

感动湖南

26℃ 湖湘温暖在您身边
A06 三湘都市报 2026年6月5日 星期五 编辑/苏军华
见习美编/谢倪祺 校对/黄蓉



扫码看视频

“妈妈，我太喜欢我的
小书桌了。”6月3日晚，家住
长沙市雨花区侯家塘街道
廖家湾社区的外卖骑手黄
昕刚回家，小女儿就兴奋地
扑到她怀中，开心地表达着
自己对于“六一”惊喜礼物

的喜悦。

几天前，鸣鸣很忙集团联合社区工会落地长沙的“小橘灯暖心小屋改造计划”为黄昕一家完成全屋焕新，58平方米的小屋里，3名孩子拥有了学习空间和各自的专属书桌。

老旧小屋里藏着小小的梦想

黄昕是长沙人，从小生活在廖家湾社区。因为抚养3个孩子，她兼职送外卖7年。丈夫是鼓风机厂的一名电焊工，一家五口住在老旧的小屋中。

“15岁的大女儿正冲刺中考，此前只能在客厅用木板拼凑的简易书桌上学习，12岁的儿子住在客厅隔出的‘迷你卧室’里，5岁半的小女儿和父母同床就寝，一直想要一张自己的书桌……”黄昕告诉记者，社区工作人员留意到他们一家的情况，街道工会对接鸣鸣很忙集团公益项目后，58平方米的小屋成为“小橘灯暖心小屋改造计划”落地长沙的首改对象。

“最开始是计划改造大女儿的单间，实地入户勘察后，结合三姐弟无独立起居学习区的现状，将方案升级为全屋整体翻新。”廖家湾社区党委副书记阳羽志介绍，改造的资金全部由鸣鸣很忙集团承担，包含房屋改造时一家人临时租房等附加费用。

爱心微光，守护困境儿童童年

为避免施工噪音影响孩子中考备考，社区主动为黄昕一家寻找过渡安置的临时住处。由于改造工期不长，不少房东因“一个多月短租”“频繁搬家造成房屋损耗”不愿出租房屋。社区工作人员多次沟通协调，妥善解决了临时租住的问题。

5月31日，经过54天改造，焕然一新的小屋正式交付，有了安静的学习空间和专属书桌，孩子们收到了最好的“六一”礼物。

“这几天，孩子们放学第一件事，便是回家写作业，甜甜终于能在安静舒适的环境中专心备考。”黄昕感慨道，“门窗、厨卫、家具都是新的，早上醒来睁开眼总要恍惚一下，不敢相信这是我住了几十年的家，幸福感飙升。”

记者采访了解到，“小橘灯暖心小屋改造计划”是由鸣鸣很忙集团打造的核心公益品牌，隶属于“小橘灯儿童关爱计划”，聚焦困境儿童居住与学习环境的改善。未来，“小橘灯暖心小屋改造计划”将与社区一起开展更多常态化公益活动。

小小橘灯，照亮陋室方寸；满满善意，温暖星城奋斗者。温馨小屋的变身，守护了孩童求学梦想，也让善意落地生根、持续传递。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 熊韵婧

爱心企业联动社区工会 落地“小橘灯暖心小屋改造计划” 三娃圆梦新居 喜提专属书桌



老旧的小屋焕然一新，孩子们开心地在新床上玩耍。



黄昕12岁的儿子有了独立房间和学习空间。受访者 供图



戴登科在长沙一家攀岩馆内攀岩。 宋科铨 摄

独腿登峰后再上攀岩赛场 湖南小伙戴登科把人生“攀”上新高度



扫码看视频

卸下义肢，仅凭左腿和双手，戴登科在垂直的岩壁上一次次向上发力。2010年，一场意外让他失去右腿，却没能夺走他对生活的热爱。从戴着假肢走遍三山五岳（详见本报2024年12月16日A05版），到站上全国残疾人攀岩锦标赛的领奖台，如今他正全力备战2028年残奥会。他说：“我想用经历告诉每一个身处困境的人，别怕，向上看。”

不惧恐高软肋，跨界试水迎来专业邀约

2025年偶然尝试室内攀岩后，戴登科随手在社交平台分享了自己的新奇体验。这条普通的分享动态，意外扭转了他的人生轨迹。

彼时，湖南省正积极筹备残疾人攀岩项目，省内资深攀岩教练刷到戴登科的攀爬视频，主动向他发出专业参赛邀约。

突如其来的机遇，让戴登科陷入犹豫。“我其实特别恐高，第一次攀岩爬到高处，我在半空僵持了两分钟，心里满是恐惧，根本不敢落地。”

面对教练的持续鼓励，戴登科最终决定突破自我，“我想彻底克服恐高。”

此前，他从无专业体育训练经历，是攀岩领域的“门外汉”。而教练告诉他：2028年残奥会、2029年长沙全运会将增设残疾人攀岩项目。这番话让他意识到，这不仅是竞技舞台，更是普通人改写命运、证明价值的契机。

单腿无支点，他用上肢力量对抗短板

自此，“上班工作、下班攀岩”成为戴登科的生活常态。他保持每周两至三次的训练频率，全身心投入系统训练。

不同于健全运动员可调动全身力量，戴登科更多时候需要依赖上肢力量。

“残疾人攀岩赛道不会为个别选手特殊改线，对单侧肢体残缺的运动员难度很大。”戴登科介绍，每当线路向右转向，便是他训练和比赛的最大难关。

健全选手攀爬时，三点支撑可灵活取舍、从容发力；而他本就支撑点稀缺，一旦松手发力，仅剩两点固定身体，极易重心偏移、身体外摆坠落。为此，他反复攀爬基础线路，一遍遍重复发力、找平衡、控重心的动作。岩壁的反复摩擦、发力失误带来的擦伤、磕碰早已是训练常态。

小众赛场里，看见残疾人运动员的坚持

持续的训练让戴登科快速成长，顺利站上全国性竞技舞台。去年，他首次参加全国残疾人攀岩锦标赛，初次登场便斩获单项亚军。今年5月，他再度奔赴大连参赛，再次拿下单项亚军。

每一次全国赛事，都是一场不屈生命的相聚。戴登科回忆，赛场上，所有人拼尽全力向上攀爬的模样，特别震撼人心。他感慨，残疾人攀岩从不是简单的输赢较量，更是一场自我救赎与治愈。

攀岩以来，戴登科收获了无数温暖与善意。“湖南多数攀岩馆对残疾人免费或者打折，不同场馆、风格各异的赛道，为我打磨技术、突破瓶颈提供了极大助力。”

眼下，戴登科正备战2028年洛杉矶残奥会。站在人生的岩壁之上，他依旧单腿而立、向上不止，“我会全力以赴备战，争取取得好成绩，也希望我的经历，能鼓励每一个身处困境的人，别怕，向上看。”

■文/三湘都市报全媒体记者 罗艾敏
视频/宋科铨

用爱点亮“破茧”之光，残健融合奔赴美好



扫码看视频

三湘都市报6月4日讯 6月4日，一场温暖人心的展演在长沙拉开帷幕。省残联联合多部门共同举办了“融合之光·共生美好”全省残疾儿童康复融合成果展演活动。

活动现场，孩子们通过歌舞、器乐演奏、情景剧等形式，以残健融合的方式，生动展现了对未来的无限憧憬。一幅幅动人的画面，一声声真挚的表达，充分展示了湖南在残疾儿童

康复融合领域取得的丰硕成果。

展演分为“启光·破茧而生”“聚光·守护成长”“追光·奔赴美好”三个篇章。展演外场同样精彩纷呈，设置了“民生实事成果暨全周期康复风采展”与“科技助残展示体验区”两大展区。通过实物展示、互动体验、影像资料、儿童作品等多种形式，全面呈现了政策成效、科技应用与康复成果，让观众近距离感受到融合与科技带来的温暖力量。

■全媒体记者 杨昱 通讯员 邓珊 江丽莎