

延庆打造『最美冬奥城』

本报记者李春宇

晨光映照下的小海陀山焕发着生机与活力，妫水河畔的冬奥之城在绿色发展的道路上稳步前行。

以“山林生态”为设计理念的延庆赛区冬奥场馆、远眺海陀美景的延庆冬奥森林公园、绿植环绕的北京世园公园、尽览山水林田湖草的康西森林湿地生态公园……“冬奥”“世园”“长城”这三张“金名片”持续推动延庆高质量绿色发展。

从2019年中国北京世界园艺博览会的成功举办，到积极筹办“简约、安全、精彩”的北京2022年冬奥会和冬残奥会，坐落在长城脚下的延庆已不再是人们印象中的京郊小城，热情好客的“延庆乡亲”和充满活力的“新延庆人”，以及这座生态、文明、幸福的“最美冬奥城”将再一次令世界瞩目。

迎世界盛会，创文明城区

两年前，延庆为世界奉献了一场精彩的世园盛会，更提升了延庆人“办大事”的信心。110个国家和国际组织参展、900多万人次游览……这届世园会让世界认识了延庆，也在世园会历史上留下了难忘的“绿色”印记，传递了坚定走绿色发展之路、共建美丽地球家园的决心。

在延庆有这样一位“环保奶奶”，二十多年来，她每天坚持在妫河岸边捡拾垃圾，早上五六点钟就出门，风雨无阻。她数万次的弯腰和日复一日的坚持也在逐渐影响身边的家人和更多的“延庆乡亲”。

“别人扔下的是垃圾，我捡起的是美德。”这句话“环保奶奶”贺玉凤经常挂在嘴边，她坚信“绿水青山”可以为百姓带来好日子。如今，“环保奶奶”和100多位志愿者成立了“夕阳传递”志愿服务队，组织更多的人参与到环保行动中。

近年来，“延庆乡亲”志愿者活跃在大街小巷、田间地头、妫河两岸、社区村庄，广泛开展理论宣讲、垃圾分类、文明劝导、邻里互助、扶弱助残、防疫值守等各类志愿服务工作，展现了淳朴的地方文化和文明的精神风貌，携手共迎北京冬奥会。

“冰雪夏都”打造“最美冬奥城”

北京2022年冬奥会和冬残奥会申办成功以来，按照“一刻也不能停、一步也不能错、一天也误不起”的要求，延庆区全力推进赛事筹办工作，赛区场馆和基础设施全面完工，延庆赛区从无路、无水、无电、无通信的“四无”山区，变成国际一流的奥运场馆群，交通、住宿、餐饮、志愿服务等保障工作全面推进。

2021年10月至11月，北京冬奥会延庆赛区顺利举办“相约北京”系列测试赛和测试活动，“延庆乡亲”志愿者忙碌的身影也活跃在赛区外围保障工作中。为服务闭环内的志愿者和工作人员，“延庆乡亲”在赛区的统筹安排下，开通专属速递和无接触配送渠道，及时将食品、衣服和其他生活物品送到闭环内志愿者和工作人员手中。

“您为冬奥服务，新时代文明实践‘延庆乡亲’志愿者为您服务”的爱心接力累计配送约300单。北京冬奥会赛时，“延庆乡亲”志愿者的规模将在3.6万名左右，延庆这座“冰雪夏都”正以饱满的热情迎接北京冬奥会，“最美冬奥城”的建设离不开每一位延庆人的贡献。

随着北京冬奥会的筹办工作逐步推进，延庆区的城乡规划体系也日趋完善，1条高铁、2条高速、1条市郊铁路的交通网络已经形成，京礼高速、京张高铁的建成通车也标志着延庆区正式进入北京市“半小时通勤圈”，“最美冬奥城”驶入快车道。

推动生态文明建设，促高质量绿色发展

“山林场馆，生态冬奥”是延庆赛区的总体规划设计理念，高质量绿色发展也是延庆区面向未来的发展道路。

在距离延庆冬奥村不远的小海陀山脚下，坐落着占地约22公顷的延庆冬奥森林公园，作为北京冬奥会延庆赛区总体规划环境保护措施中的迁地保护基地，公园迁地保护了部分小海陀山植物，既体现了“绿色办奥”的理念，又为当地百姓提供了绿色休闲场所。

在延庆区，“生态优先、科学规划、合理利用、持续发展”的理念贯彻于全区总体布局之中。花草成群的世园公园、成为候鸟天堂的野鸭湖、未来将成为冰雪运动打卡地的小海陀山……无论是场馆场地的遗产利用，还是自然保护地的整合优化和生物多样性的维护，都体现了延庆走绿色生态发展之路的意愿和决心。

多年来，延庆区大力推进山水林田湖草沙系统治理，着力打造首都美丽底色和生态文明建设全国样板，建设高水平森林城市，以园艺化理念推进大规模绿化，森林覆盖率超过60%，河湖水质稳定达标，成功创建全国水生态文明城市和国家森林城市。

山清水秀，绿色低碳。面向未来，延庆区深入践行“两山”理念，坚持走绿色发展之路，进一步提升空气质量，努力为百姓提供健康舒适的生活环境，提升人民的幸福感和获得感。同时，延庆区着力强化科技创新、文化创新双轮驱动，加快构建具有延庆特色的绿色经济体系。

“最美冬奥城”，未来可期。

小萨马兰奇：北京冬奥会筹办进展非常顺利

魏纪中：冬奥会将增进外国民众对中国的了解

新华社北京12月8日电(记者李春宇、姬烨)国际奥委会执委会当地时间7日举行会议，国际奥委会北京冬奥会协调委员会主席小萨马兰奇表示，北京冬奥组委和国际奥委会始终保持密切沟通，各项赛事筹办工作正在反复演练，进展非常顺利。

国际奥委会和北京冬奥组委在会议中再次强调了疫情防控的重要性，即将发布的第二版《北京2022年冬奥会和冬残奥会防疫手册》将进一步完善赛前、赛时和赛后的各项防疫措施，努力确保安全办赛。

距离北京冬奥会开幕还有不到60天，北京冬奥组委表示目前大部分赛事筹办人员已经进驻场馆，赛时演练工作也在有序开展。

国际奥委会奥运会部执行主任杜比表示，赛事运行保障团队需要准备好应对筹备

阶段和赛时出现的各类情况，北京冬奥组委已经对很多场景进行了演练，取得了非常不错的效果。

杜比说，目前已有十余场国际测试活动在北京冬奥会和冬残奥会场馆举办，场馆运行和赛事筹办工作得到了参赛人员的广泛认可，同时也为北京冬奥会和冬残奥会的正式举办积累了宝贵经验，有助于北京冬奥组委进一步完善各项筹办工作。

新华社北京12月8日电国际排联终身名誉主席、亚奥理事会终身名誉副主席、中国体育界元老魏纪中8日表示，美方不派官方代表参加北京冬奥会的做法，既不能动摇国际奥林匹克大家庭支持北京冬奥会的立场和信念，也不会影响北京冬奥会的顺利举办，2022年冬奥会将增进外国民众对中国的了解。

魏纪中说，美国政府宣布和炒作不派外交和官方代表参加北京冬奥会，其实犯了一个常识性错误，因为在奥运会东道主国未发邀请的情况下，是否请本国政府官员参加奥运会，取决于该国奥委会，而与东道主国无关。此次中方并未向美方政府官员发出邀请，所以，美方纯属自说自话。

在魏纪中看来，美方不派官方代表参加北京冬奥会的言行，暴露了其“看中国办喜事难受”的阴暗心理，是想捣乱而出的招数。“他觉得‘我抵制，你(北京冬奥会)就逊色了，价值就低了’，但实际不是这么回事。”魏纪中强调，正如加拿大资深的国际奥委会委员庞德所说，这不会对北京冬奥会顺利举办有任何影响。

魏纪中从事体育工作半个多世纪，亲

历过14届夏季和冬季奥运会。他表示，体育政治化的做法不得人心，到现在为止没有一个国家或地区奥委会表态支持美国政府，也没有一名运动员表态不愿参加北京冬奥会，这充分表明了奥林匹克大家庭的团结立场。

魏纪中认为，近年来美西方一些政客、媒体恶意抹黑中国，迷惑了不少外国民众，特别是疫情发生后，国际交流被迫减少甚至中断，西方社会对中国的误解加深。但他相信，各国(地区)的运动员、教练员来北京参加过2022年冬奥会后，会对中国有更加客观、准确的认知，他们也会以亲身经历去说服、影响更多身边的人，正如2008年夏季奥运会增加了外国民众对中国的了解与好感。

谷爱凌：“北京大姐”期待主场作战



谷爱凌 新华社发

且体现你自己的风格和兴趣的项目，我希望在未来的时间里，能够使这个动作充满我自己的风格。”

谷爱凌在表达自己的运动哲学时，显得信心十足。“自从学会这个动作以来，我所有做的动作100%都落地了，包括在比赛中。对‘落’这个动作挺有信心的，我觉得把握非常高。但从‘范儿’角度来说，我一直可以去成长，我想把它做得越来越好。”

18岁的谷爱凌，勇敢、自信之外，还相当谦逊与冷静。

“我觉得我还是比较年轻的，我能继续去学习比赛的技巧，探索自己的头脑和掌控压力的方式，这些是永远能接着去学习的。对我来说，可能比赛经验越多，我可以赛得越来越好。”谷爱凌说。

谷爱凌把大跳台当作自己三个项目中最弱的一环，如今她在这个项目上不仅补足了短板，还达到了世界顶级水平。

以赛代练，期待冬奥

自由式滑雪大跳台、U形场地、坡面障碍技巧，同时在准备三个项目的谷爱凌可能会是北京冬奥会上最忙碌的运动员之一。

兼顾三个项目，如何平衡分配训练以及比赛的时间？离冬奥会开幕不足两个月，如何安排最后的备战？

在最近的两个月里，谷爱凌在瑞士、奥地利分别参加了两个训练营。“在瑞士，时间差不多都分到U形场地训练。在奥地利，大部分时间我在练习坡面障碍。”她说。在接下来的雪季里，谷爱凌还要参加很多站比赛，通过“以赛代练”的方式备战冬奥会。“昨天我刚赢了大跳台的比赛，后面又要开始U形场地世界杯，所以就算是U形场地训练了。”谷爱凌说。

提到北京冬奥会，自称“北京大姐”的谷爱凌表达了自己对于主场作战的期待。“我当然等不及参加冬奥会了，非常期待我的表现。有三个项目就等于三次滑雪机会，对我来说每次滑雪都是非常高兴的一件事情，越多越好！”

冬奥会正值春节，立志成为美食评论家的谷爱凌已经想好了冬奥会期间吃的食物。她说：“我们(到时候)应该吃点饺子，正好分享一下中华文化，让世界各地的人去尝尝中国美食。”

新华社北京12月7日电

新华社记者赵建通、董意行、郑直

仅三个星期，学会一个自由式滑雪超高难度动作，成为首个完成它的女运动员，还借此动作拿到世界杯冠军，是一种什么体验？

北京时间5日，在2021-2022赛季自由式滑雪大跳台世界杯美国斯廷博特站比赛中，谷爱凌以184.25分的总成绩夺得女子组冠军，并创造了女子选手在自由式滑雪比赛中完成前空翻两周加转体四周动作的历史。

自由式滑雪作为一项极限运动，具有危险性、复杂性。一般人单单尝试基础动作已经不易，至于上述神奇经历，恐怕更是难以想象。不过对年仅18岁的谷爱凌来说，似乎一切都是那么轻松。

曾经的唯一，如今的第一

谷爱凌2003年出生于美国旧金山，3岁多开始接触滑雪，8岁的时候加入太浩湖

地区的专业滑雪队。

“我当时是(队里)唯一一个女孩，所以我都不敢跟人家说话，但是通过滑雪我们能够交流，互相鼓励。每当有人做出一个动作时，我就觉得我也得去试试。”

作为曾经滑雪队里唯一的女孩，如今她已经从家附近的滑雪场滑上了世界冠军的领奖台。

在本站世界杯夺冠前，谷爱凌取得的成绩也相当耀眼。2021年1月，首次参加世界极限运动会(X Games)的她就斩获坡面障碍技巧、U形场地两个项目的金牌，并在大跳台上摘铜。随后3月的自由式滑雪世锦赛上她带伤出战，“复刻”了世界极限运动会两金一铜的战绩。

这位滑雪女孩在赛场之外，同样散发着光芒。自学并提前高中毕业、拿到超高的“美国高考”(SAT)分数、成为新晋斯坦福大学学生，如今正在忙碌地备战冬奥会的谷爱凌，仿佛拥有“开挂”一样的人生。

守护雪上竞技生命线，要练就哪些技能？

新华社记者卢星吉、董意行

当运动员在雪道以百公里以上的时速飞驰，当观众来到远离城市的赛场，当千百名工作人员在富有挑战性的自然条件中工作……这是冬奥会滑雪比赛的典型场景，不难想象，这样的场景需要有完备的医疗预案。

国际雪联(FIS)发布的《FIS医疗工作指南》在开篇即指出：雪上竞技赛事中所有人员的健康和安

全，应被组织者列为最需要保障之事。我国的雪上专业医疗力量起步虽然较晚，但目前已组织起一支救治能力和雪上机动能力过硬的“滑雪医生”队伍，完善了适应山地特征的医疗转运体系，并强化了雪上项目赛区临近医院的硬件水准。冬奥渐行渐近，中国雪上医疗已做好了充分准备。

根据国际雪联要求，雪上竞技赛事中的医疗团队应包括负责制定总体医疗计划的赛事医疗官、巡逻队员、创伤救治团队以及各队队医。其中，创伤救治团队最直接地承担着赛场急救任务，《FIS医疗工作指南》对其的要求是：具有高级的医疗和生命支持能力，且要能在4分钟内抵达重伤员所处位置。

专业能力出众的医生并不是国内短板，但在以往，很少有人会将滑雪、医疗这两项技能联系起来，更不用说想到他们会在雪道上争分夺秒地展开施救。

为做好冬奥赛事的医疗保障工作，从2018年起，北京、河北两地的十多家医院抽调相关临床人员，组建了“中国冬奥滑雪医疗保障梦之队”，其中不乏来自知名科室的专家。在过去数个雪季，这批“雪上白衣天使”经历了系统的高山滑雪技能培训，目前已拥有背负重达15公斤的各类医疗装备迅速赶往赛场任何一个角落的能力。

除了能够迅速抵达，还要能精准施救。雪上救治有多难？来自中国科学院西苑医院重症医学科的滑雪医生付妍曾以她在医院里驾轻就熟的气管插管术举例。

在医院里，她可以做得又快又准。“但在雪道上可真没那么简单，必须摘掉手套，跪着、趴着甚至侧躺着操作，没过多久手就冻僵了。”她说。为了训练自己提高气管插管速度，她在假人身上不断练习，直到形成了肌肉记忆，目前的完成时间甚至已低于十秒。

除了特殊的气候条件，一度难倒这批雪

上医生们的还有雪场复杂的地形。付妍回忆道，在训练中教练专挑各种“犄角旮旯”的地方，而且要求队员们抵达后立即做医疗救治练习。

“难道运动员受伤还找个平坦的地方，等你们歇够了再救吗？”付妍复述了教练严厉的话语。正是在这种严格的要求下，中国滑雪医生快速成长，目前已顺利接受北京冬奥会测试赛的考验。

“竞赛中或许有意外，但医疗保障工作绝不能有意外。外国人能做到的，我们中国滑雪医生一定能做得更好。”滑雪医生孙旭表示。

除了配备专业人员，《FIS医疗工作指南》还强调了“快速转运”(Load and Go)，其核心要义是将处理任何事故或伤害的主要目标定义为尽快将伤者送往就近的医院，现场救治的程度要依据预期的转运时间确定。

相较于场地上的临时医疗设施，拥有更为充足医生力量、医疗设备的医院显然具有更强的救治能力，尽早转运医院将更有力地保障伤者的生命安全。对此，承办

北京冬奥会雪上项目的延庆、张家口赛区已做好了转运规划。

河北省人民医院神经内二科主任、云顶滑雪公园C场地医疗官王天俊在接受采访时表示，在2021年11月至12月的北京冬奥会雪上项目测试赛期间，张家口赛区除了在云顶、古杨树两大场馆群设置了14个固定医疗站和29个FOP(竞赛场地)医疗站之外，还构建起了陆航立体救援网络，对于出现紧急情况需要应急转运的，将采用医疗直升机和救护车配合救援。

在2021年3月，延庆赛区已成功进行了直升机场绳救援演练。在赛道上，滑雪医生对“伤员”进行了初级生命支持，并请求直升机救援。直升机在4分钟后到达“伤员”上空，随后将其转运至停机坪运动员医疗站接受高级生命支持。“伤员”生命体征平稳后，直升机再次出发，将伤员转运至延庆区医院冬奥专区。

目前，张家口市和延庆区临近冬奥赛场的医院也已升级了相关硬件，做好了迎接冬奥医疗救治工作的准备。

新华社北京12月8日电