

编者按:今天是我国第十五个全民健身日,本周是我国第一个体育宣传周。期间,我市开展了丰富多彩的体育健身活动。面对人民群众日益增长的运动健身需求,安阳的全民健身事业如何发展?请跟随记者的脚步一起去看。

全民健身 一起动起来

提升公共体育场馆服务效能 6个公共体育场馆 今日免费开放

本报讯(记者 邓娟)今天是我国第十五个全民健身日,我市公共体育场馆在原来免费或低收费的基础上,今天免费开放,为开展全民健身活动提供优惠便利,推动公共体育场馆为民惠民服务再升级。记者从市文广体旅局群众体育科获悉,我市于今日开展全民健身日系列活动,采取线上线下相结合的方式,推出科学健身指导、全民健身志愿服务、国民体质监测、国家体育锻标准达标测验、学甲骨文操等活动,满足群众多元化的健身需求。同时,市文体中心体育场、体育馆、游泳馆,市体育发展服务中心体育馆,安阳全民健身中心,安阳体校游泳馆6个公共体育场馆免费对外开放,市民可以提前预约,参与相关健身项目。

推动全民健身,环境优良的健身场馆是重要依托。8月6日,在市文体中心体育馆外的篮球场、乒乓球场上,孩子们投球、传球,比拼正酣。看着孩子在场内打球,市民郑瑞敏告诉记者:“他每天都会来打一会儿球。新建的球场设施好,环境也好,每天都有很多人来运动、健身。”目前,市文体中心体育场室内场、室外场,体育馆室外篮球场、乒乓球、网球、五人制足球、门球等运动场地均免费开放。不仅如此,为丰富群众文体生活,全市所有公共体育场馆严格落实免费或低收费对外开放措施,做到重大节日免费对外开放,平时实行免费或低收费开放。

健全基层健身网络 我市从“15分钟健身圈”迈向“10分钟健身圈”

本报讯(记者 邓娟)“走,到广场跳舞去!”8月6日傍晚,家住文明大道与兴业路交叉口附近的市民杨小智叫上邻居,一起去市民文化活动中心广场上跳舞。“出门步行10分钟就能到,每天健身很方便。”杨小智说。目前,我市已建设乡镇、行政村(社区)健身工程2476个,市区“15分钟健身圈”和农村全民健身设施实现全覆盖,群众健身更加方便。像杨小智一样,健身运动已成为许多市民的生活习惯,“15分钟健身圈”则为大家提供了良好的健身场所。“15分钟健身圈”是指在城市社区,居民从居住地步行或骑行不超过15分钟范围内,有可供开展健步走、广场舞、球类运动等群众性体育活动的场地设施。根据《全民健身场地设施提升行动方案(2023—2025年)》,到2025年,与城乡人民群众需求相适应、与人口要素相匹配的县(市、区)、乡镇(街道)、行政村(社区)三级公共健身设施和社区“15分钟健身圈”实现全覆盖。目前,我市已实现市区“15分钟健身圈”全覆盖的目标,正朝着“10分钟健身圈”新目标迈进。

体育强国则中国强。建设体育安阳是安阳人的共同目标,我市正朝着这一目标不断迈进。据了解,未来,我市将加强城市绿道、健身步道、自行车道、体育中心、体育公园、多功能运动场、健身房、社区文体广场以及足球场等场地设施建设。到2025年,我市将新建、改扩建5个以上体育公园,全市建成500处以上足球场,每万人拥有足球场数量达到0.9个,所有县(市)建成“两场三馆”,即体育场、室外体育活动场和体育馆、游泳馆、全民健身综合馆。“目前,滑县已建成一个体育公园,安阳县(示范区)的两个体育公园正在建设。”市文广体旅局群众体育科科长郭玉林介绍,“我市将加快推进体育强市建设,到2025年,我们的群众健身设施配置会更丰富、功能也更完善。”

你锻炼 我培训 公益体育指导员带动起更多人

□本报记者 高倩

8月7日早上,安阳城乡水务集团有限公司会议室内,国家级社会体育指导员郝丽平正在辅导该单位的广播体操训练。这支26人的队伍在市运会广播体操比赛中夺得了第一名,即将代表我市出征省运会。作为一名国家级社会体育指导员,郝丽平每年都会利用业余时间参加针对基层社会体育指导员的专业培训。学习结束后,她会在所属健身队伍中推广所学的知识与技能,让更多健身爱好者得到更专业、更科学的指导。

极拳,为群众提供科学指导。有时她还会进机关、社区,深入农村进行指导。对于新加入的学员,他们还会集中开班,从基础教起。“太极拳并不是老年人的专属项目,越早学越好。大力推广太极拳运动也是传承中华优秀传统文化的重要方式。我希望能用专业知识带动、引导更多人参与到这项运动中来。”田凤丽说。记者了解到,我市每年都会培训申报一批社会体育指导员。目前,全市共有各级、各类社会体育指导员1.6万余人,社会上的公益健身团队基本都有社会体育指导员。这些社会体育指导员均需经过申报审核才能拿到证书,且每个级别都要有一定年限的专业积累。

智能化为健身添趣味 我市建成7个智能健身驿站(房)

本报讯(记者 邓娟)“请选择测试项目,请抬起手臂。”8月6日,在智能健身器的语音提示下,市民李磊完成了高位推举训练。他告诉记者:“智能健身房的器械既能锻炼身体,又能测试体能,随时掌握锻炼时的各项身体数据可以有针对性地锻炼。”像这样的智能健身驿站(房),我市已建成7个,让群众健身更加智能化、趣味化。李磊所说的智能健身房在市民文体中心体育中心的西北角,是一处室外健身房,可以进行心肺功能锻炼和仰卧起坐、俯卧撑等项目的训练,每套训练器械上都有详细的使用步骤,锻炼者还可以用手机“扫一扫”功能查看数据。记者体验了一下,运动时,健身器械显示屏上可随时显示运动时间、能量消耗、心率等数值变化。随着群众对运动健身需求的日益增长,优良的健身场地和设施成为群众健身的新追求,智能化健身受到欢迎。2021年,我市在安阳博物馆西北角建成了一代智能健身路径,带有音乐功效的智能健身器材为群众健身带来乐趣。去年,我市推广建设全民健身驿站。在市民文化活动中心广场东侧的一处健身驿站,一位正在锻炼的群众告诉记者:“上面有遮阳棚,白天来锻炼也晒不着。锻炼时还能显示数据,边健身边听音乐,健身变得轻松了。我每天都来,可以关注自身健康数据的变化。”除了市民文化活动中心广场,我市在洪河公园、洹园、家和广场、四府坟健身活动广场分别建有全民健身驿站,让群众健身不再枯燥乏味,让健身变得更加智能、科学、有趣。

下,运动时,健身器械显示屏上可随时显示运动时间、能量消耗、心率等数值变化。随着群众对运动健身需求的日益增长,优良的健身场地和设施成为群众健身的新追求,智能化健身受到欢迎。2021年,我市在安阳博物馆西北角建成了一代智能健身路径,带有音乐功效的智能健身器材为群众健身带来乐趣。去年,我市推广建设全民健身驿站。在市民文化活动中心广场东侧的一处健身驿站,一位正在锻炼的群众告诉记者:“上面有遮阳棚,白天来锻炼也晒不着。锻炼时还能显示数据,边健身边听音乐,健身变得轻松了。我每天都来,可以关注自身健康数据的变化。”除了市民文化活动中心广场,我市在洪河公园、洹园、家和广场、四府坟健身活动广场分别建有全民健身驿站,让群众健身不再枯燥乏味,让健身变得更加智能、科学、有趣。



市民在跳健身操 (本报记者 高倩 摄)

太极拳 广场舞 老年人不一样的运动范儿

□本报记者 高倩

“好球!”“再来。”8月5日上午,市老年文体苑乒乓球馆内人声鼎沸,精彩场面迭出,打球的老人个个神采奕奕,身手矫健,直拍、横拍、弧圈、削球,不到最后决不放弃。他们中有青年人,也有白发老者。82岁的闫鹏志老人基本每天都会来,已经坚持了近20年。“打会儿球,心情好,也能锻炼身体。我很喜欢这里,设施完善、服务也好,大家非常友善,会主动带新手练习。”

该单位下辖14个老年人健身专委会,主要包括太极拳、健步走、广场舞等团队。为引导老年群体科学健身,市老年体工委每月还会举办老年科学健身大讲堂,通过直播的形式普及科学健身知识。老年人健身热情的高涨是我市全民健身活动蓬勃开展的一个生动缩影。每天,在广场、公园里、健身房内,到处都有健身者的身影,他们汗流浹背却喜笑颜开,享受着运动带来的快乐。

网友声音—— 提质升级 让健身环境更美好

□本报记者 邓娟

随着人们对运动健身的日益重视,全民健身活动也越来越丰富。跑步、滑轮滑、跳广场舞,越来越多的市民在公园里、广场上挥洒汗水,放松心情。群众的健身热情高涨,对健身环境的要求也更高,那么,如何让健身环境更加优越?昨天,记者进行了相关采访。网友“淡然”是一位年轻的健身达人,每天晚上都到广场上跳广场舞,她告诉记者:“一到晚上,广场上热闹着呢,到处都是锻炼身体的人。锻炼好身体才能干好事业,咱安阳全民健身的氛围挺浓厚的,也希望相关组织多举办一些体育赛事、活动,调动更多人运动健身的热情。”随着市文体中心、全民健身驿

站等健身场所和设施的投入使用,我市全民健身环境日益优化。网友“月满西楼”告诉记者:“我一般去市文体中心锻炼,虽然离家远些,但那边新建的设施环境好,运动起来心情也好。现在大家的追求都高了,健身设施要好,环境更要优。我希望政府可以在公园里多建健身驿站,让更多人有机会进行有氧运动。”提倡全民健身更要文明健身。网友“乐凯”说:“在广场上锻炼身体时,经常会见到被毁坏的健身设施,不仅没法用还可能伤着人。公用健身设施是城市的公共财产,是为满足群众健身锻炼需求而设的,大家都应该爱护它们,做到正确使用、合理利用,让它们更好地发挥作用。”采访中,很多网友对我市日益优化的健身环境表示肯定,也希望健身设施和环境能够进一步提质升级,扩大优质供给,满足群众需求,让我们的健身环境更加美好。



市民在智能健身驿站锻炼身体 (本报记者 邓娟 摄)



少年儿童参加轮滑训练 (本报记者 邓娟 摄)

河南新闻奖名专栏 民生网事

安阳网上市民之家 网址 https://zwfw.anyang.gov.cn/ 本版由安阳市融媒体中心与安阳网上市民之家联办

购房发票丢失 上小学如何报名

网友“柠檬百香果”咨询:按照我市招生政策,小学报名需要学区内有房产证明(不动产权证书或房屋所有权证,并提供购房发票或契税票),无以上证明的,提供已备案的《商品房预(销)售合同》、购房发票和契税票。我有文峰区的不动产证,但是购房发票和契税票都丢失了,是否需要补办? 文峰区政府回复:1.家长可在报名前登录“豫事办”APP或支付宝里的“豫事办”小程序,通过“服务随行—住建服务—不动产管理—不动产登记信息查询—实名认证”进行查询,然后将截屏信息提交给小学的招生工作人员即可。2.凡是适龄儿童家长不使用手机查询或在“豫事办”APP、支付宝里的“豫事办”小程序暂时查询不到房产信息的,报名时先由学校登记,然后由学校工作人员统一查询确认,家长不用亲自去市不动产登记馆查询。

市东南营小学(商务区校区)能否正常招生

网友“勇敢的心”咨询:市东南营小学(商务区校区)2023年秋季招生,但学校还没建好,临时安排的地方在哪儿? 文峰区政府回复:1.市东南营小学(商务区校区)今年开始招生,地址位于明福街与朝霞路交叉口南50米路东,该学区内的适龄儿童也可以选择到市东南营小学就读。2.目前,市东南营小学(商务区校区)的各项准备工作已进入收尾阶段,文峰区教育局将力保学校的招生和开学工作顺利。3.关于师资配备,市东南营小学(商务区校区)隶属于安阳市东南营小学教育集团,由市东南营小学统筹安排。

市三官庙小学小升初 电脑派位在哪个区

网友“强强”咨询:市三官庙小学小升初电脑派位属于文峰区还是北关区?派位名额有无限制? 文峰区政府回复:1.市三官庙小学因区划调整遗留问题,招收的学生有文峰区户籍也有北关区户籍,以往在小升初电脑派位中一直划归北关。2022年,根据全市义务教育管理体制调整,原市区初中划归区级管理,市三官庙小学随北关区进行摇号。今年,文峰区教育局一直积极协调解决市三官庙小学毕业生摇号问题。与市教育局、北关区政府协调,争取的结果是市三官庙小学毕业生可根据实际家庭情况选择随北关区摇号或随文峰区摇号。2.市三官庙小学今后的小升初电脑派位政策目前不确定。(本报记者 邓娟 整理)

政策咨询

职工医保 是否支持家庭共济

网友“明明”咨询:安阳县职工医保是否可以和家人共济?如果可以,是否能给孩子打自费疫苗使用,如何操作? 安阳县政府回复:安阳县职工医保可以和家人共济,在微信或支付宝,搜索“河南医保”小程序—家庭共济服务—家庭成员信息维护—家庭信息维护—家庭成员绑定信息维护,每次可以绑定1名家庭成员,可以自行解绑、更换家庭成员。根据医疗保险法,应当由公共卫生负担的医疗费用,不纳入基本医疗保险基金支付范围,因此,医疗保险基金不支持给孩子打疫苗使用。

如何异地补办身份证

网友“aa”咨询:股都区哪个网点可以异地补办身份证? 市公安局治安支队回复:股都区东部可以异地办理身份证的地点有:殷三路和铜一路交叉口向东70米路北市公安局股都分局户政服务中心;北蒙大道10号北蒙派出所。补办身份证需要携带户口簿、居住证、护照、机动车驾驶证等公安机关颁发的有效身份证件之一。

中小学教师职称 评定条件是什么

网友“刘老师”咨询:中小学一级教师评定表彰类条件是什么?课题成果二等奖可以作为表彰类条件吗? 市教育局回复:《河南省中小学教师职称评价标准》工作业绩中教书育人成绩的第四表述为:受到县级党委和政府表彰;被县级以上人力资源社会保障部门和教育行政部门联合授予优秀教师、先进教育工作者、师德标兵、师德先进个人等;在教育教学中成绩突出,受到教育行政部门表彰,市级一次或县级两次。农村学校教师受到县级以上相关表彰。更多详细信息可以在省人社厅网站查询评价标准,咨询电话:5116892。(本报记者 邓娟 整理)

网友点题 WANGYOU DIANTI