

## 自行车骑行活动如何良性发展？

## 业内人士有话说

新华社记者 卢星吉 李春宇 曹奕博



守法文明是底线。

(新华社发)

近年来，自行车骑行活动在全国持续升温，逐渐成为全民健身新选择和低碳出游新时尚。与此同时，近期与骑行相关的安全问题频繁引发社会关注。骑行活动如何良性发展？一些骑行组织者、参与者和城市交通专家给出了观点和建议。

## 守法、文明骑行是底线

今年7月下旬，北京交管部门发布消息称，将严查自行车骑行人在城市道路上竞速行驶，主要针对部分骑行者违法在机动车道甚至城市快速路上“刷速度数据”，或是采取无视红绿灯、相互追逐、蛇形变道等危险行为的问题。随后多个城市跟进。

“现在很多骑手拥有非常好的器材，但对骑行运动没有完整认知，一门心思追求快，妨碍了公共规则和秩序……器材水平提高后，本应去适宜的地方发挥性能，而不是在城市道路甚至长安街这种首都文明的窗口上竞速。”北京市自行车运动协会会长宋国强表示。

“我们加强了对协会各个俱乐部车队队长的教育，要他们负起责任，劝导队员不要在城市道路开展竞速，现在看来我们的俱乐部应该杜绝了这种现象。”

同时他呼吁，注册俱乐部之外的个体骑手和其他一些骑行爱好者群体也应当守法、文明骑行。

“我们是绝对不希望看到骑手去骑高架桥，去骑环路，这些地方太不安全了，也不合法，这不是我们作为骑行参与者应该做的事情。”在北京、海南拥有多家门店的“胡同山野”骑行文化空间创始人吴天昊说。

不文明甚至违法的个案也让正常骑行群体承受了污名化压力，但根据记者的观察，主流声音仍是鼓励文明骑行活动、谴责违法违规行为。

在一些博主利用城市环路刷速度数据、闯红灯的帖子下，许多网友表达了反对，并建议社交媒体平

台整治此类存在误导的帖子。

## 骑行锻炼要因地制宜

宋国强指出，有骑行锻炼需求，甚至是竞技骑行训练需求的爱好者，应当妥善寻找合适的路段或场地。

具体来讲，他推荐这部分爱好者在周末可以去有连续环路且车辆、行人较少的城市公园、绿地附近，遵守交通信号灯指引进行绕圈。在周末则可以前往车流量小、红绿灯少、路线延续性好的郊区路段练习。

“我们协会公众号里有推荐路线。都是会员们发现并上报，然后我们进行整理后推出的比较成熟的路线。”宋国强说，协会也致力于为爱好者开发更多、更好的路线。

骑行锻炼还需因地制宜。近期另一起引发争议的事件是一名未满12岁的未成年人跟随成人队伍骑行拉练时突发事故。作为资深自行车教练，宋国强也不建议未成年人尾随成年人进行配合（群体）骑行。

对于究竟骑多少能达到锻炼效果，他再次强调了不必求快，应当主要维持在有氧区间，一周两次，一次约90分钟即可。他也建议爱好者不必一味模仿专业运动员训练方式，尤其要警惕“低踏频-高功率”骑行带来的乳酸堆积问题。在骑行前后，也应当充分热身、放松。

## 从多角度发现骑行乐趣

在社交媒体上，骑行锻炼人群往往热衷比拼数据。对此，作为骑行文化推广者的吴天昊有两个观点：其一，安全之外，追求速度、功

率数据并无意义；其二，骑行乐趣多种多样，各人量力而行，总有适合的那款。

因此，他建议骑行爱好者要从自身身体条件、兴趣、道路状况出发，选择恰当方式。“有快要退休的人群来咨询时，我会推荐他们骑砾石公路车或者山地车……他们的首要诉求一定是骑得更远而不是更快。”

“骑行的魅力之一是，它能陪伴人的运动周期相较多数运动更长。”他补充道。

对于骑行路线选择，他认为除了偏竞技的路线，也有不少偏向城市探索，或是欣赏自然风光，即便是相对“慢”下来了，也能使骑行者身心获益。

例如北京市东城区体育局和门头沟区体育局联手打造的“从胡同到山野”骑行精品路线，就浓缩了北京城不同区域的文化风貌，最终以西部山区的自然风光收尾。

越来越多骑行爱好者涉足山区骑行，也反映了这项运动的重要兴趣点在于体验海拔起伏、融入自然风景。吴天昊提醒，进入山野要循序渐进，同时应更加注意安全行驶和车况检查，“进入山野，无头盔，不骑行”。

## 加强骑行安全教育

长期关注骑行城市建设的清华大学交通研究所副所长杨新苗认为，虽然近期的争议主要集中在运动骑行分类上，但只要是合法、文明开展的骑行运动，就无可指责，亟待解决的问题在于：目前全社会在骑行方面的安全教育十分匮乏，普及程度低。骑行安全教育应从参与面最广的日常骑行抓起。

“我们通常所说的日常骑行，包

括通勤、城市游览活动等。不能光靠法律法规去治理，因为法律法规没那么细。所以骑行安全教育就十分重要。”杨新苗说。

杨新苗的观点在道路交通实践中能够得到印证，比如骑车不佩戴头盔、边骑车边玩手机、拍摄视频，并非骑行，共享单车载人骑行等违规或不文明行为。

对于如何搞好骑行安全教育，杨新苗向记者分享了他所推崇的案例。在自行车文化浓郁的荷兰，骑行安全教育贯穿于学校教育体系中，青少年需要通过骑行考试后才能独立骑车上路。

此外，杨新苗还呼吁各地加强骑行道建设和维护，鼓励轻量化助力自行车更多地应用于市场。

在国内新兴的运动骑行领域，包括吴天昊在内的一些业界人士也在积极通过社交媒体发文、在骑行者聚集地张贴海报等形式传播骑行安全知识。

记者注意到，最近一些骑行俱乐部推出了新手课程，授课内容包括车把把握、呼吸踏频、科学变速、上下车、编队技能、站立骑行等技术要领，也涵盖教练带骑经典路线的骑行体验内容。不过，推出这样课程的俱乐部尚属少数。

一位运动自行车经销商表示：“原来我们的客户主要是专业队，现在普通消费者购买专业车辆激增……比如遇到红绿灯该怎么停，道路上的预警系统，怎么躲避汽车等等，专业运动员在训练中有了经验，但我想很多消费者是没有经验甚至是忽视的，他不觉得这个重要。作为经营者，我其实不希望大家这样盲目，我们也在计划请一些专业人士来提供后续指导。”

(新华社北京8月21日电)

## 经济融合 发展联动 成果共享

新华社记者 唐诗凝 谢希瑶

2024年中非合作论坛峰会将于9月4日至6日在北京举行。中非经贸务实合作取得了哪些进展？上届论坛会议成果的落实情况如何？国务院新闻办公室8月20日举行新闻发布会介绍中非经贸与发展合作有关情况。

商务部部长助理唐文弘说，中非“十大合作计划”“八大行动”“九项工程”为中非合作指明了方向、提供了遵循。在中非双方元首战略引领下，中方各部门、各地方、各企业持续深化沟通与合作，推动中非经贸合作取得丰硕成果。

一是中非贸易规模屡创新高。2023年，中非贸易额达2821亿美元，与2021年相比增长近11%，连续第二年刷新历史峰值，反映出中非贸易的强劲韧性。中国与近半数非洲国家贸易额同比增幅超过两位数。中方尤其重视推动非洲优质特色产品输入，自非进口农产品金额已经实现连续7年正增长。

二是中非投资合作稳步增长。截至2023年底，中国对非直接投资存量超过400亿美元，是非洲最主要的外资来源国之一。过去三年，中国企业为当地创造超过110万个就业岗位，投资建设的经贸合作区覆盖农业、加工制造、商贸物流等行业，吸引超过千家企业入区，为当地纳税增收、出口创汇作出重要贡献。

三是中非基础设施合作成效显著。非洲是中国第二大海外承包工程市场，十年来，中国企业累计在非洲签订承包工程合同额超过7000亿美元，完成营业额超过4000亿美元，在交通、能源、电力、住房、民生等领域实施了一批标志性工程和“小而美”项目，有力带动了当地经济社会发展。

四是中非新兴领域合作动能积聚。航空航天领域，中国为阿尔及利亚、埃塞俄比亚等国家发射气象或通信卫星；电子商务领域，中非携手拓展“丝路电商”合作，举办非洲好物网购节，中国电商企业深耕肯尼亚市场，为当地青年创造近万个就业机会；卫生健康领域，中国企业在马里、乌干达、喀麦隆等国开展医药投资，提升非洲本地药品可及性。

立项实施援非非洲疾控中心总部、布纳纳法索博博医院等25个医疗卫生项目；充分发挥24个援非农业技术示范中心作用，派出农业专家500余人次，向30余国提供近7亿元人民币紧急粮食援助；助力非洲贸易互联互通和通关便利化……国家国际发展合作署副署长刘俊峰表示，目前“九项工程”项下对非援助和发展合作项目已全部落实，为支持非洲经济社会发展作出了积极贡献，有力促进中非关系发展，合作成果实实在在，惠及中非人民。

“医疗卫生领域的合作从来都是中国和非洲合作的重点。”国家国际发展合作署地区二司司长白斌说，中国长期帮助非洲国家改善医疗卫生条件，开展援助非洲疾控中心等重大项目，提供疫苗援助、派遣医疗队等公共卫生方面合作，积极开展巡诊、义诊活动，以及使用全球发展和南南合作基金实施中非合作妇幼健康项目等对非洲国家改善医疗公共服务保障能力发挥重要作用。

对于中非合作论坛峰会重要配套活动，第八届中非企业家大会将于峰会期间在北京举行。商务部西亚非洲司司长沈翔介绍，本届企业家大会将突出峰会“携手推进现代化、共筑高水平中非命运共同体”的主题，鼓励中非工商界沟通交流、凝聚共识，推动中非务实合作新举措落地；营造中非工商界互利的友好氛围，推动中非经贸合作高质量发展。并将在专题研讨环节设置“推进产业链供应链融合”“推动新兴产业发展”两个议题，分享论坛举措引领下中非企业家开展合作的成功经验，探讨论坛峰会新举措带来的合作机遇。

唐文弘表示，中方将深入贯彻落实党的二十届三中全会精神、秉持真实亲诚对非政策理念和正确义利观，扩大对非制度型开放，深化产业链供应链合作，更好实现中非经济融合、发展联动和成果共享，为巩固中非全面战略合作伙伴关系和共筑高水平中非命运共同体作出更大贡献。

(新华社北京8月20日电)

## 迎“汛”而上 冲锋在前

新华社记者 宇强 许晋豫 蒋成

“七下八上”是防汛最紧要关口，面对严峻的防汛救灾形势，各地基层党组织和党员干部迎“汛”而上、冲锋在前，全力以赴做好“全方位、全天候、全天候”防汛救灾工作，筑牢防汛救灾安全防线，坚决守护人民群众生命财产安全。

7月以来，金沙江水位持续上涨。7月30日21时，金沙江石鼓站水位涨至1825.55米，超警戒水位3.05米，超保证水位1.05米，为今年以来出现的最高水位。江水漫至国道G353线云南玉龙纳西族自治县石鼓镇沿江多处村庄、农田不同程度受灾。

石鼓镇党委第一时间组建防汛应急抢险队伍，重点对河道、地质灾害点、排水沟渠、低洼地区等进行拉网式巡查排查，组织镇村干部填筑沙袋加固溃堤风险点，及时有序转移安置群众，安排专班24小时轮流值班值守，直到洪水退去，未发生人员伤亡。

云南省昭通市镇雄县木卓镇新桥村位于低洼地带，防汛压力较大。新桥村党总支建立“五户联防”网格体系，以5户为单元划分31个微网格，每个微网格由党员或有责任心的人员担任网格员。每到汛期，每个微网格内会推行“单户换守”和“联户轮守”夜间值守制度，实现“户户联防”。

同时，新桥村建立“实战实训”演练制度，每年5月组织群众开展应急演练，引导群众牢记“一个信号、两个不要、三个认准”，即统一以锣声为撤离信号，不要不听招呼到处跑、不要只管钱财不顾命，认准带队人员、认准撤离路线，认准避险地点。

凭借群防群治，新桥村已连续多年汛期未有人员伤亡。在河边居住了30余年的村民毛仔聪说：“现在不

担心山洪暴发，夜里可以安心睡觉，只要听到有人敲锣，我们跟着网格员按照平时训练去应急避险点就行。”

7月下旬以来，宁夏泾源县接连发生两次汛情，泾源县公安局交通警察大队教导员董军成与同事坚守防汛一线，守护道路交通安全。

“今年汛期，泾源县降雨量较大，并且集中在晚上。7月22日至23日，泾源县累计降水量达到217.2毫米。8月初的汛期，降雨比较集中，半个小时降雨量就达到37毫米。”董军成说，“汛情前后，交警大队所有人员24小时在岗，我们经凌晨4点还在路上巡逻，不敢有丝毫马虎。”

由于降雨量大且集中，泾源县部分道路积水超过30厘米。除了协助相关部门用沙袋封路、处置倒下的树木等，交警还要在部分封闭路段整夜值守。董军成说，汛情期间的晚上，经常是两名交警把守封闭路段的两头，外面下着大雨，他们彻夜守在车里坚守岗位。

危险时刻显担当。在贵州三穗县邛水河畔有一座“一零三”桥，今年6月29日暴发的洪水导致其桥梁结构受损，牢固程度逐渐降低。8月7日，三穗县交通运输局干部李明生在重点巡查“一零三”桥路面情况时，发现桥体路面出现裂痕，垮塌风险极高。

李明生第一时间化身“安全哨兵”，留在现场切断交通、疏散群众，带领队员在桥两端实施封堵工程，顶着炎炎烈日施工作业长达10小时，终于在8月7日19时30分将“一零三”桥的两端彻底封死。8月8日19时29分，“一零三”桥自然垮塌，正是因为超前预警、及时封控，没有造成人员伤亡。

“洪水不退，我们不退，洪水退了，我们还要保持‘时时放心不下’的责任感，严防次生灾害。”李明生说。

(新华社北京8月21日电)

## 小小二维码开启企业减负“新通道”

新华社记者 朱程 陈忠

在江苏省连云港市，小小二维码正成为越来越多企业的“心头好”。有了它，原来消防、环保、安监等多项检查可以一次性完成，企业生产经营中遇到“吃不准”的问题，也可扫码获得帮助……

变化的背后，是当地近年来对“综合查一次”的探索。

“企业喜欢无事不扰，过多的检查不仅需要额外安排专人对接，碰到问题时，处理过程往往也很‘刚性’。”江苏晶易供应链管理有限公司总经理陈智说。

针对“减少检查次数”“统一部门整改意见”等基层普遍期盼，连云港将推进综合行政执法作为破题关键，推动多部门“九龙治水”向“攥指成拳”转变。

“‘综合查一次’是将涉及跨部门、跨领域、跨层级多个执法主体的检查事项进行集成，在同一时间对同一监管对象进行综合执法检查。看似是将不同部门叫到一块，实际上内有玄机。”连云港市数据局副局长

长储嘉祥说，不同部门关注点不一、标准不一、流程不一，要形成合力得从体制机制上创新突破，连云港将为企业赋码作为“钥匙”，打开部门间统筹协调大门。

连云港为企业赋码以公安标准地址码为基础，不仅可以对企业精准定位，还可以联动市场监管、税务等部门，对企业运营资质信息进行归档，实现“一企一码”。在此基础上，连云港在江苏率先出台“综合查一次”工作流程，提出各部门所有企业检查都要在“综合查一次”平台上事前报备，开展检查时必须先扫码，从而实现“一码管源头”。

“改革伊始，我们觉得为难，感觉多了扫码等诸多流程，但实践发现，部门间沟通协调多了，意见‘打架’情况少了，重复检查少了，整体工作量也下降了。”连云港市应急管理局执法监督局工贸三大队大队长朱建军说。

目前，连云港已对全市重点园

区、重点产业相关企业完成赋码。今年以来，通过“综合查一次”机制，已累计减少重复检查11684次，降幅达83.9%。

“过去一年得十来次检查，现在就在一两次，企业更能专注创新。”位于灌南县的江苏香如生物科技股份有限公司办公室主任韩峰说，通过研发栽培新模式，公司年产杏鲍菇近8万吨，近日入选第八批农业产业化国家重点龙头企业。

小小二维码不仅为企业松绑减负，更推动基层执法理念转变。通过打造数字化平台，连云港相关部门在综合执法结束后，会将处理结果同步上传，企业可以扫码回溯并对检查进行评价、申诉。系统通过比对检查数量与罚没款数据等，可判断各部门“综合查一次”的落实情况。同时，联动“减负邮箱”等新措施，基层各部门也可将落实不到位等问题进行上报，推动基层减负。

“新办法实施后，政府部门服务

意识明显提升。过去检查，像是老师来批改作业，现在更像是送课上门。”正大天晴药业集团股份有限公司泰州生产基地高级生产总监陈海林说，不久前当地消防部门专门为公司组织了灭火疏散演练，帮助企业查找隐患。

据悉，在一项对202家连云港企业回访调查中，有86%的企业表示检查频率有下降，对执法检查工作满意度达到93%。

“探索‘综合查一次’不单是助力优化营商环境的‘闪亮名片’，更要推动行政执法权力事项‘应放尽放’，形成权威高效的行政执法新格局。”连云港市市长邢正军说。

下一步，连云港计划在强化规范落实、研究分级分类监管、深化部门协同的同时，进一步加强对企业的事前合规指导，编制推广“一业一册”合规手册，探索信用监管手段，以高效的行政执法保障经济高质量发展。

(新华社南京8月20日电)