

本报记者 刘兵

北京冬残奥会的赛程已过半，除了赛场上残疾人运动员们拼搏的身姿给人留下深刻印象外，无论是在各竞赛场馆，还是在冬残奥村，每一条平缓的坡道，每一段牢固的扶手，这些无障碍化设施传递出的温度和关爱也感染着大家。

# 有温度，无障碍

本届冬残奥会，运动员们能够无障碍穿梭于高差900余米的国家高山滑雪中心，能够使用手机APP进行冬残奥村内无障碍路线导航，能够听冬残奥手语播报专业赛事……这些都离不开无障碍环境的建设。

在国家游泳中心，看台无障碍座席及无障碍卫生间均相应增加了尺寸，将在赛后作为永久设施保留……混合采访区的挡板高度，也从原来的1.2米降到了60厘米，让冬残奥运动员接受采访更方便。

在冬残奥会的很多场馆，电梯除了在正常高度设置的上、下按钮外，在距离地面20厘米处还设有一组，轮椅使用者可直接用轮椅触碰按钮。场馆卫生间创新使用了自主创新研发的双位排水控制系统，墙面设有两个控制按钮，上肢残疾或下肢残疾人士都可方便触及。

记者所在的场馆媒体中心也加入了更多无障碍化设施。如低位服务台、无障碍标识、轮椅坡道和辅助板等。

此外，冬残奥会赛时网站也采用了无障碍模式，运用技术手段将有效信息以文档标记的方式注入网站，用户可以借助各种各样的读屏软件，将赛时网页上的信息，通过声音方式进行接收，方便了视障人士浏览冬残奥会网站……这些细节，都彰显出冬残奥会服务的水平和温度。

有了无障碍设施，还必须辅之以相应的无障碍服务。如医疗方面，北京冬残奥会确定41家定点医院卫生机构，开展特殊医疗救助服务培训，在相关场馆提供轮椅、假肢维修等服务。安保方面，制定人性化安检规范，为残疾人接受安检提供便利……

为了使无障碍设施和无障碍服务做到相辅相成，北京冬奥组委对所有场馆团队及服务保障人员进行了无障碍理念、无障碍礼仪、沟通技巧、服务技巧、残奥会服务要点及主要残奥客户群特点等一系列培训和演练。

获得残奥单板滑雪女子障碍追逐LL2级项目金牌的法国选手塞蒂尔·埃南德斯盛赞道：“无论是在冬残奥村，还是在竞赛场馆，中国的无障碍化设施非常完善，各项无障碍化服务的体验也非常好。”

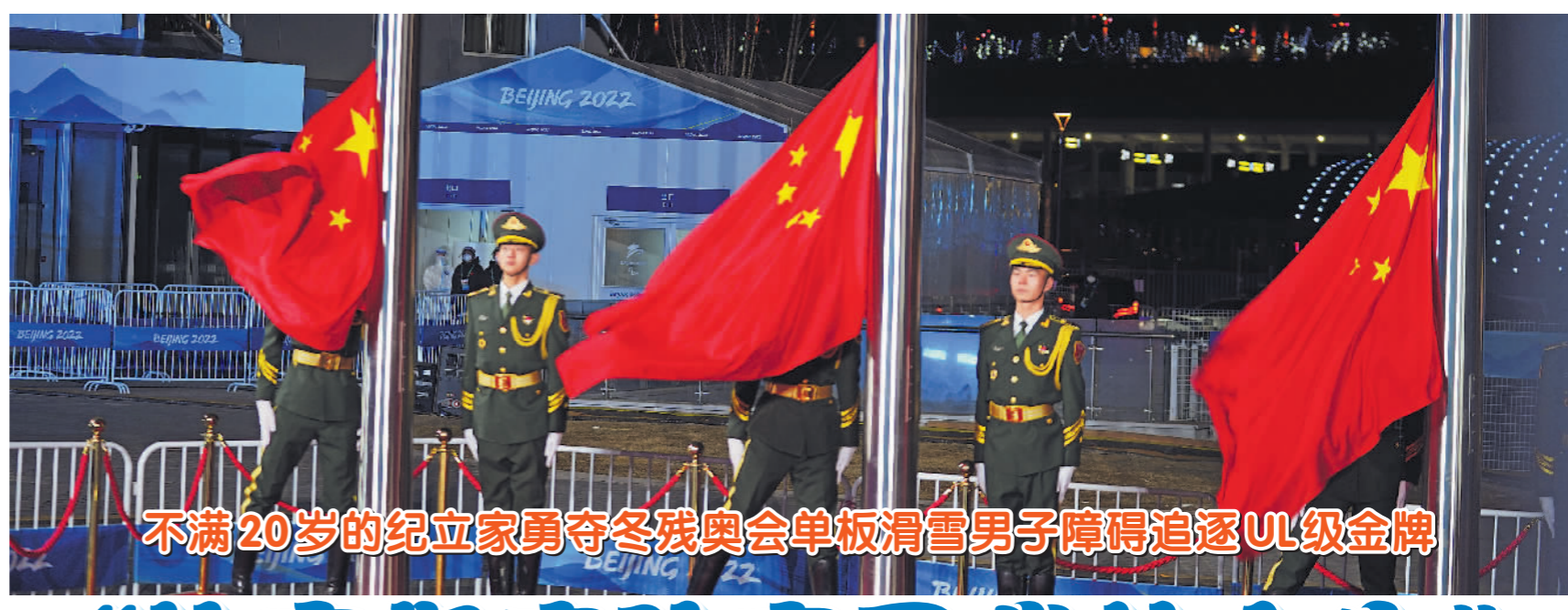
除了消除物理上的障碍外，更需要打破人们内心的障碍。偏见和刻板印象等社会观念，更像一堵难以逾越的“障碍”。残疾人平等参与社会生活，离不开全社会的支持。

这首先需要残障人士自己要勇于跨越，同时也需要社会中每一个人消除对残疾人群体的误解。应该认识到，无障碍环境不仅只是保障残疾人平等参与社会生活的重要条件，也会给我们身边的老年人、伤病人员乃至我们自己带来很多安全和便利，对全社会都具有重要意义。

北京冬残奥会开幕以来，京张地区艳阳高照。本届冬残奥会的各种无障碍设施和贴心服务，如同暖阳一般让每位残疾人运动员都倍感温暖，也让我们共同见证着一届成功的冬残奥会。

(本报张家口3月8日电)

京张随笔



不满20岁的纪立家勇夺冬残奥会单板滑雪男子障碍追逐UL级金牌

# “体育彻底改变了我的的人生”

本报记者 刘兵

3月7日，在北京冬残奥会残奥单板滑雪男子障碍追逐UL级决赛中，出现了令现场全体中国观众兴奋的一幕：站在决赛赛道前的4位运动员全部是中国选手。经过角逐，



3月7日晚，中国选手纪立家(中)、王鹏耀(左)和朱永钢(右)包揽金、银、铜牌。本报记者 突菲涛摄

日复一日艰辛的训练。进行单板滑雪训练时要完成跳跃、腾空、转体等动作，摔倒和受伤可能时有发生。身边的人并不是都支持他练习滑雪的决定。“练体育太辛苦了，何况是残疾人，要拿金牌更是难上加难”。

凭借对滑雪的兴趣和“一定要练出成绩来”的信念，纪立家并没有打退堂鼓。短短两年多的时间里，在河北省残联单板滑雪教练团队的指导下，纪立家进步神速，在国内比赛中屡创佳绩。2018年5月，纪立家得到国家队的召唤，进入残疾人国家单板滑雪队。

进入国家队后，纪立家训练更加刻苦。

残疾人单板滑雪世界杯芬兰站障碍追逐赛中勇夺冠军。

纪立家坦言，由于身体残疾，自己原先是一个非常腼腆害羞的人。通过练习单板滑雪，他积极和教练、队友交流，性格逐渐变得开朗。“我小时候夏天都不敢穿短袖，害怕别人看到我的手臂。我很少说话，也不敢接触家人以外的人。可以说，是体育彻底改变了我的的人生”。

如今，纪立家实现了让五星红旗在冬残奥会赛场上升起梦想。采访中，他提到最多的是国家。“我是一个普通的残疾人，今天获得金牌，能为国家争光，离不开国家这些年的培养，离不开国家对残疾人群体的关爱。我怀着感恩的

心，今后要加倍努力报效祖国”。

纪立家接下来还要出战坡面回转的比赛，他同时鼓励全国的残疾人朋友打破障碍，融入社会，勇敢追求自己的梦想。“我希望残疾人朋友们都能勇敢地走出来，找到自己的兴趣，努力拼搏和奋斗，我们同样能够实现自己的人生价值”。

(本报张家口3月8日电)

压题照片：3月7日晚，在北京2022年冬残奥会张家口赛区颁奖广场举行的单板滑雪男子障碍追逐(UL级)颁奖仪式上，三面五星红旗同时升起。本报记者 突菲涛摄

# 永不凋谢的奥运之花

本报记者 突菲涛

冬残奥运动员手中的领奖花束看似普通，背后却隐藏着一段感人的故事。记者从北京2022年冬残奥会组委会获悉，运动员的颁奖花束出自北京市脊髓损伤者希望之家。这些花束都是手工编结而成，含有七种花卉。

看着获奖运动员们在颁奖仪式上挥舞着美丽的绒线花束，唐占鑫倍感自豪。作为北京市脊髓损

颁奖花束的花枝和主干之间都由铜丝连接，这部分必须编得严丝合缝。“有些获奖运动员可能是没有上肢的，当他们把花束夹在脖子上的时候，不能让这些金属碰到或者刺伤他们。”唐占鑫告诉记者，每束花都经过了严格的质检。

在最初的设计方案中，北京冬残奥会的颁奖花束包括玫瑰、月季、铃兰、绣球、月桂和橄榄，分别象征着友爱、坚韧、幸福、团结、胜利与和平。“我们觉得应该增



伤者希望之家的创始人，唐占鑫也是一名脊髓损伤者。2021年8月开始，她和150余名残疾人及家属志愿者一起，手工制作了500余束北京冬残奥会颁奖花束。

据悉，北京冬残奥会采用手工绒线编结花束作为颁奖花束，既保留了奥运颁奖仪式中花束的形制，又践行了可持续发展的理念，寓意着温暖、祥和，还可以永久保存，成为“永不凋谢的奥运之花”。

北京冬残奥会颁奖花束采用非遗技艺“海派绒线编结法”，每一片花瓣和叶子都要一针一线的手工钩编。编织花束是个考验耐心的技术活，完成一束花要钩织1万多针。

加一朵波斯菊，体现残疾人顽强不息的精神”。最终，唐占鑫和同事们的建议被采纳。

“参与北京冬残奥会颁奖花束的制作，本身也是向世界展示中国残疾人的手工技能和自强不息的精神，还能提升广大残疾人朋友的自信心。”唐占鑫说，期待更多中国残疾人运动员走上冬残奥会的颁奖台，“更多的颁奖花束被中国运动员领走”。

(本报张家口3月8日电)

图为北京市脊髓损伤者希望之家的残疾人和家属志愿者。(受访者供图)

# 中国代表团捷报频传 杨树安解读背后原因

据新华社北京3月8日电(记者姬烨董意行汪涌)在北京冬残奥会奖牌榜上，截至7日，中国体育代表团以7金8银10铜的成绩领先。而在4年前的平昌冬残奥会上，我国刚刚在轮椅冰壶中实现冬残奥会金牌和奖牌“零的突破”。对于这种突飞猛进，北京冬残奥会副主席杨树安解读了背后的原因。

杨树安表示，往届冬残奥会，中国代表团参加的项目少，但这次实现了全项参赛，这背后，最主要的是因为残疾人运动员自强不息、强烈参与社会生活的愿望。与此同时，中国政府始终支持残疾人走向社会，对残疾人事业的全面发展，包括残疾人参与体育运动，提供了大量关心和支持。

“在我国成功申办2022年冬奥会和冬残奥会之后，短短六七年间，残疾人积极参与(冬季)体育项目，这是一个国家综合国力的体现。”杨树安说，“经济和社会的发展了，对残疾人体育事业有了更多的条件去关心和支

持。残疾人又非常自强不息，多种因素综合在一起，毫无疑问，我们取得了成功。”

与此同时，杨树安也表示，冬残奥会不仅仅在于谁拿到了金牌，更要看到残疾人运动员在运动场上忘我拼搏、克服困

3月7日，在北京2022年冬残奥会越野滑雪男子长距离(传统技术-站姿组)比赛中，加拿大选手马克·阿伦兹冲过终点后趴在地上，已经通过终点的中国选手蔡佳云立即上前将他扶了起来。



3月8日，在北京2022年冬残奥会冬季两项男子中距离(坐姿组)比赛中，中国选手刘梦涛获得金牌。



3月8日，在北京2022年冬残奥会冬季两项男子中距离(坐姿组)比赛中，中国选手刘梦涛获得金牌。

本报记者 突菲涛

3月7日，北京2022年冬残奥会第3个比赛日共产生14枚金牌，中国队凭借单日收获1金4银4铜继续领跑奖牌榜。冬残奥会赛场上，各国运动员激战正酣。与此同时，在各地的冰雪运动场地，残疾人大众冰雪运动也在如火如荼的进行。

“虽然摔了几跤，但滑雪的感觉真的很爽，非常开心！”3月8日，河北保定市民侯小玲正在涞源县七山滑雪场练习滑雪技能。当天，她和100多名残疾人朋友参加了保定市第六届“冰雪河北 快乐你我”残疾人冰雪运动季活动，体验了雪地接力、雪地行走等项目。

北京2022年冬奥会和冬残奥会成功举办后，残疾人大众冰雪运动也迎来重大发展机遇。早在2016年，中国残联就制定了《残疾人大众冰雪行动方案》，提出“鼓励更多残疾人与健全人一道参与冰雪运动，逐步满足残疾人参与冰雪运动的需求，提高残疾人大众冰雪运动的参与率，帮助残疾人康复健身、体验快乐、融入社会”的工作目标。

自2016年起，中国残联连续6年举办“残疾人冰雪运动季”，每年11月至次年3月，各地组织冬残奥项目体验、大众冰雪体育赛事、冬季康复健身训练营、

冰雪嘉年华等活动，为残疾人参与冰雪运动搭建平台。

在北京，冰雪嘉年华活动已成为残疾人参与奥运、赏冰雪、冬季健身的品牌活动，平均每年有上万人体验。“据不完全统计，每年冰雪季，我国残疾人参与冰雪运动人次达到30万”。中国残联体育部副主任王志军表示，随着北京2022年冬残奥会的举办，相信越来越多的残疾人会参与冰雪运动。

长期以来，受残疾人身体条件限制，冰雪场地无障碍设施水平等因素影响，残疾人参与冰雪运动存在一定困难。为此，中国残联在推动无障碍环境建设的同时，组织推广了旱地冰壶等大



众冰雪体验项目，不断降低残疾人参与冰雪运动的门槛。第十届全国残疾人运动会还举办了旱地冰壶比赛，首次将残疾人大众冰雪项目纳入全国残运会。

“对于残疾人而言，参与冰雪运动不仅可以康复健身，也能帮助他们克服心理障碍，让残疾人在运动中收获自信和友谊。”涞源县的体育教师王海洋告诉

据不完全统计，每年冰雪季，我国残疾人参与冰雪运动达到30万人次

# 北京冬残奥会点燃残疾人参与冰雪运动热情

本报记者 突菲涛

(本报张家口3月8日电)

图为3月7日，中国运动员在比赛前玩“老鹰捉小鸡”的游戏。新华社记者 许畅摄