R人民时评

冰雪运动助力体育强国、健康中国

——冬奥盛会，我们准备好了④

陈晨曦

我们办好冬奥盛会，不仅要为世界各国运动员提供竞技舞台，更要充分发挥奥运盛会的示范效应，让冰雪运动走进千家万户

从竞技体育到群众体育，从体育强国到健康中国，人民的健康、人民的体质、人民的幸福一脉相承，映照着我们一以贯之的目标

“带动三亿人参与冰雪运动”已经从愿景成为现实——北京冬奥会开幕在即，中国为奥林匹克运动献上一份珍贵礼物。全国各地居民均有不同程度参与冰雪运动，其中12个省区市冰雪运动参与率达到30%以上；通过科技助力、开展非雪季运动项目等方式，冰雪运动向四季延伸，多地形成了全年常态化的冰雪活动组织模式……冰雪运动正逐步打破地域和季节限制，成为生活新风尚。

建设体育强国、健康中国，最根本的是增强人民体质、保障人民健康。习近平总书记在北京考察2022年冬奥会、冬残奥会筹办备赛工作时强调：“要充分利用举办北京冬奥会、冬残奥会形成的热潮，坚持竞技体育和群众体育一体推进，推动我国冰雪运动持续发展。”我们办好冬奥盛会，不仅要为世界各国运动员提供竞技舞台，更要充分发挥奥运盛会的示范效应，让冰雪运动走进千家万户。

早在2014年初，在俄罗斯索契，习近平总书记就向国际奥委会主席巴赫讲述了这一考虑：“我们申办冬奥会的最大目的，就是在三亿人中推广普及冰雪运动，推动中国冰雪运动跨越式发展。”以北京冬奥会、冬残奥会为契机，让更多人参与到冰雪运动中来，这是奥林匹克运动的题中应有之义；以北京冬奥会、冬残奥会为引领，推动体育强国与健康中国建设，这是时代赋予中国的发展机遇。

冬奥会申办成功时，109个冬奥小项中约1/3在我国尚是空白。6年多来，在“扩面、固点、精兵、冲刺”的备战方略下，109个小项“全项目开展、全项目建队、全项目训练”的目标已经实现。现在，中国选手已经在北京冬奥会7个大项、15个分项、95个小项上实时入围。17岁少年苏翊鸣成功完成内转转体1980度抓板，成为世界上第一个完成这一超高难度动作的选手；短道速滑选手武大靖曾打破世界纪录和奥运会纪录，将再次出征奥运赛场；谢霆从崇礼当地一名保安成长为国家级裁判……从个人到团队，拼搏奋斗奏响了筑梦冬奥的时代强音，推动我国冰雪运动的竞技水平大幅提升、项目版图迅速扩大。

冰雪运动不仅属于专业运动员，而且已经“飞入寻常百姓家”。在冬奥筹办6年多的时间里，通过大力推进“南展西扩东进”战略，我国形成了东南西北遥相呼应、冬夏两季各具特色、冰上雪上全面开花的新格局。冰雪运动实现了从小众向大众、从区域向全国、从冬季向全年的转变。大众冰雪运动参与人数大幅增加，冰雪运动在广大青少年中快速推广，残疾人冰雪运动广泛开展，冰雪运动竞技水平跨越式提升，各类冰雪运动赛事蓬勃开展，冰雪运动场地设施加快供给，冰雪运动人才队伍日益壮大。这不仅有益于增强人民体质，也为世界冰雪运动的创新性发展提供了中国智慧、中国方案。

冰雪运动作为现代体育运动的重要组成部分，其跨越式发展在由体育大国向体育强国迈进的进程中不可或缺。2019年，国务院办公厅印发《体育强国建设纲要》，将推进冰雪运动发展作为“落实全民健身国家战略，助力健康中国建设”的重要内容。借着这一届冬奥的“东风”，冰雪运动奏响了一曲“四季歌”；冰雪产业体系初具规模，由“冷资源”成为“热经济”。从竞技体育到群众体育，从体育强国到健康中国，人民的健康、人民的体质、人民的幸福一脉相承，映照着我们一以贯之的目标。

如今，冰雪运动的种子正在华夏大地上生根发芽，为更多人带来健康与欢乐，为美好生活增添时代光彩。国际奥委会主席巴赫感言：“随着三亿人参与冰雪运动，世界冰雪运动的历史将以北京冬奥会作为分界线。北京冬奥会将成为世界冰雪运动发展的里程碑。”一届世界瞩目的北京冬奥盛会，不仅让中国冰雪运动从中受益，还将改变世界冰雪运动风貌，开拓奥林匹克运动新境界。

（本系列评论到此结束）

R评论员观察

安心暖心，才能更好就地过年

尹双红

着力在科学精准上下功夫，因地制宜、分类指导、分区施策，就一定能在做好疫情防控工作的基础上，保障人民群众过一个健康温馨的春节

2022年春节即将到来。每逢佳节忆团圆，寄托着中华儿女的朴素情感。但当前新冠肺炎疫情形势，却是不得不考虑的变量。

尽管我国疫情防控形势总体平稳，但全球疫情大流行仍在高位运行，我国面临德尔塔和奥密克戎毒株输入疫情的双重挑战。外防输入的风险持续加大，又逢春节这一时间节点，人员流动和聚集大幅增加，无论出于稳定全国疫情防控大局的要求，还是守护一个健康祥和新春佳节的需要，无论是返乡过年，还是就地过年，疫情防控都须臾不可放松。

近期，北京、上海等多地已明确部署春节疫情防控措施，提倡就地过年，非必要不返乡。这一倡导，是出于综合研判而提出的。特别是在春节期间，人员流动大、聚集性活动多，稍有疏忽，便会加大疫情传播风险和防控压力。倡导就地过年，减少人员跨区域流动，是行之有效的疫情防控举措；不仅能够降低个人感染的风险，也能减少疫情大范围扩散的可能，保护更多人的安全。就地过年，是为了他日无忧无虑的团圆。

春节不返乡，年味不能淡。人们响应号召就地过年，各地也应积极采取举措，保障留在当地过年的人们过一个温暖喜庆年。安徽合肥向符合条件的非安徽省户籍员工发放1000元“红包”；浙江杭州为留杭的非浙江省户籍务工人员发放电子消费券；江苏无锡滨湖区多个景区每日限量预约免费入园……留人更要留心，从衣食住行到休闲娱乐，各地推出一项项务实举措，覆盖生活方方面面，让就地过年的人们也能感受到家的温暖。同时，对于在家乡的亲人，尤其是老人、小孩、妇女等，各地也要制定细致方案，开展帮扶走访等多种形式的活动，让在家乡留守的亲人暖心，让在外过年的人安心。

也应看到，提倡就地过年，绝不是搞“一刀切”。此前，国务院联防联控机制召开发布会强调，关于春节期间是否就地过年的问题要基于风险研判，全国不能“一刀切”，各地要进行综合分析评估，因地制宜地出台相关政策。国家发展改革委等14部门联合发布《关于全力做好2022年春运工作的意见》，要求“科学精准做好分区分类出行管理，在落实疫情防控措施的同时保障人员安全有序流动”。相较于此前两个春节，今年我国各地各部门积累了更多节假日疫情处置经验，防控能力和保障能力都随之增强。坚持“动态清零”总方针，着力在科学精准上下功夫，因地制宜、分类指导、分区施策，就一定能在做好疫情防控工作的基础上，保障人民群众过一个健康温馨的春节。

巩固好来之不易的疫情防控成果，需要每个人的共同努力。做好个人防护，及时接种疫苗，遵守各地防疫政策，无论是返乡过年还是就地过年，从严从紧落实防疫措施，才能保障好自己和家人健康，守护一个健康祥和的春节。

R中国道路中国梦

坚持梦想　期待绽放

隋文静

北京冬奥会、冬残奥会就要开幕了，我们全队已经进入“奥运时间”，按照比赛赛程和节奏进行训练，希望能以最好的状态站上赛场。回顾备战的岁月，有苦也有甜，但我和搭档韩聪从未停下追梦的脚步。我们希望能在家门口的冬奥会上取得好成绩。我们一直在为此努力，坚持梦想，期待绽放。

我们曾与冬奥会最高领奖台近在咫尺。2018年平昌冬奥会，我和韩聪在花样滑冰双人滑比赛中，以0.43分之差无缘金牌。那是我们第一次参加冬奥会，站上梦想舞台的感觉令我们兴奋不已。当时我们便下定决心，未来4年，为了北京冬奥会，拼了！

备战家门口的冬奥会是艰苦的。因为伤病，我在平昌冬奥会后不得不暂时告别赛场。很长时间里，身体机能的恢复、新节目的编排训练以及我和韩聪之间的磨合……对我们来说，这些都是不同寻常的考验。刻苦训练、克服伤病，每一天都面临挑战，我们努力变成更强大的自己。重回赛场的过程非常艰难，但这个过程更像是一次与自我的对话和较量。人生就是要经过这种历练，才能成长。

还记得，2019年四大洲花样滑冰锦标赛是我伤愈复出后首次重登国际赛场，我和韩聪第五次拿到四大洲赛金牌。随后，我们又在当年的世锦赛中夺金，那也是我们的第二枚世锦赛金牌。一系列成绩的取得，给了我们极大的信心。备战的旅程纵使曲折，但我们始终坚信，我们一定可以战胜困难，不断攀登新的高峰。

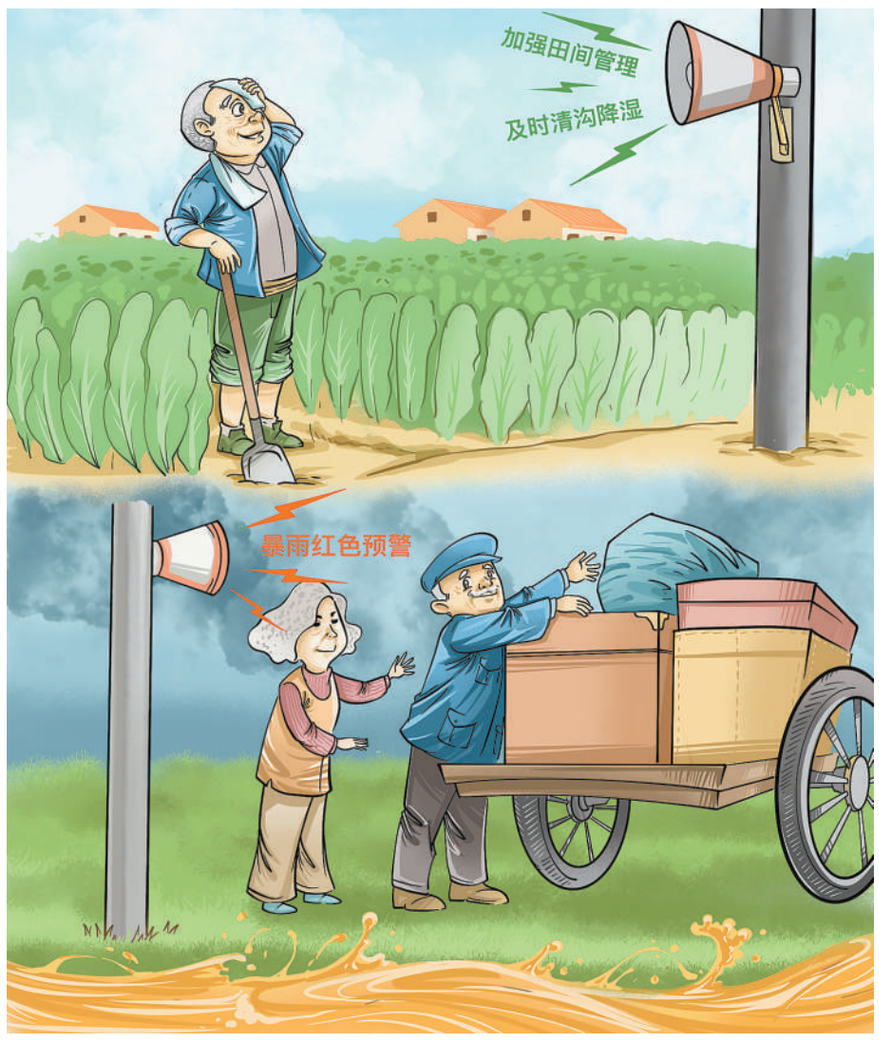
2020年，突如其来的新冠肺炎疫情打乱了我们的备战节奏。许多国际赛事取消，队伍原本计划的出国训练和参赛都在一定程度上受到影响。所有人都在努力调整，适应新变化，寻找新方法。我们的教练团队、队医、保障团队付出了非常多的努力，为运动员解除后顾之忧，让大家可以安心训练。位于首钢园的冰上运动训练基地，让中国花样滑冰队有了自己的“专属”冰场，保证了我们的训练时间。一大批科学训练装备的应用，实现了训练成果可视化，让我们有更多收获。

这个赛季，我和韩聪取得了不错开局。在亚洲花样滑冰公开赛上，我们回到了久违的首都体育馆。站在焕然一新的冰场上，熟悉的感觉让我们充满力量。那次比赛，我们磨合新节目，也在重新寻找大赛的感觉。在随后花样滑冰大奖赛加拿大站和意大利站比赛中，我们渐入佳境，连续两站获得冠军。通过参赛，我们不断调整状态、磨合细节，希望在冬奥会赛场展现出最好的一面。

主场作战，也会有压力。但随着动作质量和身体状态不断提升，我们的信心也在增加。我们在为自己的梦想拼搏，也在为所有花滑人的梦想拼搏。作为国家队运动员，我们要担负起这份责任，为国而战、为国争光。

国家的发展，让冰雪人的冬奥梦迎来圆梦时刻。在奥运赛场上升国旗、奏国歌，是我们一直以来的奋斗目标。我们有信心、有底气站到赛场上去拼搏，迎来梦想成真的时刻。

（**作者为中国花样滑冰运动员**，本报记者**季芳**采访整理）



农村居住分散，在家的多是老人，很多人不会使用智能手机、联系不便，广播成为很好的补充。2021年，贵州省政府列出“十件民生实事”，其中便有“建成2000个行政村应急广播系统”。一年过去，这项工作惠及越来越多的基层百姓，为减少灾害损失、助推农业高质量发展作出积极贡献。

这正是：

应急广播预警，
远离危险环境。
助力农业发展，
惠及基层百姓。

曹希阳图　**孟繁哲**文

R来论

“小叮嘱”守护“大安全”

内蒙古呼伦贝尔市　文朝旭

“快过年了，羊群看好啊，咱这儿雪大，可别跑上线路，万一有情况就给我打电话。”今年春运伊始，海拉尔铁路公安处伊敏站派出所民警走访线路周边牧户，向牧民群众讲安全、送祝福。这里地处内蒙古呼伦贝尔草原腹地，线路两侧均为牧区，存在铁路防护网内放牧等隐患。每逢春运，沿线派出所民警就会对辖区进行安全巡查。这是他们保障春运期间铁路安全运行的一项重要工作。

“小叮嘱”里连着“大安全”。正如铁路民警的安全走访，一句暖心的提醒可能就是一道无形的安全阀。防止酒驾醉驾，少不了“开车别喝酒”的叮咛；助力新冠肺炎疫情防控，离不开“别忘戴口罩”的嘱咐；保障消防安全，需要“离开办公室请关闭电源”的提醒……岁末年初，基层党员干部纷纷开展安全大检查，持续不断的提醒有效增强了群众的安全意识。事实证明，常叮嘱、常警示，强调防患于未然，有助于安全习惯的养成。

安全连着千家万户，确保公共安全事关人民群众切身利益。除了安全提示，我们还须加强安全监管，严格落实安全责任和措施。坚持问题导向，着力补齐短板、堵塞漏洞、消除隐患，就能把安全发展理念落细落小落实，把公共安全网织密织牢。

R金台随笔

温暖更加美好的一年又一年

李忱阳

中国年的新模样，习俗或许有变，情意总归不减；形式也许革故鼎新，情感永远浓郁升腾

春节是什么？小时候，春节是丰盛的年夜饭，是盼望的压岁钱。长大后，春节是漫漫的回家路，是满满的幸福感。春节，以亲情为伴，以文化之名，向时间和生命致以一年一度的问候。如今，春节正在被赋予更多新意，给不同年龄的人带来情感的共鸣。

“共欢新故岁，迎送一宵中。”幸福欢腾的年味，祈福拜年的年俗，填满了一代代中国人关于春节的集体记忆。如今的春节，年货也许不再大包小包，爆竹或许不再遍地开花，但更具时代感的过年新方式、更具创意的年俗新表达，正在为延续千载的“中国年”赋予新的文化内涵。

一年一度的春运，如同一道流动的风景线，载满游子思乡情驶向团圆。虽然疫情当前，这个春节有不少人不能回家过年，但云端相聚、视频拜年让“团圆”不再遥远，也让我们更加懂得团圆和平安的意义。选择回家过年，除了聊天、看春晚、吃年夜饭，还有越来越丰富的家庭活动：和叔伯婶姨一起录制新年短视频，帮爷爷奶奶姥爷姥姥自制过节表情包，趁家庭聚会一起拍摄团圆写真集……创意团聚让传统年俗有了新花样，为过年增添了更多欢声笑语。

围绕“幸福”这一永恒主题，浓浓的年味正在汇聚。过年贴福字，既祝愿丰衣足食，富贵兴旺；又寄望健康平安，和谐美满；更象征国泰民安，天下太平。时下，新春祝福已从一张“福”字演变出更多样的玩法，从手写祈福，到拍照集福、抽奖赢福，再到亲友互赠“福卡”、互发“福字红包”。“福到人间”，从一句贴福字的吉祥话，变成了一场亲人与朋友、商家与顾客间的新春同乐。大大小小、花样迭出的祝福形式，在“一元复始，万象更新”的氛围里，创造着“新春新气象”，承载着对新年愿景的展望、幸福生活的向往，为过年增添了更多缤纷色彩。

当“欢腾”成为共同的期盼，一场“中国范儿”的冬奥会正在如约而至。今年过年，农历节气立春恰逢北京冬奥会开幕。人们共同期待，双奥之城向世界呼唤“一起向未来”，冰雪健儿在赛场拼搏“速度与激情”。全家围坐观赛的春节，一定能留下其乐融融的美妙回忆。无论是运动员争分夺秒、奋勇冲刺的夺金瞬间，还是国旗飘扬、国歌奏响的荣耀时刻，都能让天南地北的观众燃起体育激情和爱国热情。如果不甘心只做冬奥会的观众，那不妨下场一试：亲自体验上冰滑雪，打卡留念冰雪之约，打造一场逐梦冰雪的燃情新春。“中国红”携手“冰雪白”，将为过年增添更多时代印记。

“从来年是有情日”。曾经，老舍先生笔下的老北京年俗，是腊月起拾掇忙活，正月里欢喜飘香，是岁尾年终之时的美味佳肴，是新故相推之际的红火气象，“过得分外热闹”。如今，当“老传统”遇上“新潮流”，当“中国红”遇上“冰雪白”，新春佳节必将“更添几分欢喜”。中国年的新模样，习俗或许有变，情意总归不减；形式也许革故鼎新，情感永远浓郁升腾。春节，是四季轮回的起始，是重整出发的契机。愿人与人的真挚牵挂，家与国的安康美满，连同新春佳节始终红火的底色、不断翻腾的热度，温暖更加美好的一年又一年。

加快培育老龄网络文化产业

云南红河哈尼族彝族自治州　洪宇宇

“听到别人推荐一些好看的电视剧电影，都需要买会员、点播，自己不会操作”“平时喜欢刷小视频，但经常碰到推销广告”……时下，随着我国老龄化进程加快，老龄网络文化需求也在高速增长，但不少老年人缺乏数字技能，跟不上数字化发展的脚步，应当引起重视。

《中国互联网络发展状况统计报告》显示，截至2021年6月，50岁及以上网民群体占比提升至28%。老年人文化市场潜力巨大，但放眼当前网络，以老年人为主要受众的文化产品数量不多、良莠不齐。同时，针对老年人的情节类虚假广告花样繁多，一些泛娱乐化、低俗炒作现象也在向老年群体蔓延。针对这些问题，除了加大整治力度，还应提供更多网络文化适老产品，帮助老年人提升网络文化素养。

为老年人提供优质的网络文化产品，是跨越“数字鸿沟”的题中应有之义。搭建好“老龄化”与“数字化”之间的文化桥梁，不仅需要完善老龄网络文化服务体系，还需要健全相关产业链条，培厚老年文化产品的生长土壤。唯其如此，才能帮助老年人更好使用互联网，满足日渐增长的精神文化需求。

本版邮箱：rmrbpl@163.com（来稿请注明栏目名）
本版责编：**李浩燃　吕晓勋　李洪兴**