



每一次出场都会全力以赴

新华社记者 刘阳 苏斌 赵建通

牢记嘱托建新功

今年1月4日，习近平总书记在考察2022年北京冬奥会、冬残奥会筹办备赛工作时，来到二七厂冰雪项目训练基地。在训练基地专项体能训练馆内，运动员、教练员、服务保障人员代表以热烈掌声欢迎总书记的到来。

习近平总书记向大家挥手致意。习近平总书记强调，人生能有几回搏，长期准备、在此一举。希望大家增强为国争光的志气和勇气，坚持拼字当头，敢于拼搏、善于拼搏，在奥运赛场展现新时代中国运动员的精神风貌和竞技水平，力争在竞技上、道德上、风格上都拿最好的奖牌。

清晨的一场大雨为初秋的北京带来一丝清凉。早上8时，北京冬奥会短道速滑冠军任子威和队友们在国家体育总局冬季运动管理中心综合训练馆“冰坛”准时集合，开始一天的训练。

这是短道速滑国家训练营训练，各项测试成绩是运动员入选新赛季国家短道速滑集训队的重要指标。

作为北京冬奥会两枚金牌获得者，任子威其实相当于持有训练营的“免练卡”，可以自动进入国家集训队，不过他主动报名加练，和各年龄段的队友们一起进行体能训练。

任子威并不觉得“自找苦吃”：“我还有很多不足啊，完成每天训练量，就能进步一点点。”

登上自行车训练器，任子威开始热身，“练了一个多月了，瘦了一些，感觉‘脱了一层皮’，更精神了”。

在北京冬奥会上，中国短道队夺得两金一银一铜，其中任子威不仅和队友合作在混合团体接力项目上摘取中国体育代表团首金，自己还赢得短道速滑男子1000米冠军，是全队最闪亮的“星”。

近半小时的热身训练结束后，上冰训练紧接着开始。这是训练营上冰的第二周，也是恢复冰上状态的关键时期。25岁的任子威趁着队友们更衣的空当，一路小跑了进冰场边上的康复室，请队医开个“小灶”。

“大腿肌肉有些酸痛，您帮我揉开吧。”他低声和队医商量着，“上冰前缓解一下，训练效果会更好。”

在短暂的按摩治疗中，任子威和记者聊起了备赛北京冬奥会最难忘的时刻。那是今年元旦后上班第一天，习近平总书记来训练基地看望备赛的运动员们。

“总书记鼓励我们说，人生能得几次搏！抓

住这个机会去成就自己。十年磨一剑，五年磨一剑。很辛苦，但拼搏是值得的。”

回忆起备赛的整个过程，任子威说最大的挑战来自长时间的封闭集训。受疫情影响，除了出国参加冬奥资格赛，大部分冰雪运动国家队队员都在国内封闭集训，这充分保证了优秀运动员安全、健康地全力备战北京冬奥会，也是中国体育体制的优势所在，但对运动员来说也有一个适应过程。“这是我们练习短道十几年从未遇到的训练模式，刚开始很不适应。”任子威坦言。

积极改变和适应外界变化也是一名优秀运动员必备的素质。在封闭训练中，任子威注重心理调节，找到了训练和生活的平衡点，并给自己立下了一条“规矩”：周一到周六，全力以赴训练，保持专注，做到作息规律，要求自己不许打开电脑以免上网分心。到了周日休息，他才打开“尘封”六天的电脑稍微娱乐放松一下。“我真的做到了这一点，也恰恰是这样张弛有度的节奏让我适应了封闭集训。”任子威说。

北京冬奥会开幕前一个月，是运动员们备战的冲刺阶段。任子威回忆说，当时中国短道速滑队的训练正在“上量”，每天最多的时候要练6到8个小时。

“练完后全身一丝力气都没有了，想吐，嗓子里一股血腥味儿。”每天完成要求的训练量对任子威来说不是难题，但他最担心的是，高强度训练后，膝盖的旧伤有复发的迹象。“训练完膝盖酸软，睡梦中偶尔也会有这种感觉，我担心旧伤要复发。”任子威说。

“这个时候不能倒下！”在训练团队、医疗康复团队的帮助下，任子威每天训练结束后积极治疗、康复，有效地控制住了膝盖旧伤复发的风险，并以最佳竞技状态和饱满的激情走上北京冬奥会赛场并成为“双冠王”。

北京冬奥会后，任子威回到哈尔滨的家中休假。八年来因为训练而总是无法在家过春节，他觉得亏欠父母。晚上，母亲李艳亲自下厨给儿子接风，锅包肉、韭菜盒子……一大桌子菜全是任子威爱吃的。

“儿子，咱们坚持一个奥运周期，不管北京冬奥会成绩怎样，比完就不练了。”这是母子俩四年前的约定，李艳心疼儿子受苦受累，还有伤病。

全家人围坐在饭桌前，喜气洋洋，任子威此次欲言又止。夹了一块锅包肉，咬了一口又放到碗里，他说：“妈，我还想继续练。”李艳脸色一沉，任子威赶紧解释：“我站在北京冬奥会领奖

台上注视国旗升起、唱国歌时，我哭了。就在那时我的想法变了，我不想退役，我还想再拼一届冬奥会。”

52岁的李艳夜里辗转反侧，任子威童年的一幕幕清晰浮现：每早五点坐公交车去训练，即使滴水成冰的腊月也不例外；中学时两次骨折，父母求着任子威放弃短道都没成功……最终，李艳选择支持儿子继续拼搏2026年米兰—科尔蒂纳丹佩佐冬奥会。

在这次短暂的北京冬奥会后休假中，任子威赶上了哈尔滨发生疫情。他主动报名成为所在社区的防疫志愿者，搬运物资、维持秩序、拨打流调电话……

说起当志愿者的初衷，任子威说：“不光是在自己的职业道路上为大家带来精彩的比赛，我希望在生活当中尽自己所能，帮助身边人。这是一名运动员应该担负的社会责任。”

冬奥冠军、北京体育大学研究生、社区志愿者，任子威集多种角色于一身。他感慨说：“我不是特别有天赋的运动员，小时候也不是一个特别出彩的孩子，但我一点一点积累、一步一步实现梦想，从最初的世界青年锦标赛开始，最终走到冬奥会领奖台最高处。我身处一个追梦的时代，可以实现个人梦想的时代。在追梦的过程中，我必须全力以赴！不管结果如何，至少不会后悔。”

任子威坚毅，“每一次出场都会全力以赴。”

一个半小时的时间过得飞快，冰上训练结束，任子威最后一个走入冰场。摘下头盔，汗水已经浸湿了他的头发，年轻的脸庞红润又富有朝气。

“刚才按摩治疗耽误了一点时间，要把时间补上，不敢偷懒啊！”他笑着说，眼睛弯成两个月牙。

今年10月底，新赛季短道速滑世界杯比赛将陆续展开，对任子威来说，米兰—科尔蒂纳丹佩佐冬奥会周期的大幕正式开启。

如果能出现在米兰的冬奥赛场，任子威那时已是28岁的“老将”。“我有无数个理由放弃，但我还想为这个项目、为国家贡献自己的力量，这是我坚持的唯一理由。只需这个理由，我就可以为之奋斗。”他坚定地说。

走出“冰坛”，天空晴朗，白云朵朵。一群年轻的队员从任子威身边走过，大家准备回驻地吃午餐。

任子威看着师弟师妹们，感慨道：“新的奥运周期，会有新的一批运动员站起来，担起属于他们的责任，我也会尽最大的努力帮助他们，一起奔跑在追求梦想的道路上。”

新华社北京8月30日电

1至7月

规模以上电子信息制造业 增加值同比增长9.8%

新华社北京8月30日电 记者30日从工业和信息化部获悉，今年1至7月，我国电子信息制造业生产稳定增长，规模以上电子信息制造业增加值同比增长9.8%。

生产稳定增长的同时，出口规模继续扩大。1至7月，规模以上电子信息制造业出口交货值同比增长7.1%。

企业营收稳步提升。1至7月，规模以上电

子信息制造业实现营业收入82907亿元，同比增长7.9%，比上半年提升0.2个百分点。电子信息制造业固定资产投资同比增长18.6%，明显高于同期工业投资增速。

产业稳健发展，市场创新创业活跃。天眼查数据显示，截至目前，我国电子信息制造业相关企业16.4万余家，其中，2022年1至7月新增注册企业9340余家。

关于做好早霜天气防范应对工作的通知

各县区人民政府：

据气象部门预报，受冷空气影响，预计8月30~31日我市将出现大风和降温天气。冷空气自西向东影响我市，从30日白天开始风力加大，全市将出现4~5级短时6级以上西北风，气温随之下降；最低气温将出现在9月1日早晨，初步预估全市最低气温可降至3~7℃，高寒山区地面温度可降至0℃以下，出现轻霜冻的可能性较大。目前正值我市农作物成熟及产量形成的关键期，早霜的出现将对农作物和露地蔬菜产生不利影响，各县区要抓住秋收前这一关键时期，以促进农作物安全成熟、保证产量、颗粒归仓为重点，积极采取有效措施，强化田间管理，做好秋收准备，确保再夺农业丰收。

一、高度重视，积极应对

各县区要牢固树立抗灾夺丰收思想，切实增强责任感和紧迫感，充分认识早霜天气防御工作对粮食生产安全的重要性，主要领导要亲自研究，亲自部署，分管领导要亲临一线，靠前指挥，抓好落实。要积极协调气象、农业农村、应急等有关部门，密切关注气象条件变化，根据气象条件和早霜发生趋势，提早做好防范准备工作。要通过网络、电视、广播、短信、微信等多种途径，及时向农民发布预警信息，提前制定农业生产防范早霜工作预案，明确具体技术措施，尽最大努力减少灾害损失。

二、关注重点，及时防御

1.做好大田作物的早霜冻害防范工作。一是采取促早熟技术措施。当前玉米已经处于蜡熟期，可喷施磷酸二氢钾、芸苔素内酯等高浓度的叶面肥，迅速补充养分，增强植株抗逆、抗寒能力。二是站秆扒皮晾晒。对成熟期略晚的地块，在玉米蜡熟中后期，依据天气预报选择连续晴朗天气，进行人工站秆扒皮晾晒，加速玉米孕穗和籽粒脱水，降低籽实含水量，进一步提高玉米品质。三是及时进行人工防霜。

三、加强沟通，密切配合

各县区各部门要密切配合，通力协作。农业农村部门要会同气象部门加强会商研判，及时发布预警信息，同时要派出专家技术人员进村入户，指导农民落实各项防灾减灾技术措施。在低温冻害来临前要及时加强覆盖，用稻草或地膜均匀覆盖在菜畦和蔬菜上，防止霜冻危害，也可在田间四周用秸秆生火，采取烟熏预防。同时要及时抢收已成熟的蔬菜。三是增施有机肥。及时施入有机肥，促进土壤疏松，提高地温，增加土壤的保温能力，促进根系发育，增强抗寒力。四是浇水保墒。在寒流到来前趁着晴天进行浇水，有利于土壤吸收，提高土壤温度。

大同市人民政府办公室

2022年8月29日



蟹都汇

KING CRAB CENTER

大国品牌 · 无蟹可及

高端蟹礼

选蟹都汇

购蟹票
送辽参送燕窝
价值999元/盒
二选一



同朔地区所有门店热销中

蟹票订购热线：5555535 5025108



客服
二维码