

陈艺文汪雪儿出任中山市海外传播品牌官,并在授牌仪式中与粉丝亲切互动

“期待与大家在温暖的中山偶遇!”

10月24日,中山市海外传播品牌官授牌仪式在位于中山日报社16楼的中山市海外传播中心举行。巴黎奥运会跳水双冠王陈艺文、游泳铜牌得主汪雪儿受邀出任中山市海外传播品牌官。今后,两人将通过自己的社交媒体平台、线上线下活动等多种渠道,用独特的视角和生动的语言,向世界展示充满活力、魅力四射的中山。

当天的活动中,两位奥运健儿还与粉丝、小记者、外国友人亲切互动,分享对中山的美好印象,以及训练、比赛的难忘瞬间。

本报记者 闫莹莹 见习生 方馨婷

■“中山变化很大,一直很温暖”

中山是陈艺文与汪雪儿体育梦想启航的地方,在这里,她们都度过了难忘的时光。当从中山走向更广阔的体育舞台后,她们时隔多年重回中山,温暖的记忆还在。她们眼中的中山,又有哪些变与不变呢?

“我觉得中山是个特别适合生活的城市,这些年变化很大,却又好像仍是原来的感觉。这里美食很好,气候也好,生活节奏也好,都非常适合我,中山会是我以后想生活的地方。”陈艺文开心地分享了在中山吃到的美食、参观的景点。在这里不仅有食物的香,还有书香。她说:“香山书房让我印象很深刻,很有历史文化积淀,是一个特别适合让人静下心来,既可以悠闲地看书,也可以慢慢地感受大自然,好好地休闲放松。”

汪雪儿表示,自己10岁左右就来到中山生活训练,后来进入省队、国家队,直到近两年才再次回到这座城市。10年的时间跨度,没有消磨她对中山这座城市的感情。“我从小就觉得这里很温暖、很有人情味,当时年纪很小的我没有感到过孤单。”她说,10年时间,中山的变化很快,变得更繁华、交通更便捷,而温暖的感觉依然没变,“中山一直不曾停止脚步,就像我们运动员一步一步地走向国际比赛一样,现在中山也是在一步一步地走向国际舞台。另外,作为一名运动员,这座城市对于体育事业的规划也让我印象深刻。”

有了海外传播品牌官的新身份,两位奥运健儿又会如何推介中山呢?汪雪儿表示:“我觉得一座城市的最大吸引力是美



当天的访谈中,陈艺文(中)、汪雪儿(右)分享了对中山的美好印象,以及训练、比赛中的难忘瞬间。

本报记者 文波 摄

食,平时我和朋友凑在一起谈论生活,我可能就会跟他们说,中山的乳鸽、脆肉鲩、杏仁饼特别好吃。还有我们收集的奥运会徽章,也是在中山制造的。”平日里喜欢分享的她认为,通过日常点点滴滴的言语和行为,就能向更多人展现中山的美好。

“如果有机会,我肯定会带朋友来中山玩。”因为家人喜爱中山,并且有许多亲戚在中山工作生活的缘故,陈艺文对中山也非常喜爱。“中山是个特别舒服的地方,我会抽个周末把身边的朋友叫过来,一起吃个饭、散散步、聊聊天,也期待与大家在城市里偶遇。”陈艺文说。

■面对压力与挑战,她们有妙招

活动中,不少外国友人也对两位奥运健儿表达了由衷的喜爱,并好奇两位奥运健儿遇到最大的挑战是什么?

陈艺文用流利的英语表示,作为运动员,她最大的挑战就是坚持每天重复同样的事,十年如一日地循环往复,这样的训练生涯是枯燥的。“即使很困难,但你总会发现属于你的方法,让自己冷静下来,坚持下去,做自己该做的事。”她建议现场的年轻人们“树立目标,为之奋斗,做自己想做的,成为自己想成为的,最重要的是要开心”。

活动现场,有在读大学生提问,备战奥运会的过程非常紧张,且压力很大,两位奥运健儿又是如何克服的呢?汪雪儿分享了自己面临压力时自我纾解的小妙招。“我会把训练和生活分得很开,训练的时

候我一定好好训练,但玩的时候我也会好好玩,化化妆、做做指甲、吃吃甜品,让自己脱离训练的感觉,就能有效纾解压力。”她笑着说,“没有必要因为压力内耗自己,没有什么是一顿火锅解决不了的,如果有,那就两顿!”

陈艺文也表示:“奥运会前常说的就是好好练,然后别的什么都不要想。我们教练也经常这么跟我们说,不要纠结,你今天的成果练得好与不好,下了训练课、离开训练场就不要再想了,不要把这种遗憾留到明天的训练当中去,不要影响你的生活,第二天你再好好比赛、好好练,该有的都会来的。”

■好好学习,未来还有很多梦想

交流中,两位奥运健儿主动分享自己在忙碌的训练之余充实自我的学习心得,并谈及未来的梦想。

现场与外国友人的互动中,陈艺文流利的英语口语赢得了观众的称赞。她谈起英语口语的学习经验时表示,自己会通过看美剧、看英文电影为自己营造学习英语的语言环境。“我出去比赛的机会也比较多,所以有很多机会讲英语,与外国人交流。”她说,营造语言环境、大胆开口,是自己学习外语的“法宝”。

汪雪儿在紧张的训练和比赛之余,完成了研究生学业,她是如何做到二者之间的平衡呢?“作为运动员,吸收的东西更多来自教练的经验和教导。读研后,写论文、

看文献、做实验,变得更能清晰表达想要表达的东西,将自己学会的知识再传递给别人,也能通过一些理论知识和数据,更准确地发现自己的问题。”汪雪儿表示,在这个过程中其实充满乐趣,自己不断地进步与成长也很有成就感。

聊起未来,汪雪儿和陈艺文也大方地与现场观众分享了自己的人生规划。“退役后我想成为一名老师,投身体育教育事业。”汪雪儿表示,“很多运动员都有遇到瓶颈走不出来的时期,其实通过一些学术理论、数据方面的支撑,能够给予有益的提醒或者帮助。我希望以后往这方面努力,把学到的东西和实际运用结合起来,帮助更多的运动员。”

“我本科刚毕业不久,也在计划读研究生,未来还有很多未知数。”陈艺文表示,自己想先把眼前的路走好,多多努力做好训练。对于正处于体育生涯巅峰期的她来说,想再拼一届奥运会,为祖国再征战一回。



扫码看
融合报道

南中城际香山站至香二区间右线盾构顺利始发

南中城际中山段正同步进行掘进作业的盾构机达到5台

本报讯(记者 何森 通讯员 姜治渊) 10月20日,随着“城建1号”盾构机刀盘的缓缓转动,南中城际香山站至香二盾构井区间右线盾构顺利始发。至此,南中城际中山段共有5台盾构机正同步进行掘进作业。

上午8点,位于翠亨新区和信路旁边的施工现场一切准备就绪,随着现场总指挥一声令下,位于地下29米的“城建1号”盾构机缓缓转动刀盘,现场响起阵阵机器轰鸣声。此次顺利始发的“城建1号”盾构机为

泥水平衡盾构机,开挖直径8.83米,整机总长140余米,重1300余吨,该设备具备远程实时监控、土仓可视化、超前水平钻孔勘探、同步二次注浆、盾尾间隙自动测量、整机空调降温等功能。

此次盾构始发在中山段最大车站香山站进行,盾构区间线路出香山站后向东,下穿茅龙水道,随后下穿未来大道道路及管廊后,转向和信路,在和信路中到达香二盾构井。盾构区间长距离穿

越软弱强透水地层,地质条件复杂,施工难度大,技术要求高,需要克服盾构机“栽头”、刀具异常磨损、河床击穿、土仓失压等困难与挑战,是全线重点工程。

“为确保施工安全与效率,项目特别采用了8.83米气垫式双通道泥水平衡盾构机进行掘进作业,有效解决因水头压力大而可能在大直径软土地层盾构始发及接收过程中极易引发的涌水、涌砂等复杂问题。”中铁广州局城建公司南中城际项

目总工谭远志表示。

据介绍,项目践行绿色施工理念,建立泥水分离系统。该系统通过筛分、压滤等工艺,对盾构掘进产生的泥浆进行有效分离,过程中产生的清水经过进一步处理后循环利用,极大节约水资源。盾构渣土通过泥水分离系统压滤处理,经过渣土晾晒,实现干堆,解决盾构施工渣土软、烂问题,为盾构施工渣土处理提供了高效、环保的解决方案,切实保护了生态环境。