



百岁老太太弗里思

# 世界铅球冠军是个百岁老太太

不过她参加的是100岁至104岁年龄组的比赛,而且选手就她一个人

虽然已是白发苍苍,但澳大利亚百岁老太太鲁思·弗里思10月10日的夺冠之旅却显得极为轻松。只见她走上赛场后,捡球、深呼吸、用力一推,就将重约4.08公斤的铅球推出了4.27米远。整套动作非常流畅,令在场的观众惊呼不已,弗里思也凭此一举成功夺得了世界大师锦标赛女子100岁至104岁年龄组铅球冠军。

## 实力出众

本届世界大师锦标赛10月10日至18日在澳大利亚悉尼举行,来自全世界95个国家和地区的28292名“运动健将”参加了本届全球规模最大的体育赛事。就连奥运史上参赛人数最多的一届——2008年北京奥运会——的参赛选手也不过11526人。

弗里思夺得冠军的精彩一幕就发生在10日开幕当天的比赛中。不过,必须说明的是,参加该年龄组女子铅球比赛的选手只有弗里思一人,其他潜在的竞争者要么已经无力举起那个重量,要么没有来悉尼。

“虽然我也知道,只要自己参加比赛就一定能够赢得金牌,但那样对我来说太没意义了。我要向所有人证明,我现在依然有能力夺得冠军。”弗里思赛后接受记者采访时说。

## 竟然不吃蔬菜

“真应该喝一杯庆祝一下,”一位澳大利亚体育运动官员高兴地对着弗里思说。不料,弗里思回答说:“不了,谢谢。我从不饮酒也不抽烟。这

种时髦的庆祝方式不合我的口味。”

于是,有人接着询问弗里思,她是否拥有非常健康的生活方式,比如每天都吃大量的蔬菜。然而,弗里思的回答再次令所有人倍感意外,她说:“哦,老天呐!不是这样的。我从儿童时代起就不再吃蔬菜了,我讨厌蔬菜的味道,我喜欢吃面包和肉食。”

原来,弗里思的坚持锻炼弥补了各种可能会由“不够健康的饮食习惯”引起的身体缺陷。不管弗里思要到哪里去,她都尽量步行。弗里思还每周5天定期进行推举杠铃训练,她推举的杠铃重达36.29公斤。

## 活跃分子

弗里思已被认为是本届国际体育赛事的最活跃分子之一。她的努力不仅为自己赢得了悉尼奥林匹克体育中心现场观众的满堂彩,而且也深深地鼓舞了其他项目的参赛选手。90岁的加拿大老太太

太奥加·科泰乌科就是在弗里思的鼓舞下,一举打破了业已保持了9年的该年龄组女子铅球世界纪录。

世界大师锦标赛每4年举办一届,包括了众多的体育项目,参赛选手的年龄可以从20多岁到100多岁,当然比赛时要根据年龄进行分组。首届世界大师锦标赛1985年在加拿大多伦多举办时,参赛人数并不多。但是到了2002年,当该项赛事在澳大利亚墨尔本举办时,参赛选手就已经接近2.5万名,是2000年悉尼奥运会参赛人数的2倍多。

当被问到是否准备参加4年以后的下届世界大师锦标赛时,弗里思回答说:“其实,我每天都在准备着。时间对我来说已经不再重要了,我不会

去想自己已经达到100岁或即将超过100岁。人们应该快乐过好每一天,而不是过于关注自己的年龄。”中国日报



这个动作与刘翔的跨栏有得一拼,不过人家是赤脚哦

“圣诞老人”赤脚跑来参赛。不错,他的名字的确叫圣诞老人

## 发现美洲不成立? 哥伦布 走下神坛渐成“坏人”

10月12日是航海家哥伦布“发现”美洲的纪念日。近几年在美国学校,哥伦布的地位有所下降,许多老师开始尝试用更平衡的角度介绍他的“另一面”,即哥伦布抵达加勒比海以后所发生的事情,包括给当地土著居民带来的苦难。

“整个术语运用都改变了,”得克萨斯州农工大学教育和人类发展系的执行助理主任詹姆斯·克拉赫特介绍说,“人们不再像以前那样爱用‘发现’这个词,‘哥伦布发现美洲’,如果本

来就有人生活在那里,那怎么说他他发现美洲呢?”

在得州,五年级的小学生开始了解到哥伦布不仅仅让黄金、粮食和其他货物在大西洋两岸间流通,同时移民也带来了疾病,害死许多本地的土著居民。在一家幼儿园,老师告诉学生,哥伦布是“多么卑鄙和专横”。

今年匹兹堡附近的一所小学里的学生还“审判”了哥伦布,学生们指控他犯有盗窃罪,并且判处哥伦布无期徒刑。在他们的眼中,哥伦布是个“坏家伙”。中国日报

## 华盛顿同性恋者游行 为了平等 让妈妈和妈妈结婚

10月11日,华盛顿数万同性恋支持者参加游行,呼吁保护同性恋者权益。此前一天,奥巴马总统称要废除军中同性恋禁令。

游行示威的人来自美国各个地区,他们汇集在美国国会大厦和白宫附近,许多人挥舞着彩旗和呼吁同性恋平等权益

的牌子,叫喊着,“嘿,奥巴马,让妈妈和妈妈结婚”“我们走出来了,我们很自豪,我们不会退缩”。一名男子的蓝色T恤上写着:“两个爸爸比一个好。”游行队伍中也有许多小孩。

美国全国有色人种协进会主席朱利安·邦德把同性恋权益斗争和美国民权运动紧

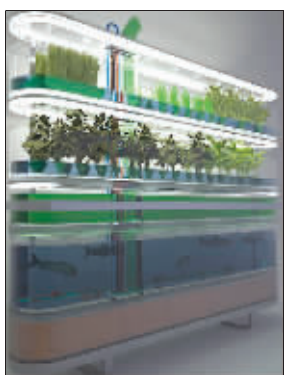
密地联系在一起,他表示男女同性恋都不应该受到歧视。

游行组织者克利夫·约内斯担心奥巴马会违背他的竞选承诺,他说以前见过太多的政治人物背信弃义,他不想看到这种情况再次出现。

游行队伍里包括几位名人,一位是美剧《欲望都市》里的女演员辛西娅·尼克松,她是一个女同性恋并打算和女性结婚。另外一位名人是朱蒂·谢泼德,自从她儿子因同性恋身份遭杀害后,她就成为一个同性恋权益的坚定支持者。游行者还希望奥巴马能废除婚姻保护法,因为它规定一个男人和一个女人的婚姻才合法。中国日报

曾经的脏乱差将变得绿色、环保、节能……

## 未来厨房里有“菜田”有“鱼塘”



这套“自足式生物农场”既有“菜田”还有“鱼塘”,能提供蔬菜瓜果和新鲜鱼虾

伦敦著名的约翰·刘易斯百货公司早前启动了一项雄心勃勃的发展计划,专门研究怎样在大幅降低能耗和水耗的前提下保证生活品质,而研究的重点之一是未来的厨房科技。

一些科学家提出了许多令人耳目一新的大胆设想,并正在将它们变成现实:比如免水洗衣机和洗碗机,它们可以通过发射声波将污垢震碎达到清洁的效果;再比如“智慧冰箱”,不仅可以分析并显示储藏菜肴的配方,甚至会

自动将剩菜剩饭打包,将腐坏的食物处理掉。

不过,未来厨房里最具革命性的设施要算“自足式生物农场”了。这套外形有点像玻璃橱柜的设备共分为两大部分:上半部是“菜田”,可以在营养液“土壤”中栽培瓜果蔬菜,顶部的照明系统将保证植物有充分的光照;下半部则是“鱼塘”,可以养殖鱼虾、藻类和其他水产品。只要厨房有了这套设备,菜场和超市都不

需要,全家人天天都能享用到最新鲜的鱼虾和蔬果。

除了便捷外,“农场”还有一大特点就是节能,系统收集的氢气可以作为氢能汽车的燃料,来自“菜田”的氧气运输到“鱼塘”可以让鱼虾活得更欢畅。细心的主妇也许要问鱼缸脏了怎么办,别忘了里面还住着小虾,它们完全可以扮演“清道夫”的角色。

科学家表示,未来要在厨房使用这套设施,必须在房屋建造时就提前做好准备,而建筑师们已经在使用3D技术考虑相关设计。约翰·刘易斯百货公司的产品主管肖恩·阿兰说,未来20年内人们的生活将发生重大变化,曾经油烟弥漫、脏乱不堪的厨房将越来越绿色、环保和节能。

中国日报

## 改头换面,不用再犹豫 动动鼠标 百变造型任你挑

你是否为寻找合适的造型花费不少时间和金钱?你是否因“手拙”而未见过自己化妆成功后的光彩照人的样子?英国一家化妆网站推出模拟化妆软件,只需点击鼠标就能看到不同化妆品用在自己脸上的效果。

化妆网站 DailyMakeover.com 推出改良版的虚拟化妆程序“化妆工作室”,想尝试变换造型的人只需注册一个免费账户再上传一张照片,即可开始“改头换面”之旅。供“试用”的化妆品品牌多达40余种,包括香奈儿、迪奥、兰蔻等诸多知名品牌。

虚拟化妆可谓省时省力。比如画眼影,在网上只需选好眼影种类,并用鼠标点出形状即可。而在现实生活中,想要打

造完美眼妆得小心翼翼层层涂抹,初学者为此可能得花上10多分钟。

除虚拟妆容外,网站的另一功能是虚拟发型。

短发是不是更能衬托我的脸型?我要是换个发色会不会更好看?也许你偶尔会冒出这样的想法。不少人对眼下流行的齐刘海和复古“波波头”等发型心动不已,却惟恐自己不适合而不敢轻易花钱尝试。在这个网站上,这些问题可迎刃而解。

这个网站固然可以省去不少麻烦,但不能提高你的实际化妆水平。专业化妆师对此持否定态度。他们认为,网络模拟化妆体会不到手感,不能获得实际经验。新华社

中国体育彩票  
CHINA SPORTS LOTTERY

超级大乐透大派送 2元可中1500万

**3元可中2400万**

10月14日全新升级

详情请见省内各体彩销售站点