# 在『尔滨』拼出新疆『冰雪奇旅』

□ 侯辉

第九届亚冬会的赛场上，新疆健儿以两天斩获八块奖牌的实力证明：强势崛起的冰雪“疆引力”，不仅在“尔滨”拼出了一程新疆“冰雪奇旅”，也为中国冰雪运动版图增添了一抹亮丽的“新疆红”。

各族健儿不断突破历史，书写新疆冰雪运动新篇章。从巴亚尼·加林、迪妮格尔·衣拉木江摘金夺银创造新疆冰雪运动新纪录，到两届冬奥会老将田芮宁一天之内囊括两枚奖牌再到三位小伙布鲁尔、哈那哈提·木哈买提、赛木哈尔·赛力克增金添铜……亚冬会开赛两天，新疆姑娘小伙接连为国增光，不断上演过去30多年新疆冰雪人想都不敢想的激情时刻。这一幕幕的惊喜瞬间，不仅是奖牌的突破更是新疆冰雪运动的豪迈宣言——天山脚下的冰雪，已淬炼出世界级的光芒。

这一程“冰雪奇旅”绝非偶然。新疆拥有得天独厚的冰雪资源，处于“世界冰雪黄金纬度带”，但长期以来，受限于基础设施和人才培养的不足，新疆冰雪竞技水平与优质资源不相匹配。近年来，随着国家对冰雪运动的重视，以及巩固和扩大“带动三亿人参与冰雪运动”成果，新疆冰雪产业及冰雪运动迎来了新的发展机遇。各项措施的出台及冰雪场所的提档升级，激活了新疆人刻在骨子里的冰雪天赋，一批批优秀的冰雪人才脱颖而出。

这一程“冰雪奇旅”意义非凡。首先，他们为新疆冰雪人终结了过往无数次的“意难平”，在今天的松花江畔，他们展现出新疆冰雪运动的巨大潜力，为新疆冰雪运动未来的发展注入强大信心。其次，“新疆板块”是中国冰雪运动事业不可或缺的拼图，新疆冰雪运动的崛起，丰富了中国冰雪运动的人才储备，为中国在国际冰雪赛事中增添了新疆力量。此外，新疆冰雪健儿在亚冬会的舞台上展现风采，让亚洲各国更好地了解新疆冰雪文化和体育精神，也在冰雪赛场讲述着团结拼搏的新疆好故事。

从阿勒泰岩画中的人类最早滑雪身影，到亚冬会领奖台上的新疆健儿，这片土地用万年时光书写着对冰雪的挚爱。今天，新疆冰雪人在哈尔滨拼出的不仅是一程“奇旅”，更是一条通向未来的光明之路。期待在接下来的赛程中，新疆冰雪健儿们继续努力拼搏，让天山雪莲在松花江畔绽放出更迷人的姿态，为祖国赢得更多荣誉。

# 巴亚尼，从驯鹰人家滑出的亚洲冠军

□石榴云/新疆日报记者 黄兴

“我今天的比赛状态很好，但还有一些技术点需要弥补，比如下坡转弯没有把速度带起来，可能损失了一两秒的时间。”2月9日的亚布力滑雪场，夺冠后的巴亚尼·加林早已习惯了在细节上精益求精。正是这种对完美的执着追求，让她一步步走上了亚洲冠军的领奖台。

在亚冬会越野滑雪女子5公里（自由技术）比赛中，巴亚尼以12分07秒5的成绩遥遥领先。她的阿勒泰老乡迪妮格尔·衣拉木江落后3.6秒获得亚军。这是中国新疆运动员首次站上亚冬会冠军领奖台，也是中国女子越野滑雪队在该项目上的重大突破。

2月9日，巴亚尼·加林在比赛中。

3年前的北京冬奥会，22岁的巴亚尼初登国际舞台。在张家口崇礼的国家越野滑雪中心，她与队友们共同创造了中国队在冬奥会越野滑雪女子4×5公里接力比赛中的历史最好成绩——第10位。这一成绩不仅打破了欧洲选手对该项目的长期垄断，更为中国女子越野滑雪的发展奠定了坚实基础。

巴亚尼的成长经历仿佛就是为越野滑雪这项运动量身定做。1999年12月，巴亚尼出生于阿勒泰地区吉木乃县萨吾尔山脚下的一个牧民家庭。这里冬季漫长，白雪覆盖大地，为她日后从事滑雪运动提供了得天独厚的自然条件。

巴亚尼的爷爷是当地著名的驯鹰猎人。驯鹰需要极大的耐心，这项传统技艺也培养了巴亚尼坚韧不拔的性格。她的父亲加林·阿吾巴克尔不仅继承了家族的驯鹰技艺，同时也是一位热爱文学的诗人。她的母亲则擅长刺绣，在当地很有名气。在这样一个充满诗意与力量的家庭环境中，巴亚尼从小就展现出非凡的运动天赋。

从5岁起，巴亚尼就开始帮助父母照顾年迈的爷爷。童年时代，她常常骑着马与父母一起转场放牧。9岁时，她甚至独自解开缰绳，骑上一匹未驯化的烈马，在广阔的雪原上奔驰。这段经历不仅锻炼了她的勇气，也为她日后从事极限运动打下了坚实基础。

2017年，为备战北京冬奥会，中国越野滑雪队在全国范围内展开跨界跨项选材，巴亚尼凭借800米跑项目的优异表现入选。面对女儿的选择，父亲加林虽然不舍，但还是给予了坚定支持：“无论做什么事，决定做了，就别后悔，就一定要做到最好。”

经过层层选拔，2019年，巴亚尼从几千名备选队员中脱颖而出，正式入选国家队。2022年北京冬奥会是她职业生涯的重要起点，尽管未能完全发挥出最佳水平，但这场比赛为她积累了宝贵的经验。

如今的巴亚尼已经站在新的起点上。2月12日的女子4×5公里接力赛将是她本届亚冬会的收官之战。这位年轻的选手正朝着更高的目标迈进——2026年米兰冬奥会。对她而言，亚布力的冠军只是一个新的起点。

“我的传统技术还需要加强，特别是上肢力量方面还有提升空间。”巴亚尼的目光已经投向更远的地方。在越野滑雪这个竞争激烈的领域，她还有很长的路要走。但正如她的家乡萨吾尔山终年不化的积雪一样，巴亚尼对滑雪的热爱和追求永远不会停歇。

# 阿勒泰冰雪健儿取得好成绩的背后……

□ 记者 董世菊

2月8日至9日，第九届亚洲冬季运动会上，雪上、冰上项目捷报频传，截至9日，来自新疆阿勒泰地区的冰雪健儿代表中国队在亚冬会越野滑雪、滑雪登山、速度滑冰比赛中取得2金1银3铜的好成绩。

“这些孩子太争气了，我为他们感到骄傲和自豪。”2月9日，阿勒泰地区文化体育广播电视和旅游局越野滑雪教练员马军说，从8日上午开始，他就一直关注着赛况。8日，来自新疆的中国越野滑雪运动员迪妮格尔·衣拉木江、赛木哈尔·赛力克在越野滑雪女子个人短距离（传统技术）、越野滑雪男子个人短距离（传统技术）项目中获得铜牌。守在电视机旁的马军激动得热泪盈眶。

“第一次看到赛木哈尔，就觉得这个孩子很有潜质，是冰雪项目的好苗子。”马军说。

赛木哈尔2005年出生于阿勒泰市红墩镇多拉特村，原是阿勒泰市红墩镇学校的学生。自2018年开始，阿勒泰地区一批有条件的学校积极开展冰雪运动课程和上雪、上冰实践活动。阿勒泰地区大力实施“雪都雏鹰展翅工程”，创新开设特色体育课，将滑雪、滑冰项目搬上中小学生课堂，在校园播下冰雪运动的种子。

受益于此，当年13岁的赛木哈尔通过冰雪体育课接触到滑雪运动，便爱上了这项运动。经过马军教练培养，2020年，赛木哈尔与2名阿勒泰队友一起被送到新疆越野滑雪队接受系统训练。赛木哈尔的第一副竞技越野滑雪板是马军赠送的，勉励他刻苦训练，不断进步和提高能力，成就自己的梦想。

不负众望，在2020年举办的全国越野滑雪青少年锦标赛中，初出茅庐的赛木哈尔获得了第一名的好成绩。2024年，在第十四届全国冬季运动会越野滑雪青年组男子个人短距离（传统技术）比赛中，赛木哈尔斩获金牌。

和赛木哈尔一样，受益于“雪都雏鹰展翅工程”的还有阿勒泰地区第二高级中学高三学生高乐。

9日，正在阿勒泰市萨尔阔布越野滑雪场参加阿勒泰地区青少年越野滑雪冬季训练的高乐，在得知师哥、师姐们在第九届亚冬会上摘金夺银的好消息时，激动得又多滑了十公里。“太振奋人心了，祝贺师哥、师姐们取得佳绩，希望他们在接下来的比赛中再创辉煌。”高乐说，今年准备报考哈尔滨体育学院，系统学习冰雪运动知识。

本届亚冬会，阿勒泰地区文化体育广播电视和旅游局体育科科长杨霆，担任越野滑雪项目的终点裁判。看到新疆运动健儿冲过终点，杨霆说：“他们一次次突破自我，我为他们感到骄傲和自豪。”

多年来，阿勒泰地区依托丰富的冰雪资源和适宜的气候条件，在推广普及冰雪运动、培养冰雪人才方面下足了功夫。各地学校积极开展冰雪体育课程和上雪、上冰实践活动，如今，阿勒泰地区冰雪运动特色学校达49家，是全疆冰雪特色学校最多的地区。2018年以来，阿勒泰地区累计投入595万元为冰雪运动特色学校配备补充冰雪运动或替代项目器材。此外，常态化举办阿勒泰地区青少年高山滑雪、越野滑雪、滑雪登山、速度滑冰、冰球、越野滑轮、高山轮滑、单板陆冲、速度轮滑等特色冰雪赛事。一系列赛事活动，激发了青少年拥抱冰雪运动的热情，提升了冰雪运动水平。

“看着迪妮格尔、巴亚尼、赛木哈尔、布鲁尔……从校园走向亚冬会，我们特别自豪，目前还有一批我们输送的好苗子正在新疆越野滑雪队训练。这些年，一批学生走向竞技场，更多的孩子们通过‘冰雪进校园’活动爱上冰雪运动。今后，我们将持续举办青少年滑冰、滑雪等赛事活动和冬令营活动，并会同教育部门持续推动体教融合，厚植冰雪人才基础，努力走好冰雪运动和冰雪人才培养之路。”杨霆说。

# 《怦然“新”动的冬天》全网话题阅读量达1.74亿

**新疆日报2月10日讯（石榴云/新疆日报记者刘萌萌）**2月7日，《怦然“新”动的冬天》第二期节目播出后，截至2月9日，全网相关话题阅读量累计达1.74亿。

第二期节目中，在丝绸之路山地度假区的艾文大道，冬奥会冠军周洋，演员王丽坤、麦迪娜，歌手姜潮以及主持人杜海涛5位嘉宾潜心钻研滑雪技巧，从最初的战战兢兢到后来的自由驰骋，每一次摔倒后的重新站起、每一点微小的进步，都被镜头细腻捕捉。随后，几人在当地牧民的带领下，跨上骏马穿梭在雪山森林中，沉浸在广袤天地间。夜晚，在美丽的星空下，嘉宾们围坐在一起唱歌，静静分享内心感悟。

节目播出以来，不少网友表示：通过节目，体验到了新疆冬日多彩的冰雪文化，感受到了新疆冰雪经济的活力。在微博上，#怦然新动的冬天#话题阅读量1.1亿、讨论量3.2万；在快手平台，该节目多次登上热点榜单；在央视频，该节目播出不到24小时便吸引10.5万人次观看。

2月14日20时15分，《怦然“新”动的冬天》第三期将在新疆卫视、丝路视听、爱奇艺、腾讯视频继续播出。

# 再入六金 创造历史

**新华社哈尔滨2月10日电（记者王恒志 岳冉冉）**哈尔滨亚冬会10日决出7金，中国队豪取其中的6枚，金牌总数达到21枚，创下历届亚冬会参赛最好成绩。

黑龙江省冰上训练中心速滑馆里，《义勇军进行曲》三度奏响。当日速度滑冰全部3枚金牌均被中国队收入囊中。高亭宇先以0.02秒的微弱优势力压日本选手森重航，夺得男子500米冠军；又与队友廉子文、宁忠岩合作，夺得男子短距离团体追逐金牌。女队则又一次让三面五星红旗同时升起，杨滨瑜、韩梅、太智恩分获女子3000米前三名。本届亚冬会有三金入账的高亭宇坦言不知道这会不会是自己最后一届亚冬会，“（这次）我的关键词是努力，相信大家一起努力，中国速度滑冰会越来越好”。

有人收获成绩，有人追逐梦想。中国香港队选手朱定文本届亚冬会兼项短道速滑和速度滑冰，足足报名了8个小项，堪称这几天冰上训练中心的“串场王”。虽然距离登上领奖台还很远，但朱定文很开心，从北京冬奥会时的冰上“独苗”，到如今和队友一起参加接力比赛，他说已经实现了好几个梦想。

而更多来自热带地区的运动员们，也在亚冬会赛场上追逐着自己的梦想。不管成绩如何，他们都希望自己能有机会站上更多国际赛场，希望自己的家乡能有更多孩子参与冰雪运动。

在亚布力，刚夺得本届亚冬会自由式滑雪空中技巧男子个人冠军的20岁小将李心鹏，携手34岁的北京冬奥会冠军徐梦桃和齐广璞，轻松摘得空中技巧混合团体金牌。徐梦桃说：“混合团体赛代表着一个队伍的整体实力，它同时展现了一个项目当中男女运动员共同的水平，很荣幸我们能拿到冠军。”

在实力强劲的日本队仅派出年轻选手的情况下，单板滑雪大跳台项目也成为中国队的舞台。今年1月首夺国际雪联世界杯冠军的杨文龙以绝对优势夺得男子金牌，他的队友姜鑫杰获得银牌。熊诗芮和张小楠包揽女子冠亚军。

当日，“中华体育精神颂·哈尔滨亚冬会站”在哈尔滨冰雪大世界启动，游泳奥运冠军张雨霏和花样滑冰冬奥冠军韩聪化身讲解员，在冰天雪地中传递中华体育精神。

单日再夺6金，中国代表团在本届亚冬会已夺得21金18银15铜，21金也创造了中国代表团参加单届亚冬会历史最佳成绩（此前为2007年长春亚冬会的19金）。韩国队目前以11金10银9铜排名奖牌榜第二，日本队以4金4银9铜排名第三。

# 元宵节来了 创意汤圆成“爆款”

**本报讯（记者 古扎丽·阿布都热西提 阿丽娜·阿依登）**2月10日，记者走进阿勒泰市某超市，只见冰柜里摆满了各种口味的汤圆，价格从几元到十几元不等。榴莲汤圆、柿柿如意汤圆、巧克力汤圆、大花生汤圆、芝士酸奶汤圆……这些汤圆不仅口味独特，外观也颇具创意，吸引了不少顾客驻足挑选。

该超市负责人杨建军介绍，除了芝麻、花生馅等传统汤圆外，今年推出了零蔗糖汤圆、果仁汤圆、水果汤圆等新品，以满足消费者的需求。其中，黑芝麻、豆沙馅等传统口味深受中老年人喜爱，年轻人则倾向于尝试各种新口味和小型水果汤圆。

今年65岁的阿勒泰市民张阿姨在接受记者采访时说：“现在的汤圆更注重健康了，老年人血糖高，我今天特意买了一些无糖黑芝麻汤圆。”张阿姨的话反映了当前消费者对健康饮食的关注和追求。

连日来，阿勒泰市市场监管部门对汤圆产品进行了抽检。同时，对商家的销售行为进行检查，严防价格欺诈、虚假宣传等违法行为，确保消费者能够买到安全、放心的汤圆。

**温馨提示：**消费者在挑选预包装汤圆时，要注意查看生产日期是否在保质期内，仔细阅读配料表，了解产品成分，特别是易过敏人群应查看是否含有致过敏成分。同时，建议选择在正规渠道购买产品，避免购买到假冒伪劣汤圆。如遇质量、价格等问题，可拨打12315进行投诉举报。

# 甲流来袭，如何科学应对 这份防护指南请收好

科普阿勒泰
阿勒泰地区科学技术协会

近期是呼吸道疾病的高发期，呼吸道传染病传播风险增加。流感病毒阳性率正持续上升，几乎均为甲流，人群对流感病毒普遍易感，尤其抵抗力弱的老年人和儿童随时可能“中招”。多地疾控中心紧急提醒，呼吁做好个人防护。

那么，究竟什么是甲流？它有哪些症状？又该如何预防和治疗呢？

**◎甲型流感（简称甲流）**

流感病毒分甲、乙、丙、丁（或A、B、C、D）四型。其中甲型流感传染性最强、最容易发生变异，几乎每次流感大流行都是由甲型流感病毒引起。

甲流是一种由甲型流感病毒引起的急性呼吸道传染病，潜伏期一般为2~4天。

典型症状为突发高热，体温可达39℃~40℃，伴畏寒、头痛、肌肉关节酸痛、乏力、食欲减退等全身症状，也会出现咳嗽、咽痛、鼻塞、流涕等呼吸道症状，部分患者会出现呕吐、恶心等胃肠道不适。

甲流有一定自限性，但易引起其他并发症，如细菌性肺炎、心肌炎等。

甲流与普通感冒不同。普通感冒少有全身不适，多以上呼吸道症状为主，但体力、食欲多无明显变化，很少出现明显头痛、肌肉酸痛等全身不适。

甲流的症状往往更为严重，传播速度也更快，且甲流病毒具有高度的变异性。

**◎甲流的传播途径**

甲流以空气飞沫传播为主。

当感染者咳嗽、打喷嚏或说话时，含有病毒的飞沫散布在空气中，被周围的人吸入后就可能感染。接触被病毒污染的物品，再接触口鼻，也可能感染。

人员密集场所，病毒传播风险较高。

**◎甲流的治疗**

若出现疑似甲流症状，应及时前往医院就诊。检查常通过鼻咽拭子检测确诊是否感染甲流。如确诊甲流，则给予相应的治疗。

发病48小时内使用抗病毒药物治疗效果最佳，但必须在医生的指导下使用，不可自行增减剂量或停药。

当然，并不是说发病在48小时内未接受流感治疗就没有效了，只是抗病毒治疗的效果要差些。高危人群超48小时进行抗病毒治疗依旧有益。

因此，要及早检查、及早就医、及早用药。

若出现发热、头痛、肌肉酸痛等症状，可使用解热镇痛药缓解。出现咳嗽、咳痰症状，可使用止咳祛痰药物。多休息，多喝水，保证充足的水分摄入，以促进身体新陈代谢，帮助恢复。

**◎甲流康复后的注意事项**

保证充足的睡眠，让身体得到充分休息，有利于快速康复。

均衡饮食，选择易消化且富含营养的食物，如鸡蛋、牛奶、鱼肉、蔬菜、水果等。

避免剧烈运动，以免加重身体负担。建议先进行轻度的活动，再逐渐增加运动量。

预防二次感染要保持良好的个人卫生习惯和生活方式，避免前往人员密集场所。

**◎甲流的预防**

1.尽量避免前往人员密集、空气不流通的场所。如必须前往，最好佩戴口罩。

2.接种流感疫苗，是预防甲流最有效的手段。建议在流感季节来临前，尤其是老年人、儿童与孕产妇这类免疫力低下人群，以及有基础疾病的高危人群，应及时接种疫苗。

3.勤洗手，使用肥皂和流动水，按照七步洗手法彻底清洁双手。咳嗽或打喷嚏时，用纸巾、毛巾等遮住口鼻，避免飞沫传播给他人。

4、保持室内空气流通，每天定时开窗通风，每次通风时间在半个小时以上。在人员密集场所，更要注意通风换气。

（据《科普中国》）

## 拍卖公告

本公司受委托对富蕴县可可托海镇3号矿坑景区7间商铺租赁权及3号矿坑景区游客中心内一商铺租赁权进行公开拍卖。

申请人可于2025年2月12日至2月26日，到阿勒泰地区嘉合拍卖有限公司（联系人：肖经理 13565826655，地址：富蕴县额河商厦三楼313室）提交书面申请（详细信息请见拍卖文件）。本次采用增价方式，按照价高者得的原则确定竞得人。

阿勒泰地区嘉合拍卖有限公司
2025年2月12日

## 声明

◎吉木乃县达丽哈·赛尔江出生医学证明（出生证编号：U650153139）丢失，声明作废。

用煤炉取暖
要保持门窗通风
避免一氧化碳中毒

阿勒泰地区融媒体中心