

## 《弘扬残奥精神·展现时代成就①》

标枪运动员孙鹏祥：

全力奔赴下一个赛场

本报记者 郭帅

9月10日傍晚，记者联系到内蒙古运动员孙鹏祥时，他的声音低沉而嘶哑，“刚睡醒，还在倒时差。”

北京时间9月8日凌晨，在巴黎残奥会田径男子标枪F41级决赛中，孙鹏祥以44.72米的成绩获得银牌。

“场上一分钟，场下十年功。”为了这场比赛，他付出了常人难以想象的努力。

这是他第三次登上残奥会赛场。作为该项目世界纪录保持者和大满贯获得者，因在准备过程中脚部受伤，此次遗憾地与金牌失之交臂。

“进了赛场状态也不是很好，自己能感觉到。”说话间，孙鹏祥的语气中满是遗憾。

由于先天性发育不良，孙鹏祥的身高只有1.37米，但他却有着超强的爆发力，不断在各大赛场上崭露头角，书写传奇。

“与标枪结缘始于2011年。”33岁的孙鹏祥告诉记者，“那时候还在上学，就边学习边训练，两头都没耽误。”

相比其他运动，田径项目训练相对枯燥，需要更能吃苦、更耐。虽然很苦，但在训练中，我慢慢感受到了自己的爆发力和对身体的掌控力，也因此越来越自信，慢慢爱上了这项运动。”孙鹏祥说。

2016年，孙鹏祥第一次站在残奥会的赛场上，获得了里约残奥会标枪铜牌。当时他就给自己定下目标，要在东京残奥会上夺取标枪金牌。

为了这个目标，连续5年，孙鹏祥几乎每天都要训练6个小时，无数个节假日都是在训练场上度过。

“心中有目标，就不觉得苦，能为自己的梦想拼尽全力也是一种幸福。”孙鹏祥说，“更幸运的是，我国残疾人事业蓬勃发展，从参赛保障到圆梦赛场，祖国是我们最坚强的后盾，也让我们能够心无旁骛、酣畅淋漓地在赛场上追求‘再多1厘米’。”

东京残奥会的赛场上，孙鹏祥以47.13米的成绩再次刷新自己创造的世界纪录，以绝对优势斩获金牌。

东京归来后不久，孙鹏祥成为鄂尔多斯市政协委员，还先后荣获“中国青年五四奖章”“全国五一劳动奖章”等荣誉。

“这也促使我把目光从赛场转向了更多的残疾人身上。”孙鹏祥说，“我从运动中找到了自信，收获了快乐，切身见证了我国残疾人事业的发展，也让更多残疾人朋友体会到这份快乐。”

履职以来，他积极为残疾人体育事业建言献策，提出的《关于拓宽残疾人体育人才培养选拔渠道 推进新时代残疾人体育事业高质量发展的提案》还被鄂尔多斯市政协列为重点提案。“能为残疾人做点事，给他们带去点光，我觉得很开心。”孙鹏祥说。

谈及巴黎残奥会上的失利，作为有着10多年实战经验的“老”运动员，孙鹏祥说，“赛场上没有永远的成功，接受遗憾，调整状态，全力奔赴下一个赛场，也是一种成长。虽然没有卫冕，但仍收到了很多来自社会各界的关爱，很感动。”

“我想，奥林匹克最重要的不是胜利，而是战斗，这也正是体育精神的魅力所在。”孙鹏祥说，作为运动员，他会继续无所畏惧地战斗下去。“接下来我会好好休整一段时间，之后继续努力训练，直面挑战，不断超越自己，争取以更好的成绩为祖国争光。”孙鹏祥说。

## 《全心·权益》

城市，不仅要有高度，更要有温度。比如，“一杯咖啡的温暖”。

今年9月5日是全国第九个“中华慈善日”，《上海市慈善条例》明确“中华慈善日”所在周为“上海慈善周”。9月2日至8日，是《上海市慈善条例》2021年施行后全市举办的第三个“上海慈善周”。

今年“上海慈善周”期间，上海市民政局在全市范围开展“一杯咖啡的温暖”公益主题活动，上海咖啡行业踊跃参与，活动期间每卖出1杯咖啡就捐赠1元钱，支持流动儿童和孤独症儿童关爱公益项目。

1844年上海开埠第二年，咖啡现身上海。1886年，上海虹口区的“生昌咖啡馆”成了上海有记录最早的咖啡馆。如今，上海已成为全球咖啡馆最多的城市。

咖啡，这种舶来品既改变了人们的生活习惯，又融入海派原有的饮食文化，形成了独特的沪上咖啡文化，成为上海市民追求品质生活和社交空间的一种方式，也是上海这座城市的新名片。

“咖啡及衍生饮食，既回味着‘老克勒’的海派情怀，又引领着年轻人的时尚潮流，传递着上海多元包容的文化与善意，涵养着城市精神品格。”在上海市民政局相关领导看来，将咖啡与慈善相结合，拓展咖啡文化的内涵，既能传递公益慈善的温暖，也能展现上海这座城市的温情与魅力。

## 开篇语

随着安放在杜乐丽花园的主火炬台光芒熄灭，2024巴黎残奥会正式落下帷幕。在12天时间里，中国代表团延续神勇表现，取得94金76银50铜、共220枚奖牌的优异成绩，连续第六届位居金牌和奖牌双榜第一。

沉甸甸的奖牌背后，是运动员克服身体残障的困难，战胜自我的勇气和决心，更是中国残疾人事业全面发展、残疾人平等权利得到更好保障的生动体现。

盛会落幕，但那些关于勇气、坚持、友谊和梦想的故事，还在续写，也将激励着每一个人勇往直前。这些故事提醒着我们——中国残疾人事业全面发展、残疾人平等权利得到更好保障，没有终点。就此，我们将开设《弘扬残奥精神·展现时代成就》系列报道，让更多人了解残疾人挑战极限、锐意进取、顽强拼搏的精神，助力残疾人权益得到更加充分的尊重和保障。

## 跆拳道运动员李羽洁：

# “战胜对手，更要战胜自己”

本报记者 郭帅

抵达巴黎的第二天，来自山东淄博的跆拳道运动员李羽洁度过了自己的23岁生日，“那天我许了个愿，战胜对手，更要战胜自己。”

巴黎时间8月30日，夜幕降临，巴黎大皇宫内灯光璀璨。擂台中央，李羽洁与教练郁洁高擎五星红旗，绕场一周后相拥而泣。

当天进行的巴黎残奥会跆拳道女子K44级57公斤级决赛中，李羽洁以11:0的绝对优势，击败土耳其名将甘泽·古达尔夺得冠军，为中国队赢得首枚残奥会跆拳道金牌。

当庄严的《义勇军进行曲》响起，看着五星红旗缓缓升起，李羽洁流下了激动的泪水。“那一刻，感觉所有的付出都是值得的。”在她看来，这枚金牌不仅属于个人，更是中国跆拳道队凝聚力的最美见证。言谈间，李羽洁散发着活力和自信。“这份自信，是体育带给我的。”李羽洁说。

小学时的一场意外，让李羽洁失去了右手，脸上也留下了几处无法愈合的伤疤。“刚出事时很难接受，也不愿意出门。”李羽洁说，“是

体育带我走出了低谷，让我重新找回了自己。”中国残疾人跆拳道起步较晚，东京残奥会前才开始组队参赛。因为在山东省田径锦标赛上取得好成绩，李羽洁被选为首批队员。那年，她16岁。

“最大的难点在于学会掌握身体平衡。”从2017年开始，李羽洁进入青岛市残疾人体育中

心接受跆拳道专业训练。她整日与沙袋为伴，“每天要踢腿上千次。”凭着一股韧劲儿，李羽洁在一次次比赛中崭露头角。

训练虽苦，但教练和队友们发现，李羽洁变得爱笑了，笑起来眼睛弯弯的。

“能够克服训练中的困难，生活中的困难突然都不算什么了，我开始不再为身体残疾而自卑。”李羽洁说。

4年后，东京，跆拳道首入残奥会比赛项目，孤军作战的李羽洁摘铜，成就了中国首枚残奥会跆拳道奖牌。

“一个人出战东京时，特别紧张。这次巴黎残奥会，我们团队出征，心里更有底气了。”李羽洁说，“队员们比赛完都会留在赛场，在旁边为我鼓劲儿，那种感觉特别温暖。”

从东京到巴黎，从“她”到“她们”，队员们一路披荆斩棘，展现出了中国残疾人跆拳道队的精气神。在李羽洁看来，巴黎这枚金牌，源自团队守望相助的力量，“相信通过我们的不懈努力，中国残疾人跆拳道还能‘踢’出更好的未来。”

在李羽洁心中，2023年杭州亚运会未能夺冠一直是个遗憾。拿到过全国残运会冠军、亚洲残疾人跆拳道锦标赛冠军和世界残疾人跆拳道锦标赛冠军的她如今有了新的目标：2026年在日本举办的第五届亚残运会上拿到好成绩，争取实现“大满贯”梦想。

李羽洁告诉记者，她经常思考这样一个问题，究竟是跆拳道选择了她，还是她真的热爱这项运动。“如今我有了答案，这是一场双向奔赴。没有什么理由能让我放弃，这已经成了我现在最大的梦想。”李羽洁说。



## 乒乓球运动员赵帅：

# “赛场上的每一分都拼尽了全力”

本报记者 郭帅

9月10日，河北张家口籍乒乓球运动员赵帅从法国巴黎赶回家中。

上次匆匆一见时，不到百天的孩子刚学会翻身，“如今已经可以坐在餐椅上咿咿呀呀。”赵帅轻轻吻了吻孩子，将一枚闪闪发光的金牌放到了5个多月的宝宝手中。

“这是我能想到给孩子最好的礼物。”接受记者采访时，赵帅激动地说，这份“最好的礼物”来之不易，“赛场上每一分都拼尽了全力。”

熟悉赵帅的球迷喜欢称呼他为“独臂球王”。因为幼时一场意外，他失去了左臂，右手也严重扭曲变形，大拇指失去知觉。为了更好地发力，赵帅常年用橡皮筋把球拍绑在右手上，通过横握球板、弧圈结合等方法快速进攻，让不少网友直呼“太牛了”。

手握多枚残奥会、亚残运会和残运会金牌，此次巴黎残奥会，在很多网友眼里，赵帅卫冕冠军胜券在握。

“其实并非如此，每得一分都非常不容易。”赵帅说，“首场比赛以及半决赛都是‘恶战’，在比分落后的情况下，和队友顶住压力，调控情绪，最终反败为胜。”

北京时间9月1日凌晨，在法国巴黎残奥会乒乓球混合双打17级决赛上，赵帅与搭档茅经典一起站上了最高领奖台，这成为他运动生涯摘下的第五枚残奥会金牌。

采访过程中，赵帅一再提到

“幸运”，“虽然身有残疾，但我找到了自己热爱的运动，并且能够全力以赴地从事自己热爱的事情，这是多幸运的一件事。”

其实，“幸运”背后，有太多看不见的坚持和汗水。从一个喜欢乒乓的热血少年到一名沉着冷静的专业运动员，这条路上充满荆棘与坎坷。

2009年，在河北省残疾人运动员海选中，赵帅被教练组发现，并随队开始专业训练。

“刚去就被泼了凉水，在队里成绩一直是倒数……想过放弃，但运动带给我的那份快乐和自信让我难以割舍。”为了找到适合自己的打法，赵帅在球台前一遍遍磨砺技术，手上长满血泡，再结成茧子。

功夫不负有心人，赵帅开始在各项比赛中取得佳绩：不仅连续四届获得全国残疾人运动会单打冠军和团体冠军，还先后获得伦敦残奥会、里约残奥会单打冠军以及东京残奥会单打冠军和团体冠军，连续四届亚残运会上斩获单打冠军和团体冠军。

体育带给他的，除了一块沉甸甸的奖牌，还让他有了更多机会为残疾人朋友发声。作为河北省人大代表、蔚县政协委员，他一直围绕残疾人权益保障、残疾人体育等方面积极建言献策。

“他一路走来很不容易，能取得现在这样的成绩，很为他感到自豪。”提起丈夫，妻子程琳琳语气中满是心疼，“在赛场上他是英雄，但在生活中，作为健全人，我想做他最坚实的‘左膀右臂’。”

“这次残奥会也留下了一些遗憾，比如单打项目2比3不敌对手与冠军失之交臂。有遗憾就会有更多期待，希望未来能继续为国争光。”展望未来路，赵帅笑着说，“现在这段时间就想好好休息调整下，多陪陪家人。”

# 这座城市的温暖，触手可及

## ——上海“一杯咖啡的温暖”公益活动关爱孤独症儿童

本报记者 顾意亮

合，拓展咖啡文化的内涵，既能传递公益慈善的温暖，也能展现上海这座城市的温情与魅力。

9月2日至8日上海慈善周期间，熊爪咖啡等150余个咖啡品牌、一尺花园等近千家爱心门店，40余个爱心市集咖啡摊位及小红书公益、饿了么平台共同参与“一杯咖啡的温暖”公益主题活动，其中，熊爪咖啡、OALTY咖啡的残障人士咖啡师现场制作手冲咖啡。

爱心咖啡门店每卖出一杯咖啡捐赠1元钱，同时在收银柜或出品区摆放公益项目台卡，积极动员消费者参与爱心捐款，所得善款将用于流动儿童和孤独症儿童关爱公益项目。与此同时，市民每捐一笔款，可得到一张捐款电子证书。

活动期间，还在徐汇滨江、长宁海粟文化广场、武夷新秀汇等举办“一杯咖啡的温暖”爱心市集，通过爱心咖啡义卖、公益项目路演、咖啡技艺

表演、咖啡文化宣传、COSPLAY助场、文艺节目演出等多种形式，吸引公众参与爱心助力。

用“一杯咖啡”传递“温暖”的，还有来自上海市闵行区政协发起的“亮吧咖啡”倡议。

近年来，闵行区政协秉持“做小事、干实事、成美事”理念，以委员“公益行”为号召，关注并推动孤独症群体援助关爱体系建设。

“亮吧”是闵行区书香政协的特色品牌之一，既是政协委员读书学习、交友联谊的空间，也是政协委员协商议政、收集民意的工作站。“亮吧咖啡”这一公益项目作为“亮吧”的延续，旨在大力弘扬慈善文化，更加有效关爱孤独症儿童群体。”据闵行区政协相关领导介绍，“亮吧咖啡”联盟将实践“三个一”：“一块钱”：希望爱心人士和咖啡店每消费一杯咖啡捐出一块钱，用于孤独症关爱援助体系建设；“一粒豆”：希望有条件的咖

啡店选用云南保山小粒咖啡豆，助力上海对口援滇工作；“一个人”：希望有条件的咖啡店为孤独症人士或其他残疾人提供就业实践机会，助力他们更好地融入社会。

目前，上海虹桥机场贵宾厅已积极响应区政协“亮吧咖啡”倡议，加入了“亮吧咖啡”联盟。我们将为更多在此驻足的旅客提供更多了解孤独症的机会，传递更多的支持和关爱，弘扬慈善文化。”区政协第六届委员、上海机场贵宾服务有限公司党委书记李韧说。

“每天喝杯咖啡已经成为生活习惯，在喝咖啡的同时又能举手之劳参与慈善，我感到非常高兴。”市民陆小姐告诉记者，希望类似有趣、好玩、有意义的公益活动能坚持开展，不仅在上海，在全国，也能吸引世界友人一起参与，感受中国的慈善文化。

## 纵览·时讯

### 民政部等21部门联合印发方案——

# 加强权益保障 共促流动儿童健康成长

本报讯(记者 赵莹莹)民政部等21个部门近日联合印发《加强流动儿童关爱保护行动方案》(以下简称《方案》)。这是国家层面首个面向流动儿童群体专门制定的关爱保护政策文件。

据了解，流动儿童是伴随经济社会快速发展和人口流动性增大出现的一类儿童群体。流动儿童长期随迁外出务工父母异地生活学习，在教育、医疗、生活保障等基本公共服务均等化方面容易遇到障碍，部分儿童面临监护能力不足、心理健康关爱不足、精神文化产品供给不足、城市和社区融入困难等问题。

《方案》首次建立了《流动儿童在居住地享有关爱服务基础清单》。清单从幼有所育、学有所教、病有所医、住有所居、弱有所扶、发展保障等6个方面梳理了19项流动儿童关爱服务具体内容。

此外，《方案》还首次部署开展流动儿童精准监测摸排工作。《方案》明确，将随父母或其他监护人双方或一方离开户籍地，跨县域异地居住或生活6个月以上、不满16周岁的未成年人纳入流动儿童监测摸排范围。对监测摸排发现存在家庭生活困难、自身残疾、监护缺失、流浪、心理和行为异常的流动儿童，以及主动提出救助帮扶需求的跨乡镇(街道)的流动儿童，建立重点关爱服务对象信息台账，定期走访探视，加强关爱保护，保障其合法权益。

民政部儿童福利司司长郭玉强介绍说，下一步，各地民政部门要建立以市县级未成年人救助保护机构、乡镇(街道)未成年人保护工作站为主阵地的流动儿童关爱保护基层工作网络，着力推进未成年人救助保护机构实体化运行，选优配强儿童督导员和儿童主任，各地还将加强儿童公共服务设施建设谋划布局，在社区增加儿童服务场所和空间，夯实基层基础，推动方案落实见效。

## 委员快评

### 全国政协委员翟美卿：

# 为流动儿童托起“稳稳的幸福”

本报记者 赵莹莹

《加强流动儿童关爱保护行动方案》(以下简称《方案》)内容全面而细致，充分体现了国家对流动儿童群体的深切关怀，以及对他们相关权益的坚定保护。”全国政协委员、香江社会救助基金会创始人翟美卿表示。

“通过精准的监测和摸排，可以更好地了解流动儿童的生活状况，从而为他们提供更加个性化和有针对性的帮助。”翟美卿认为，《方案》中提出的监测摸排和建立信息台账的工作至关重要，不仅有助于相关职能部门及时、准确掌握流动儿童的数量和需求，而且能够为政策的制定和资源的分配提供数据支持。

翟美卿注意到，《方案》在关爱服务方面，重点从提升家庭教育指导水平、提供心理健康关爱服务、加强精神文化生活服务、开展城市融入服务4个维度加强对流动儿童及其家庭的关爱支持。“这些都非常具有针对性和可操作性。能够有效地改善流动儿童的现状与处境。”翟美卿说。

履职中，流动儿童一直是翟美卿重点关注的群体。“流动儿童需要的不仅是物质上的帮助，更需要心理上的支持和社会上的认同。”在翟美卿看来，《方案》提出的城市融入服务非常具有前瞻性。她表示：“通过开展城市文化介绍、社区环境熟悉等活动，可以帮助流动儿童更快地融入城市生活，增强他们的归属感。”

“希望能够汇聚更多的社会力量，包括政府、学校、家庭、社区和社会组织，共同参与流动儿童的关爱保护工作中来，为流动儿童托起‘稳稳的幸福’。”翟美卿说。



中秋临近，北京市朝阳区安贞街道总工会联合史起齐劳模爱心摄影队开展“团圆中秋，共享美味”传统月饼制作体验活动。与辖区外卖骑手、保安保洁人员等新就业群体代表共享团圆。图为活动现场。 本报记者 贾宁 摄