



# 吴博宇:从乒乓球台到越野赛道 单臂少年的“双金”路

本报记者 梁静 陈美慧

在前不久落幕的全国第十二届残疾人运动会暨第九届特殊奥林匹克运动会上,来自利通区的小将吴博宇奋勇拼搏,一举夺得男子传统技术3公里与自由技术2公里越野滑轮项目两枚金牌,为家乡赢得了荣誉。

日前,载誉归来的吴博宇跟记者聊起成长路,从幼儿园时追着乒乓球跑,到冰天雪地里学滑轮,每一步都带着执着的坚持。

2010年8月,吴博宇出生在利通区一个普通家庭。先天右手及右小臂缺如,并伴有吸入性肺炎,曾让家人深感忧虑。然而,他展现出了顽强的生命力,一次次战胜病痛,坚强成长。

吴博宇与体育的缘分,始于幼儿园。其他小朋友玩乒乓球时,他经常站在旁边看,眼睛盯着来回跳跃的白色小球。有次老师递给他乒乓球拍,他用左手攥着试了一下午,球掉了捡、捡了掉,直到能在台上弹两下。“那时候觉得这球能跟着我手走,很有意

思。”吴博宇说。

进入小学后,吴博宇对乒乓球的专注与热情更加明显,二年级时曾在体育体验活动中苦练了一下午而被老师称赞“手感好,眼神里有劲儿。”父母见此,更加细心地观察、积极引导,并带他来到吴忠市文化宫东方乒乓球俱乐部开始专业训练。“孩子眼里有光,我们就帮他追光。”吴博宇母亲的这句话,背后是全家深沉的爱与无条件的信任。

2024年底,经过细致观察,教练付圣莫发现吴博宇在心肺功能和意志品质上非常适合耐力型项目。经过综合评估并与吴博宇及家人深入沟通后,教练决定带他前往哈尔滨尝试越野滑雪训练(陆地训练方式为越野滑轮)。

转项意味着从零开始。从依靠瞬间爆发与精细手感的乒乓球,到极度考验耐力、平衡与全身协调的越野滑轮,吴博宇面临着身体与心理的双重挑战。单臂维持高速滑行中的平衡尤为艰难,他必须通过成千上万次的重复,

重新建立肌肉记忆。

教练为他量身打造训练方案,着重增强他在单臂支撑下的平衡与发力效率。训练异常艰苦,每天清晨,他都在训练道上反复打磨滑轮、转向等基础动作。每日训练时长约3小时,单日最高滑行里程曾达30公里。“这孩子能扛、能钻,心里有股不服输的韧劲儿。”教练对他满是赞许。

除了埋头苦练,吴博宇还积极通过对外交流提升实战能力。省内或跨省的非正式内部比赛,帮助他在对抗中检验训练成效、吸收经验。日复一日的高强度专注与重复,终于转化为成绩的显著突破,吴博宇3公里滑行成绩从最初的15分03秒,大幅提升至10分22秒。

为了在全国残特奥会上取得好成绩,吴博宇做了充分准备。除日常高强度训练外,他每天加练一组“模拟赛道训练”,反复熟悉比赛路线,牢记每个弯道的角度与直道的发力节奏,并主动调整作息和饮食,力求以最佳状态迎战。

站在起跑线上,他手握滑轮杖,仿佛与当年那个握着球拍、眼神专注的小身影重叠。无论器材与场地如何变化,那份对体育极致的热爱与认真,始终如一。最终,他以出色的表现和稳定的发挥,连夺越野滑轮肢体制姿组男子传统技术3公里与自由技术2公里双料冠军,实现了运动生涯的重要突破。

“对我而言,轮滑不仅是速度的比拼,更是意志的磨炼。”赛后,吴博宇说,“冲线那一刻的喜悦,让我更加坚定,要将热爱转化为前进的动力,在赛道上追逐更强、更快的目标。”

手掌的老茧与身上的瘀青,是拼搏最真实的勋章。吴博宇的成功不仅是个人奋斗的缩影,更激励着更多残疾人勇敢走出家门、融入社会,也向社会传递着平等、参与、共享的理念。

面对未来,吴博宇目光坚定:“我会一直滑下去,为家乡,也为我热爱的体育事业。”他的赛道,还在向前无限延伸。

## 杨学花:做轮椅上的追风者

本报记者 毕竟

从依赖低保生活的重度残疾人,到全国残运会多枚金牌得主,再到传递温暖的手工技艺老师,全国第十二届残疾人运动会暨第九届特殊奥林匹克运动会女子竞速轮椅400米T52级项目金牌获得者杨学花,用生命微光点亮残障人士追求美好生活的期盼。

杨学花5岁时因一场疾病导致脊髓损伤,从此与轮椅相伴。作为脊髓损伤F52级重度残疾人,她的左手臂和腰部需借助松紧带才能发力,手部甚至没有完整的抓握能力,生活起居长期需要他人照料。很长一段时间,她足不出户,靠低保维持生计。“那时候觉得自己就是家庭的累赘,连出门都需要莫大的勇气。”回忆过往,杨学花轻描淡写的语气里,藏着不为人知的挣扎与迷茫。

命运的转折出现在2020年。45岁

的杨学花偶然得知正在招募重残级别运动员,毫无运动基础的她立刻报了名。“我想证明自己的生命同样有价值。”这个朴素的念头,支撑着她走上了异常艰苦的训练之路。无论是最初的投资类项目,还是后来转型的竞速轮椅项目,对她的上肢力量和耐力都有着极高要求。为了提升体能,她每天坚持训练4到5个小时,提拉沙袋、俯卧撑成了日常功课,竞速训练时要始终跪在轮椅上,长时间压迫腿部神经让她常常酸痛到无法自行下轮椅。

在2021年举办的全国第十一届残运会上,杨学花开始崭露头角。在女子轮椅F52级比赛中,她以1.79米的成绩夺冠,接着又在女子标枪F52级比赛中再添一金。

在不久前举办的全国第十二届残

运会上,杨学花的夺冠之路格外惊心动魄。赛前起步阶段她一度十分紧张,但发令枪响的瞬间,她抛开所有杂念,一心向前冲。400米的赛程对她而言并不轻松,距离终点50米时,身体已极度疲惫,但她咬紧牙关、双臂暴起青筋,凭着超人的毅力奋力冲刺,冲过终点时才发现,自己已是遥遥领先的胜者。“今天比平时训练发挥得更好,4年一次的比赛太难得了,我必须证明自己。”赛后,呼吸急促的她难掩激动,这枚意料之外的金牌,是她对命运最有力的反击。而在丈夫杨小刚眼中,这枚金牌背后,是无数个夜晚为她按摩酸痛腿部的陪伴,是训练场上默默递水的支持。

赛场之外,杨学花的人生同样绽放光彩。在“青峡绣女”辅助性就业机构

的帮助下,她学会了编织、串珠等手工技艺,不仅摆脱了对低保的依赖,还成长为一名授课老师,站在讲台上向更多残疾人传授技能。“是党和政府的好政策,是这个温暖的平台,让我从绝望中走出来,拥有了阳光灿烂的日子。”她心怀感恩,更珍惜这份能帮助他人的价值感。如今的她,还是一名传递正能量的志愿者,用自己的经历鼓励更多残障人士走出家门,通过运动和技能实现自我价值。

没有惊天动地的壮举,却有日复一日的坚守;没有与生俱来的天赋,却有不屈不挠的意志。杨学花用轮椅丈量人生,用双手创造奇迹。正如她所说:“终点那边有我的尊严、我的价值。”平凡中的微光,终将汇聚成星河,照亮更多前行的道路。

## 中卫市探索“妇联+”多元融合模式 为1878名困境儿童保驾护航

本报讯 1月4日,记者获悉,中卫市妇联立足职能本位,积极探索“妇联+”多元融合护“未”路径,依托基层妇联干部、儿童主任、“爱心妈妈”一体三维联动机制,全面摸排困境儿童生活与监护状况,建立“一人一档”动态档案,推动各类救助政策精准直达,让1878名困境儿童实现“心有人爱、身有人护、难有人帮”。

中卫市持续完善市、县“枢纽型”、乡镇“节点型”、村(居)“末梢型”未成年人保护机构体系,升级各级妇女儿童维权服务中心及基层站点,畅通12338维权热线,实现线上响应与线下服务无缝衔接,打通保护服务“最后一米”。联合检察机关建成“美玉家庭教育指导工作站”,对327个家庭开展监护能力评估,制发指导令与提示卡245份;推广运用未成年人综合保护平台及“美玉护航”小程序,高效处置强制报告、社会救助等线索338条,该“三中心一平台”智慧护“未”模式获评全国优秀创新事例。联动心理健康辅导机构完成685名困境儿童心理测评,通过热线咨询、面对面疏导等方式化解高风险心理问题,为家庭教育提质增效注入专业力量。

中卫市着力培育“守护未来”防性侵宣讲品牌,推动“一校一讲师”工程落地,开展宣讲482场次3.86万人次,8名讲师获“女童保护”项目“优秀志愿者”称号。壮大“妈妈团”聚合力,创新“网格化”包保机制,发动党员干部带头参与结对关爱;建强107个“爱心妈妈”团队,26个工作室,投入8.5万元打造“张艳琴”“曹慧萍”等专业化“爱心小院”,开展线上线下赋能培训66期3139人次,推动关爱服务提档升级;链接公益资源发起“为爱奔跑”募捐、“微心愿”认领活动,统筹公益资金434万元,累计关爱慰问1.13万人次,实现“微心愿”3800余个,落地爱心助学、心理健康、体育运动等公益项目15个,汇聚起社会各界呵护未成年人的涓涓暖流。

中卫市妇联将持续深化“妇联+”融合机制,在协同联动上再聚合力、在服务提质上再出实招,以巾帼担当为未成年人成长保驾护航,为构建全覆盖、多维度、常态化的未成年人保护体系注入更加强劲的巾帼力量。(蔡睿晓)



近日,灵武市科学技术协会组织开展“新年赠书基层行”活动,深入灵武市第一幼儿园、西湖社区等多所学校及社区,捐赠优质图书600余册,总价值近3万元。

此次捐赠的图书紧扣不同群体阅读需求精准筛选,涵盖幼儿科技启蒙绘本、中小学生自然科学知识读本、社区居民生活科普指南、健康养生常识等多个类别,满足社区居民多样化的阅读需求。

本报记者 毕竟 摄



近日,兴庆区安秀社区党委联合辖区非公企业党组织开展“党建引领送温暖 社企共建迎新年”慰问活动,为辖区老党员、新就业群体中的困难党员及部分困难群众等,送去米、面、油等生活物资及慰问金,用实际行动传递温暖与牵挂。

活动设置文艺表演、互动游戏、中国结编织等环节,吸引辖区100余名老人齐聚一堂,大家在欢声笑语中增进情谊,尽显老有所乐、积极昂扬的银龄风采。

本报记者 黄蓉 摄



近日,沙坡头区瑞丰社区联合中卫市职业技术学校、滨河镇南元村等,开展“银龄迎新颂党恩 乐享老暖元旦”迎新年主题活动。

活动设置文艺表演、互动游戏、中国结编织等环节,吸引辖区100余名老人齐聚一堂,大家在欢声笑语中增进情谊,尽显老有所乐、积极昂扬的银龄风采。

本报记者 黄蓉 摄

## 社会民生 | 05



宁夏12345政务服务便民热线实行“7×24小时”全天候服务,近日群众有哪些诉求,又是如何解决的呢?

◆ 海原县居民反馈城乡居民医保参保登记信息未及时审核,请求处理。

回音:自治区12345热线接到诉求后,立即转办至中卫市热线中心。经核实,海原县医疗保障局工作人员在接诉第二日与诉求人取得电话联系并了解具体情况,指导协助诉求人完成城乡居民医保参保登记业务。

◆ 大武口区黄河西街掌亚学校路段路灯不亮,影响出行。

回音:石嘴山市12345热线接到诉求后,立即转办至大武口区市政工程管理所。经核实,系路灯供电线路短路导致路灯故障。大武口区市政工程管理所立即组织人员进行维修,后续将加大辖区内日常巡查力度,及时排除基础设施故障。

◆ 同心县第四中学操场广告牌及照明灯彻夜开启,灯光扰民。

回音:吴忠市12345热线接到诉求后,立即转办至同心县综合执法局。该局立即委派执法人员赴该地核实,责令学校操场管理人员夜间10时以后必须关闭所有灯光,加大场地管理力度,减少对周边住户的影响。(李晨雨 整理)

兴庆区兴隆社区:

### 系列活动“暖夕阳”

本报讯(记者 司冰心) 连日来,兴庆区兴隆社区组织开展“冬日暖夕阳 活动润民心”系列活动,进一步丰富辖区老年人冬日精神文化生活。

在兴隆社区新时代文明实践站内,伴随着欢快的乐曲,“文化惠民零距离 文明新风润人心”文艺展演拉开帷幕。此次展演由社区老年文艺队自编自导自演,既有经典曲目传承文化根脉,也有原创作品诉说社区新貌。除了精彩的文艺展演,兴隆社区还组织开展了移风易俗座谈会,邀请老党员及老年居民代表,围绕粮食浪费、婚丧大操大办等议题深入交流、凝聚共识。兴隆社区聚焦“老有所养、老有所医、老有所为、老有所乐”目标,构建多元化助老服务体系,累计开展文艺展演、健康义诊等各类活动40余场,服务老年人2300余人次。

兴隆社区将持续倾听老年人心声,不断细化服务清单,切实打通为老服务“最后一公里”,让每一位老年人都能收获更多归属感、幸福感与安全感。

金凤区恒大名都社区:

### 走访关爱独居空巢老人

本报讯(记者 李莹) “周叔叔,新年好!最近身体怎么样?血压控制得还稳定吗?”1月4日,伴随着一声亲切的问候,金凤区黄河东路街道恒大名都社区网格员岳海琴带着新年的祝福,敲开了独居老人周宗孝的家门。

今年80岁的周宗孝老人是独居老人,岳海琴主动与老人拉起家常,详细询问老人近期情况,并细致地对老人家中的安全隐患进行排查。恒大名都社区长期通过定期走访、电话随访及“桑榆有约”为老服务项目等方式关爱老年群体。项目自实施以来,已开展志愿服务160余次,服务648人次,切实用行动温暖了居民的心。

西夏区贺兰山西路街道:

### 培训落地“家门口”

本报讯(记者 韩瑞利) “不用出远门,在家门口就能学手艺,赚薪资。”日前,西夏区贺兰山西路街道南梁社区监测对象马大姐笑意盈盈,一场精准对接用工需求的岗位输送培训,让她期盼已久的“顾家赚钱双丰收”心愿圆梦。

贺兰山西路街道聚焦监测对象等重点群体就业帮扶需求,精准锚定辖区同庄村多肉基地用工缺口,以南梁社区2025年12月正式落成运营的就业创业服务站为重要抓手,指导社区量身打造实用型技能培训,把优质就业机会和贴心服务直接送到居民家门口。该就业创业服务站整合政策、师资、企业等多方优质资源,为辖区居民提供政策咨询、技能培训、岗位对接全流程“一条龙”服务,构建闭环式就业帮扶体系,为就业困难群体开辟专属帮扶通道。本次家门口技能培训全程免费向居民开放,真正实现“培训即能上岗”,切实破解了部分群众的就业难题。

贺兰县如意湖社区:

### 精准帮扶暖人心

本报讯(记者 黄蓉) “多亏社区惦记,我老伴现在能开口说话了,这日子总算有了盼头。”近日,贺兰县富兴街道如意湖社区月湖湾小区居民李秀萍,握着社区工作人员的手连连道谢。

李秀萍的老伴贾政福是一名退休教师,2021年1月突发急性脑梗后瘫痪在床。社区工作人员在入户走访中了解到情况后,立即启动“一对一”精准帮扶,定期上门代买药品、陪伴聊天舒缓心情,逢年过节还会送来米面油等慰问品。在社区的持续关怀与暖心陪伴下,贾政福从最初的失语卧床,逐渐恢复到能清晰说出简单话语,家庭生活也重新焕发出暖意。

2025年以来,社区聚焦低保户、残疾人、独居老人等重点群体,围绕衣食住行等基本需求,常态化推进专项探访关爱行动。走访过程中,网格员化身群众的“贴心人”,不仅耐心倾听大家的急难愁盼问题,还针对行动不便的居民重点排查燃气、用电、用水等居家安全隐患,及时化解风险,积极链接各类帮扶资源,鼓励困难群众重拾生活信心,让大家切实感受到“难时有人帮、困时有人管”的浓浓社区归属感。