



你是我的眼，我们一起拼

——视障运动员和领滑员的故事

河北日报记者 陈华 杨明静

北京冬残奥会上，无论是残奥高山滑雪还是残奥冬季两项视障组比赛中，都有一个给运动员引导方向的“黄马甲”，他们就是视障运动员的领滑员。

“他就是我的光”

在3月8日举行的残奥冬季两项女子中距离视障组比赛中，王跃获得第三名，为中国视障运动员在冬残奥会残奥冬季两项比赛中实现了奖牌零的突破。而她的领滑员李亚林功不可没。

领滑员就如视障运动员的“眼睛”。视障运动员依靠领滑员滑行6公里，所有环节都需要集中精力，要时刻注意滑行路线、上下坡和雪况等。

22岁的王跃是我省秦皇岛人。从记事起，她的世界就一片模糊，但她并没有向命运低头。热爱运动的她，2016年4月经秦皇岛市选拔进入河北省残奥越野滑雪和冬季两项队，后来又进入国家集训队。

3月8日的比赛中，李亚林总是滑在王跃前面大概三米多的位置，遇到转弯及地形起伏变化会大声提示，弯道、坡度不同他的用词也不同，目的是让王跃准确领会指令。

除了做好引导工作，李亚林还会关注王跃的心态，不停鼓励：“今天滑得特别好！”“你是最棒的！”3月8日的比赛中，曾一度领先的王跃在射击中出现失误，导致名次下降，李亚林及时安慰鼓励，提醒她不要着急。

王跃心态逐渐平静下来，最后一轮射击五发全中，从而锁定了奖牌。

“这个调整很及时。”王跃说，她始终相信自己的领滑员，李亚林对她说的每一句话，她都认真听、照着做。“在赛场上，他就是我的光。”王跃说。

李亚林和王跃搭档已经三年半，彼此都十分熟悉。在王跃的想象中，李亚林是个非常阳光、强壮的人。其实，李亚林和她的身高相仿，两个人的身材差不多。刚遇见王跃时，李亚林觉得她是个非常柔弱的小女孩，很瘦弱，也很容易受伤。但是在训练中，王跃的表现却超乎寻常的顽强。

在一次比赛中，王跃的两个脚趾盖都碰掉了，但还是坚持到了终点。

李亚林看着十分心疼。王跃却告诉他，这些都是运动员要面临的问题，既然不可避免，那就勇敢去面对。

李亚林说，在王跃身上，他看到了坚持的力量。

“我想让世界知道中国有一个滑雪的女孩，虽然她看不见，但是她登上冬残奥舞台、人生的舞台。”说到这里，王跃的声音有些哽咽，眼泪一下子涌了出来。

而今，她的梦想已经实现了。

赛道，做到烂熟于心。开赛前的5分钟里，两人都要相互鼓励，再梳理一遍赛道难点。

比赛的时候，速度是快是慢，转弯角度多大，全凭对寒冷的判断，他需要通过耳麦及时将信息传递给朱大庆。

小小的耳麦，连接的是信任，牵起的是希望。

互相的信任需要长年累月的积累，赛场上的默契源于训练时的深入交流。

比赛中，闫寒寒不光要指引路线，还要不时回头看朱大庆的滑行情况，特别担心她摔倒受伤。“只要她（朱大庆）安全滑下来，比什么都强。安全与速度，我选择前者。”闫寒寒表示。

在与朱大庆配合的三年多时间里，闫寒寒对她的了解日渐加深：“她特别坚强，特别有韧性，即便有伤也坚持训练。她特别棒。”

而在朱大庆心里，这个1999年出生、比他小9岁的“大男孩”，给了她太多的帮助。三年多来，两人建立起了不是亲人胜似亲人的情谊。

“我们两个可以说是一个人，加了引号那种。”在混合采访区，闫寒寒对记者说。

“我的领滑员给我引领了好的路线，给我时刻反馈前面的各种障碍。”朱大庆表示，能够取得好成绩，“功劳都是寒寒的”。

尽管3月7日的比赛有些小小的遗憾，闫寒寒对接下来的比赛还是充满信心：“我会鼓励她的，我们会一起拼下每一场比赛。”



▲3月8日，来自河北的中国选手王跃（右）在领滑员李亚林的引领下，参加北京冬残奥会残奥冬季两项女子10公里（视障）比赛。当日，在北京2022年冬残奥会赛场，中国女选手们在奋力拼搏中度过“三八”妇女节。
河北日报记者 贾恒振

“功劳都是寒寒的”

3月7日，在延庆赛区国家高山滑雪中心，残奥高山滑雪女子全能视障组比赛结束后，来自我省的运动员朱大庆和领滑员闫寒寒并肩走进混合采访区。

当天，在上午的比赛中名列第一的朱大庆，下午没能保持住优势。从赛场下来后，她闷闷不乐，旁边的闫寒寒默默注视着大姐（朱大庆），满眼都是安慰。

0.86秒的微弱差距，让她与冠军失之交臂。那一刻，他能读懂她所有的遗憾。

32岁的朱大庆来自邯郸，从小患有严重眼疾，可见视力仅有10厘米。作为视障选手，从事高山滑雪这么危险的项目，没有领滑员的帮助不可能完成。

事实上，在成为领滑员之前，闫寒寒也是一名残奥高山滑雪运动员。他右臂残疾，曾入选国家残奥高山滑雪集训队，并获得2018年河北省第九届残运会残奥高山滑雪金牌。

遗憾的是，一次失误让闫寒寒受伤，进而影响了他的运动员生涯。为了不离开心爱的赛场，他选择成为“幕后英雄”，当起了朱大庆的“眼睛”。

两人合作已经有三年多。

“最初也有磨合，碰到问题我们就一项项去解决。”闫寒寒表示。

做好视障选手的“眼睛”并不容易，除了精湛的技术，还需要具有耐心与责任心。

根据残奥高山滑雪竞赛规则，领滑员要滑在选手之前，彼此之间相隔大概一个旗门的距离。比赛时，闫寒寒既要自己快速准确判断赛道情况，更要时时提醒朱大庆。

每场比赛之前，闫寒寒都要先熟悉

▲3月7日，中国选手朱大庆（左）和引导员闫寒寒在比赛中。
新华社记者 雒圆摄



有梦想，什么时候开始都不晚

河北日报记者 王伟宏

场边心语

57岁的比利时残奥高山滑雪运动员琳达·勒邦，39岁的伊朗残奥单板滑雪运动员塞迪盖·鲁兹贝……这些北京冬残奥会上“高龄”参赛者，用自己的经历告诉人们：只要有梦想，什么时候开始都不算晚。

如果说生命是船，那么，梦想就是风帆。对于一名残疾人而言，梦想尤为珍贵，因为这意味着他点亮了心中的明灯，从此无惧黑暗，勇敢跋涉。

48岁出现视力问题前，琳达·勒邦曾是高山滑雪教练、跳伞老师、业余羽毛球运动员，参加过击剑比赛，还喜欢攀岩，生活丰富多彩。突发的视力障碍让她的生活和心情一度变得灰暗。然而，她没有一直消沉下去，而是选择了劈波斩浪，重新扬帆生活之海。

塞迪盖·鲁兹贝生而残疾，但她小时候就经常参加体育锻炼，后来又读了大学。生下第二个孩子不久，她在丈夫的鼓励下开始学习残奥单板滑雪。后来，在参加平昌冬残奥会梦

想的驱使下，她竟然开始了专业训练。

梦想有大小、有近远，但却没有早晚。只要怀揣梦想，全力以赴，坚持不懈，它一定会越来越接近于现实，诚所谓“志之所趋，无远弗届”。

琳达·勒邦15个月前才开始尝试残奥高山滑雪运动，但也登上了北京冬残奥会的赛场。在自己的领滑员因故不能前来的情况下，她临时让女儿充当领滑员，竟然获得了两个第五名、一个第六名、一个第七名。

塞迪盖·鲁兹贝也终于成为了伊朗第一位参加冬残奥会的残奥单板滑雪女子运动员。在出发的前一天，她在训练时膝盖受伤，但这并没有阻挡她前去参加平昌冬残奥会的脚步。北京冬残奥会上，她期望夺得一枚奖牌。

她们何以能让残缺的生命绽放光彩？诚如琳达·勒邦在社交媒体上所写：“要改变一件事，你首先要改变自己。要让事情变得更好，你也必须首先让自己变得更好。”

塞迪盖·鲁兹贝说：不管你已经多久，也不管你现在怎样困苦，拥有梦想永远不会太晚。

服务残疾人基本礼仪

知识窗

服务残疾人与服务其他群体一样，既要解决其实际困难，提供安全参与社会生活的便利，也要传递情感，互相感染。残疾人因为生理障碍，存在许多特殊的需求，服务人员需要树立正确的观念、掌握服务残疾人礼仪和更多的服务技能，才能恰当、适度服务好。

尊重为先，在尊重基础上的服务才会得体。服务残疾人时，内在的尊重是最有魅力的，服务人员满怀善意和理解，在既尊重对方也尊重自己的前提下，与残疾人建立起良好的互动服务关系，才能达到更好的服务效果。

服务残疾人时，多采取辅助方

式。比如指明要去的方向、提供需要的信息、辅助固定轮椅等等，相信残疾人的能力，不必事无巨细、无微不至服务，不要让残疾人感觉自己很“无力”。一般情况下，服务人员不要随意接触对方身体或者触碰其所使用的器具和携带的物品。

保持同理心，要尽量站在对方的角度换位考虑。是否需要服务、是否愿意接受服务，以及服务的方式和程度，都要请对方决定，不要随意替对方做决定，做到设身处地，维护对方的尊严。

物向不向人，这是为残疾人提供服务首选的方式。应优先为残疾人创造无障碍的便利环境，不一定需要直接提供帮助，特别是那些需要身体接触的帮助。

河北日报记者 杨明静整理

国际残奥委会新闻发言人克莱格·斯宾塞：

主办国将冬残奥运动带到了新高度

河北日报记者 陈华

北京冬残奥会赛程过半，3月8日，在主媒体中心举行的新闻发布会上，国际残奥委会新闻发言人克莱格·斯宾塞表示，北京冬残奥会是一届非常出色、非常精彩的赛事。“在2008年北京残奥会时，中国提高了残奥运动的水准；在2022年，我们的主办国将冬残奥运动带到了新高度。”

北京冬残奥会运行出色 超出预期

3月5日至7日，北京冬残奥会进行了3个完整的比赛日，全部78个小项中36个小项已经开赛，产生了34枚金牌，约占金牌总数的44%。

这些比赛中，已经有18个国家、地区的运动员获奖，还产生了非常多精彩的、自强不息的故事。

从赛事运行来看，所有参赛的运动员、所有代表团的官员，包括国际残

奥委会和残疾人冬季单项体育联合会，都对北京冬残奥会的赛事组织运行工作给予了高度评价。大家一致认为赛场非常好，雪面冰面的质量非常好，赛事组织运行非常好，各项服务工作非常好，包括城市运行，都超出了大家的预期。

参赛运动员对北京冬残奥会的无障碍设施给予了高度评价，认为这充分体现了中国对残疾人的关心、关爱与包容，是中国社会在关心残疾人事业发展方面又一个了不起的成就，也是整个赛事组织运行的一个很重要方面。

从参赛运动员的年龄来看，在残奥高山滑雪项目决出的54枚奖牌当中，有33枚是由25岁以下的运动员获得的，有11枚奖牌得主是青少年，其中5枚奖牌还是金牌。在残奥越野滑雪和残奥冬季两项决出的36枚奖牌中，也有17枚被青少年获得。

“这些年轻人来到冬残奥会，在最大的舞台上比赛，他们的表现不仅让我们感到惊叹，也能改变全球上亿的残疾人，这是我们的目的，通过体育运动来改变（他们的生活）。”克莱格·斯宾塞表示。

打造平稳、有序、高效、贴心的交通服务

北京冬残奥会交通服务保障的时间是从2月24日到3月16日，总共21天。北京冬奥组委从车辆、上下客设施、人员三个方面确保冬残奥会交通服务的平稳、有序、高效、贴心。

在车辆方面，北京冬残奥会期间有无障碍车型型近300辆，包括可放置6个轮椅座位的大巴车、可放置4个轮椅座位的中巴车、可放置2个轮椅座位的商务车以及可旋转座椅的商务车。这些大巴车、中巴车分别在三个赛区保障运动

员分赛区、分项目无障碍出行的需求，针对参赛运动员抵达训练、比赛送机，采取最大程度的专车专用保障。另外，还准备了约100辆无障碍专用出租车，可供下单自行选择。

在上下客设施方面，所有冬残奥场馆、酒店、机场、高铁站都设置了无障碍通道和无障碍上下客点。冬残奥会期间，对各场馆的交通流线、停车区上下客点均进行了优化调整，最大限度方便残疾人运动员。在接送机和跨赛区运行时，车辆途中停靠休息的三个服务区，也都设有无障碍卫生间。

在人员方面，在机场、涉冬残奥会的场馆酒店、无障碍大巴车等必要点位，都安排了志愿者提供轮椅协助、乘降和语言支持。

“通过这三个方面充分保障了残疾人的交通需求，努力做到交通服务平稳、有序、高效、贴心。”北京冬奥组委新闻发言人赵卫东说。