

申寅哲,3小时28分16秒!

鹰城捐髓英雄完赛郑开马拉松



申寅哲赛后留影(图片由本人提供)

□记者 王春霞

4月16日上午,2023郑开马拉松赛全程、半程项目在郑开大道郑东新区举行。在约13000人的全马选手中,有一位是鹰城第53例捐髓英雄,他就是申寅哲。这是他第二次参加郑开马拉松赛事,完赛成绩为3小时28分16秒。

当天中午,完赛后的申寅哲兴奋地在造血干细胞无偿献血志愿群发出信息:“我跑完了,而且估计是pb(个人最好成绩),证明我们捐了造血干细胞对身体毫无影响。”他同时附上了参赛地图及赛事组委会发来的

成绩单。

此次参赛,申寅哲全程跑了42.32公里,群友纷纷为他点赞,有群友说:“你这跑的顶我一个月的步数了。”

今年37岁的申寅哲是河南旭宏然律师事务所一名专职律师,也是一名跑步爱好者。申寅哲说,他刚开始跑步是为了减肥。中等个头的他,体重最高达到100公斤,走路都感觉吃力。30岁之后,他开始注重锻炼,后来加入我市跑友团队,逐渐爱上了跑步。

目前,他每周平均跑3次,每次跑步10公里以上,体重保持在70公斤左右。2021年7月,为了挽救一名白血

病患者的生命,申寅哲捐献造血干细胞,成为我市第53例造血干细胞捐献者(本报曾作报道)。

“去年感染新冠康复之后,感觉体力有些跟不上。经过一段时间的训练,又恢复到之前的状态。”申寅哲说,他曾多次参加省内的马拉松赛事,这次参加郑开马拉松,全程跑得很顺利,也取得了他跑马拉松的最好成绩。

“有些人对捐献造血干细胞不太了解,担心对身体造成影响。其实,捐献之后,身体很快就能恢复,不会造成任何影响。”申寅哲说,“跑步不是什么难事,希望大家运动起来”。

国家一级演员金不换 献艺邾县老年公寓

□记者 孙书贤

本报讯“锣鼓喧天,齐把道喊,青纱轿坐着我这七品官,想当年在原郡我把那书念,凉桌子热板凳铁砚磨穿,盼到了北京城开了科选……”4月17日上午,国家一级演员金不换莅临邾县福寿乐老年公寓慰问演出,《七品芝麻官》选段让老人们听得如痴如醉。

在慰问演出中,金不换一行先后演唱了《卷席筒续集》《穆桂英挂帅》等经典唱段,现场不时报以热烈的掌声。

“能面对面听金不换老师演唱,真是太高兴,太激动了!非常感谢金老师对老年人的关心!”该老年公寓里的黄东明老人激动地说。

金不换说:“我是戏曲《七品芝麻官》中七品芝麻官的扮演者。近期,听说在座的老前辈们爱听我唱戏,就专程带了几个学生来表达祝福和慰问,献上我的一份爱心。”

男子腿部重伤 交警紧急送医

□记者 杨元琪

本报讯4月15日晚,市公安局高速交警支队为一名腿部受重伤的男子开通“绿色通道”,紧急护送就医,避免了截肢的悲剧。

“交警同志,请帮帮我们!”4月15日晚7点多,正在宁洛高速平顶山新城区收费站出口执勤的市公安局高速交警支队交警接到群众求助,一名男子腿部被搅拌机压轧受伤严重,急需转往平煤神马集团总医院救治。

接到求助后,执勤民警刘全国和三名辅警迅速开启绿色通道,驾驶警车为伤者紧急开道引路送往医院,同时与指挥中心线上线上紧密联动,并提前与医院急诊室联系。

因正值下班晚高峰时段,执勤民警一边拉响警笛,一边使用喊话器让前方车辆让行,平时需要40分钟的路程,仅用13分钟便赶到了平煤神马集团总医院。

因送医及时,伤者被搅拌机压轧面临截肢的腿部已成功保住,目前受伤男子伤情稳定,正在医院接受进一步治疗。

从32℃到6℃! 本周气温坐上“过山车”

□记者 牛超

本报讯4月17日,记者从市气象台获悉,本周我市气温起伏较大,本周前期气温较高,最高气温将达到32℃。周五受强冷空气和降水的共同影响,最高气温较前期大幅下降,过程降温幅度为20℃+。周最低气温6℃左右。

最近几天,我市天气晴好,气温一路走高,给人一种恍若夏日的感觉。据市气象专家介绍,4月18~20日,我

市以多云天气为主,最低、最高气温都将进一步升高,其中最低气温将升至20℃左右。20日,最高气温将升至32℃。提醒市民注意的是气温升高的同时,还有大风相伴。特别是18日和20日,我市风力较大,阵风达到6~8级左右,其间还会有分散性阵雨或雷阵雨。4月21~23日,受强冷空气和降水的共同影响,阴天有小雨,风力较大,阵风6~8级,最高气温从32℃下降到9℃左右,最低气温也降至6℃。

18日,白天到夜里,多云,南部有

分散性阵雨或雷阵雨,偏北风4级左右,阵风6~7级,20℃~28℃。

19日,多云到晴天,20℃~30℃。

20日,多云转阴天,有分散性阵雨、雷阵雨,偏南风3级加大到5级左右,阵风8级左右,19℃~32℃。

21日,阴天有小到中雨,局部大雨,偏北风4~5级,阵风7~8级,14℃~6℃。22日,阴天有小雨,偏北风4级左右,阵风6级左右,9℃~7℃。

23日,阴天有小雨,偏北风4级左右,阵风6~7级,10℃~6℃。

■广告

订牛奶送牛奶 错过再等一年



三色鸽奶业	
巴氏鲜牛奶: 3.5元/瓶	105元/30天
畅轻松发酵乳: 4元/瓶	120元/30天
晶珠牛奶	
生鲜乳: 5元/斤(两袋)	150元/30天
无糖酸奶: 5元/瓶	150元/30天
高钙酸奶: 2.5元/袋	75元/30天
巴氏酸奶: 5元/瓶	150元/30天
巴氏鲜牛奶: 4元/瓶	120元/30天

一年仅此一次,限时超低价抢订! 平报购时惠商城联合三色鸽奶业、晶珠奶业助力优惠! 前所未有的低价放送,这一次千万不要错过,错过再等一年哟!

三色鸽读者优惠活动: 订满1个月赠送本品2瓶,订满3个月赠送本品10瓶,订满半年赠送本品30瓶。活动时间即日起至4月25日。

晶珠读者优惠活动(生鲜乳除外): 订满3个月赠送本品15瓶,订满6个月赠送本品40瓶,订满12个月赠送本品90瓶。订满生鲜乳3个月赠送本品5袋,订满生鲜乳6个月赠送本品12袋。活动时间即日起至5月15日。

您喝牛奶我们送 每天送到家门口



欢迎关注
平报购时惠商城

市区各发行站配送电话 新华发行站 4940009 卫东发行站 2220366 3260868 湛南发行站 7052439 3730307 新城区发行站 2667653

平顶山日报社 平报购时惠