



走马探 索

俄罗斯和中国,时差4小时,横跨两大洲,却因为冬奥会,联系到了一起。北京时间明天凌晨,索契冬奥会即将盛大开幕。昨天是本届冬奥会开幕前最后一次奥运村媒体参观日。本报特派记者来到位于黑海之滨的海滨奥运村,在村中找寻中国符号。

奥运村的普通话

“家,甜蜜的家!”这是索契奥运村《村刊》头版的大字标题,是欢迎也是承诺。由47栋建筑物组成,可容纳2000人的奥运村,发散着如家一般的温暖,向长途跋涉的“游子”张开怀抱。

对于多数人而言,家的感觉或许就在随处可见的乡音之中。奥运村之旅中,最让记者惊讶的就是,在这里,听到中文的概率竟然和英语差不多。

走进奥运村,升旗广场是第一站。广场上,人们绝不会错过的是一块透明质地的奥林匹克休战墙。当记者来到休战墙时,耳边响起的中文介绍让人惊喜。介绍人是来自哈萨克斯坦的志愿者小阿,曾在杭州留学两年,他用流利的中文介绍起休战墙的来源:“海滨村里的休战墙高1928毫米,喻示着第一届冬奥会举办的年份,在山地奥运村的休战墙则高2014毫米,标志本届奥运会举办的时间。休战墙寓意体育打破壁垒与隔阂,不同国家和不同宗教的人们因为奥运会而团结在一起。”见记者感兴趣,他还指引着记者在海滨休战墙上找到了国家体育总局副局长肖天以及国际奥委会委员杨扬的名字。

医疗服务中心前台,金发碧眼的志愿者女孩娜塔莎的中文也很不错。她告诉记者,自己曾去北京学习中文一年多,身边还有不少小伙伴都和自己一样有着留学中国的经历。她甚至还建议记者:“在奥运村,你可以试着用中文与志愿者沟通,他们中不少人人都略懂中文。”

交流几乎无所不在。在运动员餐厅设立的留言本上已有用各种语言表达获胜或是寻求友谊的文字,其中一页写着这样一句话:“顺其自然,失之坦然,争其必然”,中国运动员的信心和平和心态跃然纸上。

舌尖上的中国味

途经一条条以俄罗斯或前苏联的奥运冠军、残奥冠军名字命名的街道,沿着奥运村主干道不远,就来到可容纳数百人同时进餐的运动员餐厅。餐厅里菜肴品种丰富,在这里,运动员还能品尝到正宗的北京风味,体会一把舌尖上的中国味。

在亚洲餐饮区域,记者遇到了来自北京的面点师傅朱晓蕾,她的拿手绝活是拉面。朱晓蕾原来在北京老字号酒家丰泽园上班,4年前到莫斯科工作,这次因为其独特的中国背景被抽调到索契冬奥会来。“我做的拉面,不仅中国运动员爱吃,老外也喜欢。”带着几分骄傲,朱晓蕾自豪地说。

作为餐饮团队中唯一的中国人,朱晓蕾格外抢手,每次到餐厅就餐,中国运动员总爱往她那儿凑,有什么要求也喜欢向这位朱阿姨提。这不,昨天就有运动员悄悄提出要求:“阿姨,我们想吃蛋炒饭。向团队申请之后,朱晓蕾次日晚上就实现了运动员的心愿。

更多体现中国形象

本届冬奥会中国派出了由139人组成的代表团参赛。入住海滨奥运村的除团部外,还有冰上队伍,雪上各队则在山地奥运村。奥运村中,中国队所住的12和14号楼格外显眼,还未走近,远远就能瞧见小楼内外都悬挂起鲜艳的五星红旗。

海滨的两栋小楼共有40套两室一厅或者一室一厅的家庭式公寓,每间卧室大多安排二人,房间里同样简洁,床、椅、衣橱、床头柜,外加台灯,客厅里摆放的按摩床和健身自行车还都是代表团自己从国内运来的。

午后三时,走在奥运村的主干道上,两个明黄色的身影慢慢走来。在距离中国队大本营不远处,记者偶遇代表团副团长蔡振华。

不提目标,不说要求,在蔡振华眼中,内外悬挂的五星红旗对于参加冬奥会的中国队员而言,是激励更是展示。“我们的运动员参加国际大赛,如今并不硬性要求金牌。运动员的整体参赛能力和原来相比提高不少。国外对中国运动员的了解越来越多。我们希望运动员在赛场能更多体现中国人,中国形象。”

特派记者 厉葺葺 (本报索契今日电)



运动员在奥运村餐厅就餐



乒乓球是奥运村娱乐室的热门项目



餐厅里的甜点很诱人 本版图片 特派记者 厉葺葺 摄



朱晓蕾阿姨的拉面很受欢迎

中国冬奥军团今晨又折一员大将  
速滑一姐于静因伤退赛

本报索契今日电 (特派记者 厉葺葺)今晨,索契冬奥会官方确认中国速度滑冰一姐、世锦赛冠军于静因伤退出本届冬奥会。

前不久,28岁的于静获得长野短距离速滑世锦赛冠军,本届冬奥会她原定参加女子速滑500

米和100米的比赛。夺冠两周后,她腰部旧伤复发。今晨国际滑联技术官员吉巴尔科在采访中确认了于静的缺席。

于静曾在500米项目中滑出36秒94,一度保持世界纪录长达22个月。她还是哈萨克斯坦亚冬

会、2011—2012赛季世锦赛速滑500米冠军。中国速滑队有4个名额参加女子500米比赛,这也是中国速滑队最有希望获得奖牌的项目。这样一来,温哥华冬奥会铜牌得主王北星为中国队冲击奖牌的任务陡然加重。



探 索 手 记

记忆中,这已经是我第三次在综合体育赛事的运动员村偶遇蔡振华了。有趣的是,每一次,听说要采访,他的第一句话都是“这又不是乒乓球,你让我说什么?”

多年执掌国球的经历在这位国家体育总局副局长的身上留下了深刻的烙印,即使如今他的工作重心已从小球转到了足球,甚至是整个中国体育,他的直觉反应却还是绕不开乒乓球话题。

对于西方人而言,乒乓球有时就是中国符号,奥运村的娱乐室里,有两张乒乓球桌,志愿者告诉记者,只要有中国运动员出现,他们都会特别兴奋,“因为听说每个中国人乒乓球都打得很好!”而著名的“乒乓球外交”更是成为中国体育外交史上壮丽的一笔。

在中国,至今还有冰雪项目跨不过黄河的说法。甚至就连本届冬奥会中国代表团,九成以上的运动员和教练员都来自东北三省——薄弱的群众基础,让冰雪项目始终火不起来。不过,相比往届冬奥会,如今越来越庞大的南方媒体冬奥报道团似乎昭示了冰雪项目在南方的日渐青睐。

希望的是,随着冰雪项目在中国的逐渐普及,随着北冰南展的步步延伸,总有一天,冬奥项目也能和国球一样有厚实的群众基础,会有越来越多的青少年爱上冰雪,领略冬奥项目的魅力。

渐受青睐的冬奥项目

厉葺葺

遵循自然的顺势长高

每个家长都希望自己的孩子能健康成长,高大挺拔。所以生活上尽量做到尽善尽美,忙着补钙、铁、锌……可折腾半天,孩子的身高还是不理想。如何让孩子在自然生长的原则上改善身高是目前国内外专家关注的话题,本周末及寒假期间,上海中医药大学出版社《如何让孩子长得更高》的部分编委及长期从事生长发育研究的专业人士指导家长如何让孩子通过“顺势生长法”获得理想的身高。可通过800-820-8727报名。

直接补充生长素可以让孩子拥有理想身高吗?

生长素的分泌量是孩子身高增长的关键。但长期补充外源的生长素,短期内可能会达到高峰值,但是容易造成体内激素失衡,导致自体的依赖,减低自身分泌量。只有增加孩子自身的生长素分泌水平并保持其活性,才是科学、自然的。

理想身高需要长期管理

孩子身高的发育是多年累积的结果,对于身高不达标、年长幅缓慢、遗传不理想且有早发育及过敏性体质的孩子,应建立身高发育档案,定期进行骨龄及生长板测评,除了和同龄孩子的横向对比外,定期进行纵向对比也非常必要,只有通过及时干预调整,接受专业指导,才不会错失短暂的生长期,给孩子带来终身的遗憾。

12—16岁追赶性生长期

研究发现,生长板是人体骨骼发育的营养源和动力源,生长板越厚,骨骼纵向生长动力越足,长高潜力越大,反之潜力就减小。一般到了青春后期阶段,孩子的长幅会趋于缓慢,家长以为孩子就这样定型了,其实这个阶段骨骺尚未完全闭合,由于生长素分泌逐渐降低,导致生长板变薄,长幅趋缓,这个时候如果很好的控制骨骼的闭合时间,延长有限的生长期,同时提高体内生长关键物质自身分泌量及活性程度,孩子还是可以在青春后期阶段获得较为理想的长幅,进行赶上性生长。中科院所属研究院最近在这一领域取得了巨大的突破,采用天然原料,通过生物技

6—16周岁青少年身高体重表(2013年)

| 年龄<br>(岁) | 身高(单位:cm) |        | 体重(单位:kg) |       |
|-----------|-----------|--------|-----------|-------|
|           | 男         | 女      | 男         | 女     |
| 6         | 121.26    | 120.38 | 21.26     | 20.37 |
| 7         | 127.33    | 126.72 | 24.06     | 22.64 |
| 8         | 132.67    | 132.20 | 27.33     | 25.25 |
| 9         | 137.76    | 138.13 | 30.46     | 28.19 |
| 10        | 142.95    | 144.47 | 33.74     | 31.76 |
| 11        | 148.55    | 150.86 | 37.69     | 36.10 |
| 12        | 157.62    | 156.69 | 42.49     | 40.77 |
| 13        | 165.59    | 158.62 | 48.08     | 44.79 |
| 14        | 169.14    | 160.23 | 53.37     | 47.83 |
| 15        | 172.12    | 161.27 | 57.08     | 49.82 |
| 16        | 173.71    | 161.49 | 59.35     | 50.81 |

术,表达出小分子多肽类活性生长物质。  
——摘自《如何让孩子长得更高?》(ISBN7-81010-920-0)上海中医药大学出版社

[活动信息]

让专业人士教你  
如何获得自然的顺势生长

活动时间:寒假最后一周

活动内容:1、生长潜力评估;2、建立成长档案,每年2次的免费身高检测;3、专业人士每年2次的跟踪回访;4、免费领取上海中医药大学出版社《如何让孩子长得更高?》;5、免费领取最新儿童身高表一份。

报名方式:

1、电话报名

中科院服务点 T: 800-820-8727

南京东路459号置地广场1107室(南京路步行街) T: 63528000

北京西路1701号静安中华大厦二楼(静安寺) T: 61700398

2、编辑短信“矮小+姓名+联系方式”到13162255035

上海中科衡通生物医药科技有限公司