

刘朝华,退役军人,网名"鱼片",原是 炎陵县教育局司机。1998年以来,他经常 走村串户帮助困难群众,2006年在网上和 炎陵籍网友成立义工队伍,帮助贫困学

2008年8月17日,年仅31岁的刘朝华 在走访贫困学生途中遇车祸去世,被追授 为"中国杰出青年志愿者""湖南省杰出青 年志愿者"

"不能因'鱼片'离世,让爱心中断。" 2008年9月,炎陵县新华书店干部唐睿等7 人商量成立炎陵县义工社,接过刘朝华的

2010年,义工社与团县委联手,组织 机关单位、社会团体人员及部分村民300 余人,成立刘朝华志愿服务分队、环保服 务分队、义务献血分队、关爱老兵分队、森 林防火分队等8个分队,利用空隙时间,深 人街道、乡镇开展公益活动。

2013年,炎陵县义工社更名为炎陵县 义工联合会。2018年,又更名为炎陵县鱼 片志愿者联合会。

如今,联合会已有2000余名志愿者, 共筹集资金近600万元,用于助学、重大疾 病帮扶、关爱孤寡老人等。累计帮助困难 学生1000余名、困难群众200余户,成为大 山里的爱心使者。

爱心接力,一群"鱼片"暖人心

干志愿者,艰辛自不必说,由于经常 在外奔波,加上炎陵路途多险峻,险情时 有发生。

尹涛回忆,2015年秋,他与副会长陈 坚等人在下村学校发放助学款返程中,因 连日大雨,经过一个陡峭山坡时,山体突 然发生塌方,大量土石滚落,一些碎石打 在车上"砰、砰"作响。"好险!"尹涛仍心有

"虽然辛苦,但不后悔!"尹涛说,看到需 要帮助的人得到资助,内心感到骄傲和喜 悦。10年来,联合会共走访摸底5000多人,会 员遇险7次、受伤2次。

明知艰辛,加入联合会的人只增不减。兰 欢是炎陵县酃途交发实业有限责任公司职 工,去年加入联合会。兰欢家庭贫困,从初中 开始受到联合会资助,直到大学毕业。兰欢 说,如果没有他们,自己可能早已辍学。工作 以来, 兰欢每年为联合会捐款, 希望通过自己 的努力将爱心传递下去。

赠人玫瑰,手有余香。尹涛说,在炎陵 县,"鱼片"的事迹影响了一大批人,大家

尹涛还开通微信公众号、视频号等,分 享联合会志愿者活动,呼吁更多的人加入 进来,实现"人人为我,我为人人"。

不久前,湖南省第二批学雷锋活动示 范点和岗位学雷锋标兵公示,炎陵县鱼片 志愿者联合会入选。

乘坐一次公交,接受一次雷锋精神洗礼 "雷锋·强军号"公交专线 在望城区首发

湖南日报2月28日讯(全媒体记者 谢 璐)红彤彤的车身印着一张张人伍新兵的 笑脸,车厢里座椅背上贴着一个个图文并 茂的雷锋小故事,乘客抬头就能看见拉手 上的全国征兵网网址……2月28日,在学雷 锋纪念日来临之际,"雷锋·强军号"公交专 线W305在雷锋家乡长沙市望城区首发,将 为弘扬雷锋精神、加强全民国防教育提供 一个新的载体。

W305 专线由望城区人武部联合该区 雷锋巴士有限公司打造,包含20辆纯电动 公交车,沿用原W230路公交线路,在长沙 市政府北门与望城汽车站之间双向行驶。

专线公交分为"像雷锋那样当兵""做 雷锋式好战士""雷锋从这里出发""雷锋 家乡学雷锋"4大主题进行展示,车身以红 色为主色调,车顶饰以军营绿色,车头印 着醒目的军徽及国防教育徽章。车厢内饰 展示雷锋事迹、民兵风采、征兵政策、国防 法规等,能让乘客沉浸式观摩学习,每乘 坐一次专线,就接受一次雷锋精神洗礼和

专线为现役军人、退役军人及民兵预 备役人员等提供免费乘坐服务。驾驶员着 统一服装、臂章及肩章,均为雷锋民兵公 路运输连的基干民兵。

雷锋民兵公路运输连是2017年经望城 区人武部批准,以雷锋巴士管理人员及驾驶 员为主体组建的基干民兵连,曾被评为"防 汛抢险先进单位""抗击疫情先进组织"等。

赵晓雷 蒋有才 陈程

腾空而起的客机带着牵挂穿云破 雾,风驰电掣的列车满载乡愁迎来送往, 乘风破浪的航船搭乘思念跨越江河……

年实现了开门红。

在2022年春运期间,疫情防控形 势依然严峻,三轮低温雨雪冰冻天气又 接踵而至。在前所未有的困难和压力 面前,永州攻坚克难,不负众望,在这场 运输能力和运输安全大考中,交出了一 份优异答卷。

向春天而行,在雪中绽放。1月17 日至2月25日,春运40天里,全市完成 客运量236.71万人次,高速公路出入口 总流量361.38万台次,中心城区投入运 营公交车21265辆次、运输出行群众 931.52万人次,城市出租车投入28266 辆次、运输出行群众213.75万人次。各 类道路畅通,无交通阻断和旅客滞留; 疫情防控秩序井然,无病例输入;交通 安全平稳有序,无重特大事故发生—— 在春运史上,写就"安全春运""健康春 运""畅通春运""温馨春运"的新篇章。

把好平安春运关

1月17日,一年一度"人类最大规模 的周期性迁徙"——春运大幕再次拉开。 永州未雨绸缪,牢牢把好平安春运

早在省市春运工作电视电话会召

开之前,永州就成立由市委常委、副市 长何恩广担任组长的市春运工作领导 小组,提前对全市春运工作进行安排; 建立春运微信群,各县(市区)长人群, 做到工作指令直达。

市春运办第一时间牵头研究制定 "1+4+清单+预案",包含1个《永州市 2022年春运工作总体实施方案》和"安 全春运""健康春运""畅通春运""温馨 春运"4个子专项方案,全面收集春运 隐患制定具体清单进行交办,针对雨雪 冰冻、大规模交通拥堵、安全事故处置、



靖黎高速加紧施工

2月27日,靖黎高速项目工地,工人在抓紧施工。湖南靖州至贵州黎平高速公路是湖南省 重点建设项目,建成后将与湖南怀通高速、贵州三黎高速、广西境内的厦蓉高速形成区域性 刘杰华 许志国 摄影报道 的湘黔桂高速公路走廊。

在雪中绽放 向春天而行

-永州市 2022 年春运工作综述



新田县龙泉街道关口村S215省道执勤点,执勤人员对过境车辆、人员 进行检查登记。春运期间,当地交通、交警、卫健等部门组成联合执勤小组, 采用24小时轮班值守,检查车辆、人员,严防疫情输入。刘贵雄 刘舒娴 摄

有工作人员对入(返)永人员进行相关 信息核查。

随着在外打拼的人们陆续返乡过 年,人员流动大幅增加,疫情防控形势 愈加严峻,永州采取系列有效防控措 施,全面筑牢疫情防控防线,站好健康

严抓"外防输入"这一关键环节,在 机场对乘客落实"空中问、地面查、落地 检、地方接"防控措施,在各站(场)、码 头对所有通过铁路、公路等方式入(返) 永人员落实相关信息核查,对场所及运 输工具采取消毒、通风措施。各县(市 区)交通、卫健、公安部门安排人员在各 高速公路出入口、车站、火车站设置春 运疫情防控服务点48个,在高速公路 入永出口、省级重要交通枢纽增设疫情 防控流动服务站24个,逢车必查、逢人 必检,阻断疫情通过交通环节传播。

为减少人员流动、减少在途风险、减 少人员聚集,全市倡导职工不离开工作 地和常住地,确需外出须书面批准。另 外,加强"两站一场"高风险岗位人员管 理,加密核酸检测频次,实行"两天一检 测";"两站一场"按规定设置留观区,分区 分级严格控制交通运输工具载客率。

护好畅通春运路

G537 国道蓝山南风坳路段海拔

高,寒冷天气易结冰。春运期间,蓝山 县、广东省连州市公路、交警部门,湘粤 兄弟情深,联手抗冰斗雪,守护着两省 交通大动脉。

今年春运,永州市遭遇三轮低温雨 雪冰冻天气。2月22日,湖南省启动低 温雨雪冰冻灾害Ⅲ级应急响应。全市 各级公路养护部门积极应对、主动作 为,全力护好畅通春运路。

春运前,公路养护部门按照雨雪冰 冻灾害天气应急预案,提前做好装备和 应急物资储备,市、县、站三级成立应急 救援队伍。

同时,永州公路部门积极与交警、 交通、沿线乡镇等协调,明确管理职责, 及时配合做好公路除雪破冰抢险保通 工作。春运期间,市县公路部门抢通公 路阻断 50 多次。其中,邵永(永蓝)公 司对易结冰路段阳明山隧道群和九嶷 山隧道群,投入人员672人次,撒融雪 剂 260 吨。

各级公路养护部门还注重强化巡 查,整治隐患。公路养护人员针对临水 临崖、急弯陡坡、大型桥隧等重点路段 每天上路巡查,发现险情,及时处置。 零陵对 G322、G207、S230 公路处置隐 患 44处,蓝山处置安全隐患 56处,双牌 处置塌方16处共8700余方,新田处置 塌方3处1200余方。

此外,各县(市区)千方百计增加运 力、停车场停车位,进一步护好畅通春 运路。冷水滩区1月24日新增5条城 乡公交线路,共新增投放公交运力13 台、增加运营26 班次。祁阳市春节前 新建停车场14个、改造101处,新增车 位5700多个。

做好温馨春运人

除夕夜,团圆时。永州火车站售票 厅里,"90后"售票员蒋俊和邹权鸿还 在有条不紊地为旅客出售车票。他们 笑着调侃:"和在家收看的春晚歌舞相 比,售票房内的键盘声、微机提示声、电 话声组成了别样的'除夕交响乐'。"

在这个春运,永州火车站30余名党 团员们还利用休班时间,帮助旅客找寻 遗失物品、广播寻人,以其热情、周到的 服务为3万余名旅客解决了实际困难。

作为永州城市形象的一张靓丽"名 片",永州火车站在发送旅客363809 人、客流同比增长23%的情况下,仍为 今年春运划上圆满句号。

温暖春运回家路,永州在行动。春 运首日开始,永州市交通运输局与团市 委、市青年志愿者协会联合组织发动志 愿者,在全市主要交通场所设立了42 个志愿服务岗,重点围绕疫情防控宣传 提醒、咨询指引、票务协助、应急救援 便民利民等,开展"情满旅途·暖冬行 动"春运志愿服务。

春运中,全市2000余名青年志愿 者服务总时长达12万小时,服务过往 旅客100万余人次。

在此基础上,市内各站场优化售票 组织,推广应用电子客票,根据疫情防 控需要及时调整实施票务退改签政策; 积极关爱帮扶重点旅客,开通无健康码 通道。永州火车站积极开展旅客联程 运输服务,推广"刷脸进站"技术应用, 在进站、安检、售检票、候乘等关键环 节,推动安检流程优化,有效提高出进 站效率。

在蓝山、江华、江永等地,春运服务 站还为旅客免费提供油茶、瑶茶、热姜 茶等驱寒。

无数永州春运人的默默奉献、倾情 守护,换来了情满旅途、爱暖潇湘

