

张雨霏新荣誉： “最美巾帼奋斗者”

期待巴黎奥运新突破

3月8日，“三八”国际妇女节，中央宣传部、全国妇联向全社会宣传发布2024年“最美巾帼奋斗者”先进事迹。黄会林、张荣华、柯晓宾、张雨霏、苏琴、石玉莲、刘菊妍、惠敏莉、付巧妹、左莉10名全国三八红旗手标兵光荣入选2024年“最美巾帼奋斗者”。其中，江苏培养的游泳运动员张雨霏入选，这位游泳20年斩获43枚国际赛事金牌、近百枚国际赛事奖牌的“蝶后”，在入选“最美巾帼奋斗者”后把目标瞄向了2024巴黎奥运会。

现代快报/现代+记者 王卫



张雨霏 新华社发

游泳20年，斩获43枚国际赛事金牌

张雨霏参加游泳运动20年，一共获得43枚国际赛事金牌，近百枚国际赛事奖牌。其中东京奥运会获得2金2银；福冈游泳世锦赛斩获2金1银2铜；在杭州亚运会勇夺6金，荣获亚运会MVP(最有价值运动员)；2023年国际泳联世界杯，摘得6金。她是江苏培养出的中国游泳的领军人物，也是中国泳迷心中的“蝶后”和“霏鱼”。

光荣入选2024年“最美巾帼奋斗者”，张雨霏表示：“体育是社会发展和人类进步的重要标志，是综合国力和社会文明程度的重要体现。”她说，竞技体育事业是一个“青春型”的事业，运动寿命只能维持到一定的年龄。训练是苦的，但有苦也有甜，运动员需要不断挑战，超越自己，才能享受竞技体育的快乐。

面对“最美巾帼奋斗者”沉甸甸的荣誉，张雨霏说：“体育强则国家强，国家强则体育强。我将牢记习近平总书记谆谆嘱托，发挥全国三八红旗手标兵模范带头作用，用自己的专注和努力，展现‘使命在肩奋斗有我’的巾帼风采，为体育强国建设贡献自己的力量。”

期待在巴黎突破东京奥运会的成绩

2024年，是巴黎奥运会的举办之年，如今的张雨霏，又投入到巴黎奥运会的备战当中。从亚运会收获6金、被评为“最有价值运动员”，到世界杯多项分站赛上摘金夺银，再到如今全力备战巴黎奥运会，是什么一直支撑着张雨霏扛住各种压力突破自己？她说：“我从小就有种不服输的天性，更难的挑战、没完成过的目标，我希望能去尝试、去突破。同时也离不开我身边的教练、队医、工作人员等团队的支持，是他们陪我共同熬过了艰难困苦，一起在冠军之路上越走越远。”

张雨霏表示：“在东京奥运会夺得2金2银、实现梦想之后，我和教练开始思考是不是还能做得更好，所以我们为巴黎奥运周期设定了更高的目标。2023年我一共夺得了34枚金牌，并且在杭州亚运会上实现了获得MVP的目标，这给了我很大的自信，同时也更加激励我在巴黎奥运会上再次去实现突破。团队的每一个人一起为了共同的目标，科学训练、克服困难、互相激励，对我来说是很大的鼓舞和力量。”

即便对荣誉等身的张雨霏来说，备战奥运会依然有不少难点、突破点。“巴黎奥运会对我来说是新的挑战，要求我需要有强大的体能储备，并且学会如何合理地分配自己的体能；此外，今年的泳坛中，我可以预期在我的蝶泳主项上也将会面对更强大的对手，有更激烈的竞争，而我自己也还有很多技术细节需要进一步去磨炼优化，这些都是需要我克服的难点。目前感觉自己在体能和下肢力量上还是有进步的，希望能在4月底的奥运资格赛上发挥出应有的实力水平。”

巴黎奥运会是张雨霏的第三次奥运之旅，这一次，她期待突破东京奥运会的成绩。“本届巴黎奥运会，我和教练团队希望能一起突破东京奥运会的成绩，尝试在更多项目上争取更好的成绩。”展望更远的未来，张雨霏觉得，游泳已经是她生命中不可或缺的一部分了，“未来我肯定也要继续为中国游泳事业的发展发挥更多的能量，也希望通过自己的努力让更多人爱上游泳，为建设体育强国，推动全民健身贡献自己的一份力量。”

寄语女性朋友：“不要给自己设限”

去年，张雨霏非常荣幸地成为第十四届全国人大代表，让她觉得自己肩上的责任更重了。她表示：“作为一个运动员，我希望能把在职业生涯中积累的专业知识和资源，更好地惠及广大群众，尤其是青少年。希望通过我们的分享让大家感受到体育运动的乐趣，感受到游泳的魅力，让更多人爱上体育，让体育成为一种生活方式。”

寄语女性朋友：“不要给自己设限”

这一次被评为“最美巾帼奋斗者”，张雨霏也有很多话想对奋斗在各行各业的女性朋友说。“我觉得我很幸运，赶上了中国社会昂扬向上的时代，也赶上了中国游泳最好的一个时代。”她说，“我也一直希望能通过自己的努力让大家看到更多女生在赛场中的可能性，现在，我也正在每一天的训练中为了实现那些更高的理想去努力。我想对各行各业的姐妹们说，在自己的人生赛场上，不要给自己设限，我们每个女孩都可以活出属于自己的精彩。”

打造一支强大的乡村振兴人才队伍



AI学习“课代表”

浙江华腾农业科技有限公司首席信息官 姚雪飞：
广袤乡土，大有可为。
本期金句，一起来学习。

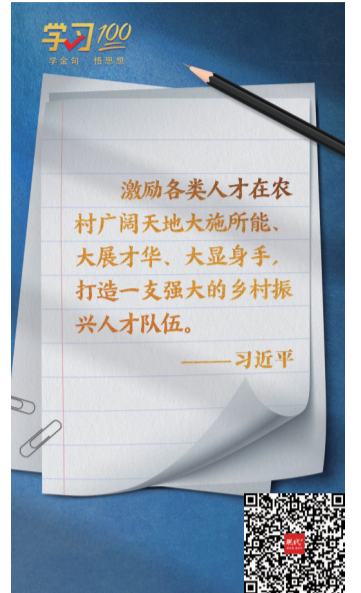
本期金句

让愿意留在乡村、建设家乡的人留得安心，让愿意上山下乡、回报乡村的人更有信心，激励各类人才在农村广阔天地大施所能、大展才华、大显身手，打造一支强大的乡村振兴人才队伍。

——习近平2018年3月8日参加十三届全国人大一次会议山东代表团审议时的讲话

心中有“数”

《“十四五”农业农村人才队伍建设发展规划》提出，到2025年，培育家庭农场主、农民合作社理事长等乡村产业振兴带头人10万人，辐射带动500万新型生产经营主体负责人发展壮大；农业科研人才实现量质双升，“神农英才”等领军人才有效增加；农业产业化国家重点龙头企业企业家超过2000人；返乡入乡创业人员超过1500万人，其中农业创业带头人100万人。



出品 江苏省习近平新时代中国特色社会主义思想研究中心
制作 现代快报+

学习感悟

大学毕业后我回到家乡，投身养猪产业。如今，很多像我一样的80后、90后来到了农村，把青春挥洒在沃野。我们要扎根农村、聚焦农业产业，为农业现代化打开一片新天地，共同书写乡村振兴美丽画卷。

现代快报/现代+记者 王新月

双休日全省晴好 今晨局地有浓雾

现代快报讯(记者 王新月)这个双休日，江苏阳光灿烂，出门踏青可以安排起来。需要注意的是，9日早晨淮河以南东部部分地区有雾或浓雾，10日夜里沿江和苏南地区阴有小雨。

在高空西北气流的控制下，3月8日南京迎来了阳光灿烂的好天气。早晨最低温4.1℃，出门尚有些许凉意。灿烂的阳光本该迅速回温，可升温之路遭遇西北风干扰，二者博弈下最终呈现出13.8℃的最高气温。不过空气愈发干燥起来，大家要及时补充水分。

持续受高空槽后西北气流控制，这个双休日南京天气总体不错，气温稳中小有回升，10日最高气温可达15~16℃。不过，受南支槽东移影响，10日夜里至11日白天，南京有小雨。11日早晨恰逢周一早高峰，建议大家提前安排出行，避免拥堵。

全省来看，最近三天以晴到多云天气为主，气温稳步回升。3月9日，全省晴到多云，早晨淮河以南东部部分地区有雾或浓雾。全省最高

温度12℃左右；最低温度：沿江和苏南地区0℃左右，其他地区-2~-1℃。

3月10日，全省晴转多云，夜里起有一次降水过程。最高温度：西部地区15℃左右，其他地区13~14℃；最低温度：东部地区-1~0℃，西南部地区2~3℃，其他地区1℃左右。

3月11日，沿江和苏南地区阴有小雨，其他地区多云到阴。最高温度：西北部地区19℃左右，东南部地区13~14℃，其他地区17~18℃；最低温度：苏南地区8℃左右，其他地区6~7℃。

南京三日天气

今天 晴到多云 东到东南风3到4级 2~13℃
明天 白天晴转多云，夜里多云转阴有小雨 东到东南风4级左右 3~16℃
后天 白天阴有小雨并渐止转阴，夜里阴转多云 偏西风3到4级 8~18℃

分类广告 刊登热线：025-84783581、13675161757
地址：洪武北路55号置地广场1806室

遗失

遗失 江苏华红文体产业集团有限公司公章，声明作废。
遗失 南京深信延科技有限公司财务专用章、法人章(吴致远)，声明作废。
遗失 南京小驴国际贸易有限公司财务专用章、法人章(吴致远)，声明作废。
遗失 南京市江宁区虞建强建设工程有限公司(统一社会信用代码92320115MA1QT07M57)营业执照正副本各一本，公章、财务章、法人章(虞建强)，声明作废。

潘冬梅(320981198612186749)遗失碧桂园房地产开具的欧洲城玖禧澜湾2幢1单元601室合同一份，合同号202200047975，合同金额392283.00元，声明作废。2024年3月8日
遗失 江苏美凯教育科技有限公司公章、合同章、财务章、法人章(吴继义)、发票章，声明作废。
曹善杰遗失江苏航运职业技术学院学生证，证号：0343221030，声明作废。
遗失 玄武区豪杰旭百货经营部公章，声明作废。



中宣部宣教局 中国文明网