

“奥林皮业”杯首届世界文学之都朗诵大赛总决赛 朗诵嘉年华收官 高手对决太精彩



颁奖典礼现场

都说“高手在民间”，不信？来看看这场朗诵盛宴你就明白了！12月29日下午1点，由江苏省朗诵协会、现代快报、紫金信托有限责任公司主办，南京市女性阅读联盟、江苏省企业文化研究会宣传部、江苏省声乐学会宣传部、江苏旗袍文化传承基金协办，江苏奥林国际皮业有限公司承办的“奥林皮业”杯首届世界文学之都朗诵大赛总决赛，在江苏饭店举行。现代快报+·ZAKER南京对此次决赛进行全程直播。



扫码回看直播

现代快报+·ZAKER南京见习记者 周明 徐可 记者 白雪银/文 赵杰/摄

选手来自各行各业，因朗诵聚在一起

“我是鹰——云中有志！我是马——背上有鞍！我是骨——骨中有钙！我是汗——汗中有盐！”……决赛现场，一位选手正激情昂扬地朗诵自己的“青春誓言”。

台下，许多人举着相机，要把这些精彩的瞬间记录下来，回去和更多的朗诵爱好者分享。

现代快报记者了解到，这些参赛选手来自各行各业，他们朗诵的内容也不尽相同。有人赞颂母爱，宛若涓涓细流；有人感叹时光流逝，在叹息中寻找生命的宁

静；有人为祖国的强大而骄傲……

这场朗诵盛宴不仅吸引了众多朗诵爱好者，还邀请了诸多文化界的名人大咖保驾护航。参加评审的评委有：江苏省朗诵协会会长、国家一级演员高英，国家一级演员、江苏省演艺集团节目主持人、江苏省朗诵协会理事孙娜坚，国家一级演员、中国音乐家协会会员、江苏省声乐学会常务理事许蓉，南京师范大学博士生导师、教授魏南江，江苏省朗诵协会会员、南京市音乐家协会会员、南京市鼓楼区文化局原局长刘传俊。

动情演绎，她们用朗诵传递母爱

决赛现场，今年56岁的王燕朗诵了《妈妈，你不要再老了》。王燕说，每当朗诵这个作品，眼前都会浮现妈妈的面庞。王燕告诉现代快报记者，前两年父亲去世，母亲一度很伤心，她一直陪着母亲，希望她可以度过一个幸福的晚年。“朗诵成了我的业余爱好。”上学时，王燕曾是校里的播音员，退休后参与街道组织的朗诵培训班，平常没事都会去上课。因为十分动情，王燕刚朗诵完台下就响起阵阵掌声。

“自从认识了那条奔腾不息的大江，我就认识了我的南方和北方……”音乐响起，准妈妈徐亚婷朗诵起《我的南方和北方》。“我是来自江苏省妇女儿童活动中心的一名老师，平时很喜欢朗诵。”身怀六甲的她表示，朗诵大赛的文化氛围浓厚，“从海选到决赛，一路闯过来还是很辛苦的。不过因



选手动情朗诵

为喜欢，什么困难都能克服，也是给未出生的孩子做了一次很好的胎教。”

评委给选手点赞，感叹“高手在民间”

选手的表现精彩纷呈，观众也看得津津有味。观众席上，83岁的沈奶奶告诉记者，她叫沈作驰，是一名退休教师。“刚才一位选手朗诵《妈妈，你不要再老了》，让我很感动。虽然我老了，可是我也有妈妈，我也想念自己的妈妈。”

除了高龄老人，比赛现场还有不少小朋友。柯女士专门带着7岁的女儿来观看比赛。“孩子现在上一年级，想带她来感受下文化的气息，对她将来写作文也有帮助。”柯女士说，“现场就是一个知识的海洋，感觉特别棒，希望这样的活动能多多举办。”

评委也被选手们的精彩朗诵所打动。此次大赛的评委，国家一级演员、省朗诵协会会长高英说，她要给现场所有选手一个

大大的赞，果然“高手在民间”。

现代快报社党委书记、社长赵磊代表主办单位致辞。他说，各位朗诵者把现场变成一个朗诵的嘉年华，世界文学之都不仅需要名家大师，更需要文学爱好者、朗诵者，现代快报将一如既往地支持大赛一届一届举办下去。

本次朗诵大赛共评选出个人赛和团体赛各10个获奖名额，奖项设置为冠亚季军和最佳创意奖、最佳人气奖、最佳魅力奖等7个最佳奖项。谢克、宿瑞明、徐亚婷分获个人赛冠亚季军；陆琪团队、杨济铭团队、珍珠朗诵艺术团分获团体赛冠亚季军。此外，组委会还为南京市浦口区特殊教育学校团队颁发“最佳励志奖”。

越来越多的人过年送西洋参

年终岁末，年货“开锣”。明年春节来得比往年早，眼下的消费市场已经有了浓浓的年味，你的年货开始准备了吗？广电惠民生活馆孙店长介绍，为了给年味加料，“年货节”现推出进口西洋参0.78元/克起，免费切片活动，为市民带来岁末年初的狂欢盛宴。

买来自己吃，回馈亲友都合适

“以前买的西洋参，品质虽不错，可价格少则十几块一克，多则几十块一克，现在好了，‘年货节’上，加拿大进口西洋参只要0.78元/克，上门尝试买了一些，吃下来还不错，关键价格实惠，趁过节多囤些，给亲戚朋友也分一分。”

“西洋参一般都买来自己吃，年底回馈亲朋好友也是特别好的。”张女士打进惠民热线

表示，“常年服用西洋参，疲劳感减少了。”因此，张女士家里经常都会采购西洋参来食补。“不仅我们自己可以吃，逢年过节，有亲戚朋友来做客也可以一起食用。既健康又有面子。”

家住仙鹤街的王阿姨说：“加拿大出产高品质的西洋参，我在惠民生活馆只花了390元就买到了一斤，感觉自己占了大便宜，今天过来是想趁着活动多买点，送人都特别拿得出手。”

一到冬季，西洋参变身“香饽饽”



步入冬季，人体都会有一些不适，容易出现虚烦燥火、皮肤干燥、口干口渴等“燥象”，也会出现神疲倦怠、食欲不振、睡意连绵、哈欠不断等“乏象”。面对燥乏，除了每天保证充足的水分摄入和健康的饮食起居，不妨用点西洋参。众所周知，参类多温热，补气往往生火，而西洋参入心、肺、肾经，性凉、味甘、微苦，能补气养阴、清热生津，可算冬季进补、祛燥解乏的上品。

市场乱象，以次充好，市民难辨真伪

随着西洋参需求量一路攀升，一些不法商贩在利益驱使下，动起了歪脑筋。比如以次充好，用劣质西洋参冒充进口参，甚至用白芷、沙参等样子相似但更便宜的中药材，掺在西洋参中售卖。市民王阿姨诉苦，她就曾经遇到过类似的问题：“买的时候没看仔细，回到家拿出参片准备泡水时发现，里面有一些‘西

洋参片’更白一些，拿给懂中药的人一看，说是白芷。”

广电惠民生活馆孙店长介绍，白芷一斤的价格不过5元左右，经常被拿来冒充西洋参的还有沙参，其每斤价格也不过10元。当然，最重要的是，以次充好的药材起不到西洋参的药效，不仅不能进补还可能起到反作用。

买西洋参，你买对了吗？买贵了吗？

如何选购西洋参，是很多市民纠结的问题。家住南京秦淮的张女士称，西洋参是家中必备品，她老公经常熬夜，每天泡一杯西洋参已成了习惯。“买了好多年的西洋参，我还是搞不清楚价格不一的西洋参究竟有什么区别？”张女士表示，有些店员销售时会说，老一点的西洋参价格贵些，效用好一点，进口的西洋参比国产的西洋参贵一倍，效用也比国产的好。又有店员说，知名厂家、知名品牌的西洋参效果更好，价格自然也贵一些……

现在有些人买了这些不道地的西洋参，“本来想去去火的，结果更上火了。”如上的例子比比皆是。



如何挑选西洋参？关键看参龄

西洋参，分产地，更分国产和进口，究竟什么样的西洋参适合普通市民呢？一般来说，买西洋参最好是买干支，没疤痕，没虫蛀，不打蜡，不着色，这样的干支西洋参自己加工，切片打粉均可，很放心。

西洋参作用好不好，与人参皂甙的含量高

低直接有关，一般来说，参龄长的西洋参品质相对好。当然，品相、口味、支位都关系到西洋参的价格，市民们在选西洋参前，最好问清楚，选适合自己的。磨粉、冲泡、煎煮、浸泡饮用皆可。而经过冲、煮、泡后剩下的西洋参也不能扔，可直接放入口中嚼食，还有滋阴补气的益处。

参好价更低，实惠不是到处有

“我们所销售的西洋参都是原产地的。”据广电惠民生活馆孙店长介绍，除了来自原产地的西洋参，还是少量的一些人参产品，“我们不

追求数量的大小、品种的多少，但我们追求质量。只有质量符合我们的标准，才能到馆里来卖。”

据了解，为了能够准确把控惠民生活馆产品的质量，负责人会带领具有多年从业经验的采购团队到各个主要产地去直接采购，“从原产地拿回样品后，还要进行对比、分析，淘汰掉质量不过硬的。”

因为是原产地直供，和经销商比，广电惠民生活馆的西洋参有巨大价格优势。以西洋参整颗为例，价格最低的一款，低至0.78元/克，仅为经销商价格的六成。价格实惠，质量上却没有任何折扣。

惠民热线：025-66065188

惠民地址：江苏广电惠民生活馆南京夫子庙建康路277号（淮清桥向西50米）

公共交通：4路、7路、40路、202路建康路·夫子庙站

地铁3号线夫子庙站3号口向东40米（近招商银行）

广告

