

快报爬楼大赛,两百名市民摩拳擦掌—— 4分钟爬上28楼,小伙速度堪比电梯



昨天中午,东宇大厦一楼大厅格外热闹。两百名市民选手换上T恤、跑鞋,摩拳擦掌。原来他们全是来参加快报爬楼大赛的。参赛者大多都是活力十足的年轻人,也有上了年纪、想要自我挑战的老人。最快的人是24岁的面点师刘伟,他只用4分钟就爬上了东宇大厦28楼顶层。

快报记者 钟晓敏 王凡 沈晓伟



我最领先



即将超越



参加爬楼大赛的选手做出胜利手势 快报记者 路军 摄

小伙爬楼速度堪比电梯

现场,不少人忙着伸展、压腿,做着准备运动。由于人数众多,比赛分成两批进行,每批包括男女两组,因此会产生4名冠军。随着裁判员的一声令下,男女两组分别向着楼道出发了。男选手中有七八名步履矫健,轻轻松松就组成了“第一小

队”冲向了最前方。记者一看大家速度这么快,赶紧乘电梯直达28层顶层。

没想到,记者刚到顶楼,一旁的楼梯口处就传来阵阵欢呼,原来冠军已经跑到了终点!“这速度都快赶上电梯了!”冠军刘伟是名身材瘦高的小伙子,肌肉结实,身手利落,一看就是个运动高手。刘伟今年24

岁,来自泗洪,家门口就是洪泽湖,从小就是游泳健将。“以前有朋友参加过类似的爬楼比赛,听说很有意思。这次就想来体验一下。”他说一直是快报忠实读者,每天的报纸都必读。这不,一看到报道,就第一时间来报名了。

能获得冠军,刘伟有秘诀:先慢跑,后发力。他说自己本来跑得不快,前面还有好几名选手精力充沛,冲在前头。当到了第八第九层的时候,大家的脚步都开始放慢下来,“之前我都在保持实力,等大家都跑不快了,这才冲刺,很轻松就到了最前面。”

戏剧学校兄妹都成冠军

这次爬楼大赛还吸引了江苏戏剧学校十来个同学组团来参加!到底是有练功的底子,同学们看上去都有专业范儿,穿着运动装,出发前,个个都是胸有成竹的样子。女子一组比赛结束后,她们没像很多人一样坐下喘粗气,而是安静地走到一旁压腿,用这个办法缓解疲劳。女子冠军的赵文希就是其中一员,她介绍,现在和同学们在东宇大厦11楼一个教育机构上课,听老师介绍快报举行爬楼大赛,于是就和大家一起来了。

在颁奖仪式上,当赵文希见到男子组其中一个冠军就乐开了,因为这正是她戏剧学校的师兄张清宇,更巧的是两人的参赛号码都是31号。两人笑着说,其现在在练功时间也不多,都靠过去底子打得好。他们除了收获了快报准备的丰厚礼品,青和物业物业经理支兴雷,还给他们送上了手机充值卡。

重在参与,检验自己

冠军虽然风光,但是很多参赛的读者都不是冲着这头来的。“我爬上来啦!”73岁的申忠杰老人在男子二组比赛里爬到终点时,格外开心。得知自己得了第11名,离取得名次只有一步之遥,老人一点也不遗憾,“我就是来参与参与,检验一下我的身体过不过关。”老人说,他从来没有一次性爬过这么高的楼,但是每天都骑车两小时去接小孙子,“看起来,我平时骑车锻炼还是

很管用的。”

50岁的王桂花参加爬楼大赛也是抱有重在参与的心态,当她满头大汗地登上顶楼,也是非常兴奋:“我都不相信我能爬上来。”她说,这次爬楼对她来说是完成了一次自我挑战。

成为“福星”,连呼幸运

丰厚的奖品让选手们笑逐颜开。前三名花100元就能订全年快报,另外还能获赠草鸡蛋一箱。要是跑不快也没关系,因为当天所有参赛的市民还能获得一次当选“福星”的机会:每个人抽个小纸条儿,如果上面写着“福星”两字,就能获得快报免费赠送的全年报纸。

谁会这么幸运?只听人群中传来一阵欢笑,原来幸运之神光顾了20岁的小伙子耿涛。“200号人里,偏偏你抽到了,运气太好了吧!”周围人纷纷向他祝贺。“真没想到,意外之喜啊!”耿涛说,虽然爬楼没有拿到前几名,但能成为“福星”,还是非常开心。他当即决定,把这全年的报纸送给自己的一名补习老师。

爬楼大赛将持续 欢迎更多写字楼参与

“快报举办的爬楼比赛非常有意义!”昨天,不少读者表示因为要上班没能参与,十分遗憾。在此,我们给大家透露一条好消息:这项活动将长期举办下去!以后,我们每周会选一家商务写字楼,举办爬楼大赛!我们也欢迎办公一族或者各大商务写字楼的物业公司,拨打快报热线96060,提前与我们预约。

为了鼓励大家投入到这项有益运动中,在每一期的爬楼大赛中,我们都会设置“撞福星”活动,幸运者可以获赠一份全年《现代快报》。

对于前10名爬楼者,我们也有奖励。具体为:前3名爬楼者,可以100元每份的优惠价格,订全年《现代快报》,并赠送草鸡蛋一箱;第4-10名读者,可以180元每份订全年《现代快报》,并赠送色拉油一瓶。

没有获奖的爬楼读者,则可获得现代快报赠送的小礼品一份。

2015年底前 有效商标要超5万件



昨天,在南京市商标战略实施大会上,国家工商总局副局长付双建(右)向南京市人民政府授“国家商标战略实施示范城市”牌,南京市副市长陈刚副市长接牌。

近年来,南京市制订出台了一系列品牌强市工作措施。目前,全市注册商标已达3.4万件,其中,中国驰名商标39件,省著名商标209件,市著名商标428件。昨天正式出台的《南京市商标战略实施意见》明确,到2015年底前,全市有效商标注册总数要超5万件,行政认定驰名商标力争达100件,省、市著名商标总数力争达1000件。为此,市政府还与各区县分别签订了商标战略实施三年目标责任书,将商标培育计划细化分解落实到各区县,并纳入目标考核体系。快报记者 路军 文/摄

一天两颗维E 老人得了乳腺癌

快报讯(通讯员 刘洋 记者 刘峻)很多老人在用高档补品的时候,因为过量摄入雌激素,导致出现乳房方面的疾病,甚至有的男性,也出现乳房增大的现象。昨天,明基医院在万达广场举办了“关爱女性,粉红丝带行动”大型乳腺癌筛查公益活动,专家对老人过度进补的现象忧心忡忡。

有位82岁的老太太来到明基医院,向医生诉苦,年龄大了,乳房也感觉不舒服,一检查发现竟然是乳腺癌。专家于是对她的生活习惯开始了调查,发现这名老人的女儿长期生活在海外,总是定期给老人邮寄维生素E,据说可以避免中老年后出现的乳房萎缩,还可以延缓衰老。在女儿的劝说下,老人每天就吃两颗,还没有一年,乳腺癌就出现了。明基医院放射科主任医师郑凯尔告诉记者,维生素E可以促进雌激素的大量分泌,增加乳腺疾病发生几率,不仅在南京,其他地区也有发现类似的病例。所以维生素E一般一天一颗就够了,吃多了容易生病。

据明基医院普外科张洪海副主任医师介绍,早期乳腺癌经过适当的治疗,10年生存率可达90%以上。

在医院擅长的是看病 来比赛拿手的是英语

快报讯(通讯员 李珊 孔晓明 记者 刘峻)昨天下午,南京市卫生局团委举办“妇幼杯”青年英语风采展示大赛。全市12家市属医疗卫生单位参加比赛,全部使用英语,以舞台情景剧、诗朗诵、个人演讲等多种表演形式,充分展示了南京医疗工作者的风貌。鼓楼医院选送的《爱的继承》、南京市妇幼保健院选送的《新生儿的守护神》、南京市儿童医院选送的《天使的心》、南京市中医院选送的《在蔡桓公去世之后》等剧目,生动展现了各单位在医疗卫生服务理念、医疗卫生救护、病患之间的爱与信任,传递着“医乃仁术”的真情之意。

南京新增69个新地名

“黄天荡”老地名又复活了

快报讯(记者 项风华)相传南京市东北一带的芦苇荡是当年著名的古战场黄天荡所在地,如今沧海桑田,黄天荡已不是当年铁马金戈的古战场,而是人们休闲度假的好去处。记者昨天从南京市地名办获悉,第三季度地名命名公告出炉,南京又新增了69个新地名,其中最为引人注意的就是,恢复了“黄天荡”这个老地名。

世忠路、云高路、天圣路、四豪路、崇福路、长芦路……在新增的69个新地名中,最吸引人的是位于六合区南京化学工业区的19个新路名。“这些新路名取得非常有寓意,有的是摘自古诗词,有的是取自历史典故,当时南京的多位地名专家参与了讨论。”昨天,南京市划地名协会常务理事薛光介绍,比如“云高路”,就取自李白《送当涂赵少府赴长芦》诗句:“维舟至长芦,目送烟云高”中的“云高”二字而得名;“崇福路”,则是因梁武帝时期因建崇福禅寺

后成著名古刹,遂改长芦为崇福镇,路以古镇得名。

最重要的还是“黄天荡路”,因此地处古代“黄天荡”区域,取南京非物质文化遗产老地名“黄天荡”而得名,这也意味着又复活了一个老地名。历史记载,南宋建炎三年秋,金兀术统兵南下,占领了建康,接着连破临安、越州、明州。宋高宗赵构一直逃到海上,才没成为金兵俘虏。金军大肆掠夺之后北撤,途中遭到南宋名将韩世忠的拦截,发生了著名的黄天荡之战。南接“黄天荡路”的“世忠路”则取自南宋抗金名将韩世忠之名。

薛光表示,自从南京恢复使用老地名以来,已经有不少消失的老地名再次复活,如秦代老地名江乘,明清时候的老地名万竹园,还有前不久刚刚恢复的专诸巷——南京唯一一个以古代刺客命名的地名。“老地名只有真正让它们用起来,才谈得上实现了保护。”

同乐共游 其乐融融



金色的十月秋高气爽,南京市半山园小学附属幼儿园的小朋友和老师们为了庆祝重阳节,邀请爷爷奶奶们在同乐共游中欢度重阳节,中大班的孩子们和爷爷、奶奶参观认识了一些常见的耕种工具,一起拔萝卜、采摘无花

果,切身感受了收获带来的喜悦之情。小班的孩子们和爷爷、奶奶来到了中山植物博览园,一起玩游戏,一起做手工,爷孙们其乐融融在一起,真是又温馨、又感人,老人们好像又回到了从前,回味自己年少孩童时光。