

青春上善好活法

不同赛场 冬奥会青年都很拼



京张高铁清华园隧道 涿源国家跳台滑雪训练科研基地

中青报 中青网见习记者 牟昊理 沈秋阳 记者 杨月 通讯员 许家安 姜伟 王登学 刘海龙 郭河 欧阳琨珂 李萍

北京冬奥会激战正酣。赛场内，武大靖带领短道速滑队在混合团体接力中勇夺本届冬奥会中国代表团首金，17岁的苏翊鸣、羽鸣惊人摘得北京冬奥会单板滑雪男子坡面障碍技巧银牌。冰天雪地中，他们勇往直前，发热发光。赛场外，数万名冬奥场馆及相关设施的建设者、服务人员，助力冬奥的故事也格外振奋人心。他们以劳动者的双手托起了奥林匹克的辉煌与奇迹。赛道不同，使命相同，不同的赛场，这些青年都很拼！

跳台科研创新 我们都很拼

玉汝于成，踏雪寻龙！谷爱凌就是今天首钢大跳台的玉蛟龙！2月8日，在本届冬奥会自由式滑雪女子大跳台项目比赛结束后，央视解说员这样评论谷爱凌的历史一跃、耀眼表现的背后，离不开冬奥运动员们日常训练基地的先进配套设施。走进涿源国家跳台滑雪训练科研基地，迎接BIGAIR单板滑雪大跳台建设者李一鸣和于全的，是一阵寒风，这风吹得他们毫无招架之力。作为基地的建设者之一，为更好地助力运动健儿训练，来自中铁十六局的他们曾在这个山头忍受了547个日夜的寒风。由于施工协调等问题，他们曾连续在半山坡站立近30个小时。如今，运动员第一个夏天能跳的木板大跳台、世界上第一个可以夏季使用的空中技巧跳台、世界上第一个两项比赛赛道

可转换使用的跳台(单板滑雪大跳台和空中技巧两项比赛项目)这3个世界第一。有了它，我国结束了国家跳台滑雪项目运动员长期赴国外训练的历史，其配套的风洞实验室对帮助运动员提升竞技成绩更是起到了突出的作用。跳台训练速度快，时间只有短短几秒钟，风洞可以在运动员做滑行、起跳、飞跃动作时，让运动员练习时间延长到10分钟以上，大大提高了训练效率。运动员去国外做滑行、起跳、飞跃等动作的训练时，100米的跳台，大家只能排队20分钟训练一轮，真正跳的时间也仅有10多秒。现在运动员们的训练时间从十几秒变为十几分钟，大大提高了训练效率。于全说。

打造冬奥会重要交通保障线

将镜头从冬奥赛场转到位于清华大学旁边学院南路下方15米处的清华园隧道，作为冬奥会重要交通保障线，京张高铁进入城市核心区的最后1公里，它的建设也是一场速度与激情的比拼。京张高铁全线通车运营后，张家口进入北京一小时生活圈。现在，北京市民周末想来张家口滑雪，只需要追一部剧的时间就到了。

作为京张高铁全线唯一一条采用盾构法施工的隧道，为安全穿越诸多风险源，隧道在设计、施工、管理方面突出智能建造。所谓盾构法施工，来自中铁建十四局的青年建设者祖昕介绍说，就是使用大型的前端带刃的盾构机，前边挖土，后面出土，边挖掘，边加固。是地铁施工的先进行方法。我们在施工过程中用的天佑号盾构机的正常推进速度是0.002千米每小时，即使在旅游城市也无暇顾及美景。它是中国铁路开始的地方，是冬奥会重要交通保障线，是连接京津冀的经济动脉。可对祖昕而言，它更是一条通往家乡的路，他以能参建这样一条通往家乡、体现中国速度的铁路而自豪！

为运动员拼出 超级幕墙

你生来就是高山，而非溪流。北京

冬奥会，金博洋战胜了金博洋！2月10日，花滑男单自由滑比赛中，金博洋创造了个人本赛季最高分，央视解说员不禁感慨。可以说，金博洋滑出了自己最美的冬奥记忆。

承担国家短道速滑、花样滑冰训练及科研任务的国家体育总局冬季运动管理中心综合训练馆冰场，同样美丽。之所以称为冰场，是因为它的外表很像冰上运动滑行时留下的冰痕。夜晚灯光亮起，方圆结合的外形，宛如冰场上冰痕一样的立面，与周边环境相得益彰。我们2200多名同事，奋战了1096个日夜，终于挖出穿越北京二环至五环的6020米。祖昕说，对于京张高铁这条冬奥会重要交通保障线来说，这种速度差，更是中国速度的一种展现。

这次，我们为运动员拼出如此美丽的超级幕墙，也拼出了我们自己的职业新高度，我对自己未来的建筑生涯有了更大的憧憬。刘亚飞谈及修建冰场的感受时，眼中充满了骄傲。

场馆整个幕墙的外立面尺寸不一，非常复杂。其在大家看到的这一道道冰痕与双曲面造型下，藏着10多种幕墙系统设计。刘亚飞介绍幕墙时表示，为了裁剪出这一套幕墙，我们需要把每一处铝板形状、角度、面积、尺寸、曲率数据，逐一设计，逐一编号，再找厂家

为每位旅客传递温暖

从北京市西北六环沿着兴延高速出发，40分钟便可抵达延庆赛区，两小时便可抵达张家口赛区。田小芳是兴延高速上的一名收费员：给您票，祝您一路平安。这样的话，她每天要说上百次。收费员是一个平凡的岗位，在不到3平方米的岗亭里，她一坐就是几个小时，面对的是成百上千辆过路的汽车。

如何帮助行动不便的乘客、如何为外国友人提供高效的问询服务、如何减少与乘客的距离感等，他们接受了两个多月的培训。兴延高速一线收费员目前均能熟练流利地运用日常英语和手语进行沟通交流，现在大家都开玩笑说我是英语说得最好的收费员。田小芳笑着说。

春节期间，喜庆的鞭炮声不绝于耳，当每家每户围坐在一起吃团圆饭的时候，他们作为在收费亭里，看着车辆有序通过，作为冬奥保障后备军的一员，为旅客们传递着温暖。

何为中国力量，不仅有青年运动员在赛场上的争金夺银，也有幕后青年场馆建设者的只争朝夕、青年服务人员的无私奉献。今天的冬奥之城，处处能感受到中国青年奋斗的向上力量。

夫妻俩生活上互相信任，工作上理解支持。作为工程人的家属，黄琴学会了承担，更理解了龚华东挂在嘴边的选择这份事业，就是选择了漂泊、辛苦和奉献。这句话的含义。

二人平时聚少离多，最长一次是两年没见，丈夫连续5年没在家过年。黄琴独自照顾家里3位长辈和2个孩子，包揽全部家务，使丈夫能全身心投入工作。黄琴说，每当自己听丈夫谈起工程中的进展时，每当看到中哥两国一路建设新闻时，她更加理解了舍小家，为大家，这句话的意义。

当晚10点20分，挂断视频后，黄琴安抚两个儿子入睡。14日早上6点，她要准时起床准备早餐，喂小儿子吃完饭后，再去上班。

你在哥斯达黎加援建 我在防疫一线坚守

作，尽心撑起整个家庭。援哥斯达黎加城市供水项目建成后，将有效缓解卡尼亚斯市供水不足和贝贝德罗市地下水钾元素超标问题，是让数百万市民喝上放心水的民生项目。

该项目是公司首次进入美洲市场，存在对当地法律、经济、文化及自然环境不熟悉的情况。2019年4月开工以来，龚华东带领团队克服技术标准不一、物资运输周期长、沟通困难等挑战，翻山越岭现场勘察，数次优化施工方案，一步步将项目带入正轨。

项目于2020年8月22日顺利通过中期验收，并获得优良成绩，于

2020年、2021年，先后荣获卡尼亚斯市政府发来的表扬信、感谢信；并于2022年1月顺利通过对外移交验收。

龚华东感慨：在国外，我们就代表着中国形象，大家一心想把工程干好，即使在旅游城市也无暇顾及美景。2020年，防疫物资紧缺、航班停飞，职工出现情绪不稳定等现象。龚华东采取全封闭式管理，制定外出人员防护和报批制度，做好各项生活物资储备，保障项目施工生产与疫情防控工作。

地球的另一边，妻子黄琴也默默奋斗。2022年元旦后，面对郑州市突发

疫情，黄琴跟随安徽医疗队奔赴河南郑州、许昌进行核酸检测工作。她和队友三班倒，每天穿上厚重的防护服，带上双层手套到隔离区为病人采样，口罩常把脸勒出红印，甚至脸都变了形。

2021年5月，六安市突发疫情，黄琴和同事要在3天内完成上万人的核酸检测筛查，她与同事不知疲倦地通宵作战。工作看似简单，实际上琐碎而细致，不允许出现丝毫失误。面对日益增多的标本，黄琴等人一边用机器提取，一边进行手动提取，重复标本接收、编排、提取、加样、离心、震荡、混合等数十个流程。

本报安徽六安2月13日电(中青报 中青网记者王海涵 王磊 通讯员邓洁) 老婆，今年春节假期我又不能陪你们，项目刚验收，我必须坚守收尾，希望你们理解。儿子们都是男子汉啦，祝你们健康快乐！

爸爸，你工作辛苦了，等你回来，一起吃冰糖葫芦！北京时间2月13日晚10点，黄琴带着两个儿子与远在哥斯达黎加的丈夫龚华东视频连线。此时，哥斯达黎加是13日早上8点。

龚华东38岁，2008年进入中铁四局工作，在多个基层项目奋战，现任中铁四局援哥斯达黎加城市供水项目部经理。黄琴是安徽六安市第二人民医院主管检验师，防疫工作中，她冲锋在前。她还不遗余力支持丈夫工

温暖一平方

中青报 中青网记者 张曼玉

叔叔 俩给我们讲一下刚刚的案例吧！叔叔 遇到危险了我们该怎样报警啊？在重庆市秀山县鸢秀小学的课堂上，一群孩子正围着青年民警提问。日前，重庆铁路公安处秀山车站派出所 边城铁警助学团(以下简称 助学团)的青年民警走进鸢秀小学开展温暖一平方 寒假安全课堂活动。青年民警通过自制的PPT，向同学们讲解如何安全报警、有效自救，并邀请同学们自编自导案件情景剧、创作安全漫画，青年民警还展示了常见的毒品样品，教育引导大家加强防毒、禁毒意识，在青年民警的指导下，师生们持盾牌、握钢叉，模拟处置了一场校园安全突发事件。

这是一堂意义非凡的课。鸢秀小学的文老师说，助学团的青年民警每年都会到学校开展普法宣传活动。形式丰富的课程，让孩子们更深入理解了安全的重要性。这堂安全课相当于寒假第一课，希望能够帮助提升孩子们的自我保护意识和能力。在接受中青报 中青网记者采访时，秀山车站派出所团支书、助学团负责人丘仁杰说，助学团 已经成立4

年了，目前有20名成员，平均年龄30岁。

温暖的边城铁警助学团

除了到学校开展活动，充当法治老师外，助学团 成员每月定期走进留守儿童的家，义务为学生补习功课、赠送学习用品、开展心理辅导。成员们通过老师或者村社干部事先了解清楚小朋友的家庭情况、学习成绩等基本信息，有针对性地准备他们喜欢的课外书籍、文具，以及粮油、口罩等生活用品。在和小朋友们聊天的过程中，了解他们的学习、生活情况，有没有遇到什么困难，为他们讲家庭作业、复习功课，倾听他们开心和不开心的事，同时也跟他们分享自己的成长经历，鼓励他们树立远大理想，积极向上生活。我们也会结合一些时间点，举办活动。比如去年是建党100周年，我们邀请小朋友们来到红色革命基地，学习革命故事，前段时间的110中国人民警察节，我们也邀请小朋友来到派出所，一起参观警用装备，了解警营文化。丘仁杰说，在一次走访中，妙泉镇一个小朋友我想坐火车出去看看的愿望让 助学团 民警泪目。

助学团 成员何立均回忆，这个小朋友的父亲患有间歇性精神病，母亲有眼疾，一家人都靠父亲做零工维持生



重庆铁路公安处秀山车站派出所 边城铁警助学团 青年民警给孩子们展示常见毒品。

活。在一次法治安全讲座后，何立均问这位小朋友 长大了想做什么，他回答说 我想坐火车出去看看。这句话给了何立均很大触动。这个不爱说话、性格内向的小朋友，让我知道了开展 助学团 活动的重要性，同时也激励我一定要把帮扶活动坚持下去。何立均说。

此后，助学团 对这个小朋友重点帮扶。慢慢地，孩子从 沉默不语

到 无话不谈，小朋友和 助学团 民警成了好朋友，学习成绩也大大提高，于2021年以全校第三名的优异成绩考入秀山县城的一所中学。

成立至今，助学团 已跟踪帮扶5名留守儿童，他们均以优异的成绩考入县城中学。

每一次助学活动，都是一份爱的传播。助学团 成员胡景泰分享，每次给小朋友讲评作业，看着他们眼睛里

一微心愿

未来属于青年，希望寄予青年。作为新时代青年团干，我们要始终坚持党建引领，聚焦为党育人的主责主业，夯实基层共青团组织基础，推动县域共青团组织改革试点工作走深走实，更好地服务青年，凝聚青春力量，勇担时代使命，以实际行动迎接党的二十大胜利召开！

在新的一年里，希望看到自己的科研结晶与长征一同飞天，与天宫一同相伴，与航天员一同遨游，探索宇宙，观测浩瀚星空。希望新的一年，自己的工作零失误，百发百中不白费；希望自己在新的一年成为一名资深软件设计师，带领同事攻坚克难，助力建设航天强国。

闪烁着对知识的渴望，自己就会更加明确地感受到助学活动的意义。

助学团 成员杜晓说：每位小朋友都是善良的天使，虽然有些个别的孩子性格上有些顽劣孤僻，但都是由于缺少了父母的陪伴。我们虽然不能时时刻刻陪伴在他们身边，但通过助学活动，带他们开拓视野，教会他们树立理想并为之努力，就是让我们最欣慰的事了。

秀山车站派出所青年民警平时的作主要是跟来往的旅客和违法犯罪分子接触，工作状态难免严肃。但开展助学活动时，他们被孩子们的热情和天真感染着。正如中国青年报 温暖一平方 这个主题，我认为温暖是相互的。通过助学活动，我们给孩子们带去了安全知识和学习物资，孩子们的纯真善良也温暖着我们，提升了我们的社会价值感，增强了我们的职业认同感。我们的成员中有很多也是从农村走出来的，看到这些孩子，就想起了自己小时候，希望我们能成为他们的成长成才自己一份绵薄之力。丘仁杰说。

丘仁杰期待，加入中国青年报 温暖一平方 后，能和全国青年一起向上向善，用双手去温暖更多需要帮助的孩子。他也期待 助学团 能开展更多有意义、有收获、有成效的活动，将 助学团 活动公益化，寻找更多帮扶助学的方法，不仅能够温暖这一平方，也能持续将温暖传递给更多的人。