

警营欢聚庆节日 运动竞技展风采 永康公安举办第十二届趣味运动会暨基础体能大赛



趣味运动会开幕式



局领导、民警、辅警与浙BA永康队成员合影

一元复始,万象更新。永康公安告别过去一年的拼搏与汗水的砥砺前行,在第六个中国人民警察节到来之际,全警欢聚一堂,再燃运动激情。

全警以运动活力庆祝警察节,以体能比拼践行五个100。他们用笑容驱散疲惫,用汗水凝聚力量,营造浓厚的快乐工作、幸福生活的警营氛围。

趣味运动会

1月9日上午,永康公安举办第十二届趣味运动会暨基础体能大赛。副市长、市公安局局长陈焕进参加活动并宣布运动会开幕。

本届趣味运动会,设置拔河、默契无间、有球必应等5个比赛项目,共有18支代表队参加。

基础体能大赛

1月9日下午,基础体能大赛在局大楼食堂门口空地正式擂响战鼓。为进一步贯彻落实金华市公安局五个100活动精神,俯卧撑、仰卧起坐、深蹲、胯下击掌、跳绳等项目有序展开。

赛场之上,咬牙坚持的拼搏与突破自我的呐喊交织,既展现了永康公安昂扬向上的精神风貌,也生动检验了全警日常训练与实战练兵的扎实成果。

浙BA永康钢铁侠走进永康警队

1月9日,永康公安邀请浙BA永康钢铁侠篮球队员们走进警营,一起庆祝第六个中国人民警察节。15时许,



趣味运动会现场



基础体能大赛现场

篮球队的大巴车一开进公安局大院,现场就响起了雷鸣般的掌声。陈焕进代表永康公安向篮球队的教练员、球员们表示欢迎,并就球队在小组赛阶段完美收官表示祝贺。永康篮球队的队员们在民警的介绍下,了解永康公安党建工作

作以及警营文化活动的开展的相关情况。

随后,球队全体成员们向永康公安送上节日祝福并赠送签名篮球。永康公安也祝福永康钢铁侠们在接下来的赛程里,继续加油奋进,横扫千军。
通讯员 郭潺潺 吕倍思 徐凯悦 赵思语

好民警好故事

吕竹宇:以赛道配速 为平安调度

凌晨5时,市公安局情报指挥中心指挥长吕竹宇的目光如同赛道上的跑者般专注,屏幕上每一次闪烁都如同发令枪响。对她而言,马拉松是兴趣爱好,情报指挥是本职工作,从跑道到指挥调度席,变换的是场景,不变的是对速度、耐力与策略的极致追求。快一秒,就多一分平安。她选调至情报指挥中心后,以零失误、零投诉的标准,用专业与智慧诠释着新时代110指挥员的担当。自参加公安工作以来,她荣立个人三等功3次,记个人嘉奖4次,多次荣获先进个人、青年岗位能手等荣誉称号,2025年入选浙江省公安厅青年人才库。

起跑:警铃就是发令枪

马拉松的起跑,是对漫长赛程的第一次应答。吕竹宇说,在指挥大厅,每一通急促的警铃,都是必须即刻响应的发令枪。3年多来,累计15万起警情的调度,让她将起跑的反应锤炼成本能。

吕竹宇将马拉松起跑时的精准与决断,融入警务实践的“四快机制”,并总结

出“六同步”工作法:同步接警、研判、指挥、合成、跟踪、编发,让处置流程如同经过科学训练的起跑动作一样标准、高效。成果是具象的:接警调度平均用时优化12%,危急警情平均响应时间缩短18秒。这关键的起跑优势,为后续处置赢得了宝贵先机。

途中:科学应对撞墙期

马拉松最难的是途中坚持,当体能逼近极限,就到了撞墙期,最考验跑者稳定呼吸和节奏的能力。指挥调度亦然。

在一次雪天多车相撞事故处置中,报警人语无伦次。吕竹宇深吸一口气,声音通过对讲机清晰传出:请依次报告具体位置、伤员数量、明显伤情、有无火情、车辆

能否移动。五个问题,如五个稳定的呼吸节拍,稳住现场信息的传递节奏。随后,各方力量在她精准配速下同步抵达。

接警组组长王仙央深感佩服:她就像团队的配速员,让我们明白,处置警情不是盲目冲刺,而是一场全程需要科学掌控节奏的耐力跑。

补给:智慧赋能提高实效

长跑中,科学的补给是持续奔跑的保障。吕竹宇认为,传统指挥依赖经验,如同缺乏补给的奔跑;而现代智慧警务,则是配备了实时监测与能量补给的系统训练。

吕竹宇主动投身于智慧警务这场能量升级:由她牵头搭建的风险猎手模型,如同提前感知风险的心率监测仪,实

现对风险主体的动态捕捉、实时预警、核查处置和跟踪闭环。该模型在全省比武中荣获一等奖并在全省推广。

为进一步推进智慧110智能体建设,吕竹宇积极参与智研小快灵平台工具和空地一体智能警务无人车的攻坚研发,为一线处置精准投送能量胶,让科技力量直达实战末梢。



吕竹宇为永康马拉松赛事护跑

冲刺:平安守护永无终点

马拉松的终点是明确的,但平安的守护永无终点。我们冲刺的,从来不是哪一场比赛,而是不断超越昨天的自己。吕竹宇说,她的冲刺,体现在对更快一秒的永恒追求上,将信息共享延迟优化至秒级,在重大安保中通过精准预判和资源前置,实现核心区域响应零延迟。

这份追求也体现在传授经验上。作为金华市级教官,吕竹宇制作的PPT简洁明了、生动有趣,将复杂的系统逻辑转化为易懂的指南,如同一位经验丰富的跑者分享心得,助力公安队伍

向着更优、更快的目标持续奔跑。同事称她为被警察事业耽误的设计师。她笑称:这只是我的第二语言,信息传递不仅要说清楚,更要让人看见、感受、记住。

从征服42.195公里,到守护整座城市的平安维度,吕竹宇用脚步与电波,践行着同样的信念。赛道上的每一步,是突破自我极限,指挥席上的每一秒,是突破响应速度、协同效率与平安保障的极限。这是一场没有终点的奔跑,而她,始终在路上。

通讯员 邵建奎