

我市加快健身基础设施建设,提高健康知识知晓率,引导全民形成健康生活方式——

为健康行动 为幸福加油

全市高中工作会议发布今年高考权威数据——

一本上线8719人

今年高考,全市普通高中成绩如何?我市有多少学生考上北大、清华?在刚刚过去的学年,哪些高中办学有特色?昨日,2019年全市高中工作会议在汝阳县召开。会议发布权威数据,对这些问题进行详细解答。

市教育局局长刘茂钦介绍,一年来,通过不断强化教学创新,我市教育教学质量显著提升。今年,我市一本上线8719人,比2018年增加114人,上线率18.0%,高于全省5.1个百分点;二本上线27840人,上线率57.5%,高于全省19.2个百分点。今年,我市共有12人考上北大和清华。

2019年,全市共有17所高中的155名学生通过了各类高校的自主招生初审。

今年,全市共有14所高中的5282名学生通过高校农村专项计划获得加分,比2018年增加1556人,增长率29.5%;有222人被211以上院校录取。

今年,随着各高中特色教育的持续推动,我市体育、艺术特长生培养工作再上新台阶,全市共有61所高中的2481名艺术生和体育生被各类本科院校录取。

除参加普通高考,视力好、身体棒、成绩好的高中毕业生,还能通过空军招飞实现飞行梦、名校梦。今年,我市空军招飞工作实现新突破,共有14人顺利通过招飞测试被空军航空大学提前录取,其中有4人被清华大学、北京大学招收为双学籍飞行员。这是我市历史上招飞录取人数最多的一年。

本报首席记者 焦琳 通讯员 杜建芳 朱峰

近期乘进京列车要接受二次安检

本报讯(记者 戚帅华 通讯员 吕宏伟)19日,记者从洛阳铁路部门获悉,9月20日至10月2日,我市各火车站将对去往北京方向的旅客进行二次安检及开包检查,请相关乘客至少提前一个小时到达车站,以免耽误行程。

洛阳铁路部门相关负责人表示,二次安检是指旅客在持票进入火车站候车厅前接受常规安检后,在指定区域还要接受第二次安检。工作人员将对旅客所持实名制车票和相关身份证件进行复验,并使用安检仪器及开包对其行李等再次进行检查。

此次实施二次安检的列车中,洛阳龙门站15趟,洛阳站7趟,洛阳东1趟。

●洛阳龙门站 G564次、G656次、G4018次、G662次、G660次、G658次、G430次、G574次、G308次、G666次、G808次、G674次、G668次、G670次、G4020次

●洛阳站 Z152次、Z76次、K818次、K508次、K270次、K1364次、T232次

●洛阳东站 K270次

铁路部门提醒旅客,为了不耽误您的出行,请广大乘客务必带好有效身份证件原件,至少提前一个小时到达车站乘车。旅客出行时,除禁止携带《铁路进站乘车禁止和限制携带物品的公告》中所列的枪支、弹药、警械、管制刀具、放射物品、易燃易爆、腐蚀品、毒害品、氧化剂、强磁物品等危险品、违禁品外,可能危及旅客人身安全、存在重大安全隐患的利器、钝器等也是不允许被旅客携带进站上车的。

此外,旅客过安检时,需把水、饮料等各类瓶装、罐装液体提前从行李当中取出,拿在手上配合安检人员进行检查,钥匙和手机也要随身携带。

短讯

■ 18日,西工区税务局组织全体党员举办“不忘初心 牢记使命”主题讲座活动。此次活动特邀我市著名学者叶鹏教授进行授课。该局广大税务工作者表示要真正把责任担当好,为实现税收事业高质量发展做出自己应有的贡献。(赵聚良 张冠珠)

■ 市总工会欲面向全市,对有意从事家政服务工作的困难职工及其家庭成员、城镇下岗失业人员、“4050人员”、农民工及其他符合条件的人员,进行免费家政服务培训,培训内容包括老人护理、病人护理等初级家政服务课程。培训由洛阳市职工活动中心培训学校承办。有意者请拨打63345668、63345103、13837939006(史老师)、13837995669(姜老师)了解详情。(晓晓)

加快推进健康洛阳建设 不断提高人民健康水平

核心提示

增强体魄,健康生活。党中央高度重视人民群众的身体健康,已将全民健身作为全面建成小康社会的重要内涵,上升到国家战略的新高度。市委书记李亚在日前召开的全市卫生与健康大会上强调,要积极倡导健康生活,实施健康知识普及行动、合理膳食行动、控烟行动、全民健身行动、心理健康促进行动,引导群众树立正确健康观,形成健康的行为和生活方式。

放眼洛阳,随着全民健身政策举措越来越完善、健身途径越来越便捷,健康理念已深入人心,群众的健康生活品质不断提升。

全民健身远离“亚健康”

19日早上6点,天空飘着蒙蒙细雨,80岁的胡炳祥老人像往常一样,来到位于洛龙区定鼎门社区服务中心内的晨晚练体育活动点。只要没有恶劣天气,每天早上、傍晚来这里抖空竹,是他和老伙计们的“健康约定”。由于技艺高超,他还是大伙儿的免费老师。

“早上6点到8点,下午4点到6点,每天动一动,身体有活力。”乔文卿年近七十,跟着胡炳祥抖空竹4个多月了。他说,自从抖起空竹,折磨自己多年的颈椎病再也没“发威”。

最初,跟胡炳祥抖空竹的只有十几个人。几个月前,占地600平方米的定鼎门社区服务中心内的晨晚练体育活动点建成投用,他们就把活动场地挪到了这儿。自此,跟胡炳祥抖空竹的人越来越多,如今已有40多人。

空竹秧歌、空竹舞龙、空竹啦啦圈……场地大、人员多,传统的空竹被锻炼者们玩儿出了各种花样,逐渐成为社区内的一道风景。72岁的杨万民“贪玩儿”,他琢磨出踩着轮滑配合空竹舞龙的技巧,每每操练起来,轻巧灵动的身姿引来阵阵叫好声。

眼下,胡炳祥和几个老伙计正配合市文明办、市体育局和定鼎门社区,打算在更大范围内推广抖空竹锻炼方式。“现在小游园、小广场这么多,期待大家都动起来,加入健身行列。”胡炳祥说。

全市卫生与健康大会指出,要牢固树立大卫生、大健康理念,不仅要求疾病治愈,更追求远离“亚健康”的强健体魄、锻造抵御疾病的强大身体素质。

如今,越来越多的洛阳市民走进健身房、走向户外,开启“燃烧卡路里”模式。晨跑、徒步、游泳、瑜伽、广场舞……让体育锻炼成为生活的一部分,推动健康理念从“以治病为中心”向“以人民健康为中心”转变。

着力打造“15分钟健身圈”

全市卫生与健康大会要求,实施全民健身行动,要抓好全民健身体制机制创新、知识方法普及、公共设施建设等工作,持续在行政办公区、居民小区、商业集中区和搬迁安置区等人口密集区域规划、改造、提升一批“举步可及”的便民小游园、小广场等健身场地,着力打造“15分钟健身圈”,推进全民健身生活化,引导群众多花些运动的“幸福钱”、少拿些看病的“痛苦钱”。

目前,我市正加快晨晚练体育活动点规范化建设,引导居民科学开展健身活动。按照《洛阳市

晨晚练体育活动点建设标准》,9月底前,我市符合条件的社区广场、游园绿地等处的体育活动点,将统一竖立“洛阳市晨晚练体育活动点”标志牌和宣传栏。这些活动点将由专人负责管理,并至少配备1名社会体育指导员进行志愿服务,帮助附近居民坚持开展相对固定的健身活动。

数据显示,我市体育健身站点已超过4200个。其中,社区健身站点1100多个,行政村健身站点3100多个,它们将按照上述标准进行升级并进一步规范。

引导全民形成健康生活方式

邓宏军是一名晨跑爱好者,一年前,身高170厘米的他体重超过90公斤,高体重带来了脂肪肝、高血脂和高尿酸症,高血压也时不时出现。在朋友带动下,他开始跑步、戒酒,并渐渐在饮食中控制油、盐和糖的摄入量。如今,他不仅体重减轻了,身体的各项指标也恢复正常了。

生命在于运动,很多疾病都是胡吃海喝“吃”出来的,缺乏运动“坐”出来的,心理压抑“憋”出来的。世界卫生组织研究发现,在影响健康的因素中,生物学因素占15%、环境影响占17%、行为和生活方式占60%、医疗服务仅占8%。可以说,最好的医生是自己,每个人都是自己健康的第一责任人。

为提高健康知识知晓率,引导全民形成健康

生活方式,近年,我市积极实施健康知识普及行动,注重发挥专业机构、专业人员的作用,采取群众喜闻乐见的方式,面向家庭和个人普及健康知识,引导群众树立正确健康观、形成健康的行为和生活方式。同时实施合理膳食行动,鼓励全社会参与减盐、减油、减糖,通过进社区、进学校等活动,加强对家庭、食堂、餐厅的营养和膳食指导。

当前,我市部分人群依然存在吸烟、酗酒、缺乏锻炼、不合理饮食等不良生活方式。市卫健委呼吁,没有全民健康,就没有全面小康。不管是为了大国还是为了小家,都需要我们为健康行动起来,为幸福加油!

本报记者 智慧 通讯员 耿梅 梁秀梅



大山里的“多面手校长”

近日,在嵩县纸房镇草庙小学,44岁的校长李罗枢正在给学生们上课。在学校他主要是教英语,但缺少体育教师时他能顶上,缺少语文老师时他能顶上,缺少数学教师时他能顶上,缺少勤杂工时他也能顶上,大家都称赞他是“多面手校长”。

记者 高山岳 通讯员 罗孝民 李晓展 摄



打好环境污染防治攻坚战 公益广告

开展蓝天行动 防治大气污染

控尘 控煤 控车 控油 控排 控烧