

这就是“大足好人”

命运按了静音，他偏要活出最强音

——“大足好人”张鹏的自强之路

张鹏(左一)走访慰问困难群众。
(图片由受访者提供)

在大足，有一位在无声世界里奋力逐光、暖心奉献的榜样，他就是1990年出生的一级听力障碍人士、区聋人协会主席张鹏。年少时的一场高烧，让他永久失去听力，但他不甘向命运低头，凭借坚韧毅力拼搏赛场、履职服务残友、躬身育苗传爱、危难挺身而出，以自强不息的精神绽放人生光彩，获评“大足好人”自强不息先进典型。

无声的赛场，是张鹏逆袭追梦的舞台。听力障碍让他无法接

收教练口令、辨别对手击球节奏，初期训练屡屡受挫，也曾萌生退意。“刚训练时听不见教练指令，连对手击球节奏都没法靠听觉判断，好几次练到想放弃。”不服输的他选择迎难而上，牢牢牢记每一个训练手势和动作细节，每日坚持加练三四个小时，反复打磨羽毛球、游泳、篮球等项目技能，将技术动作练成肌肉记忆，依靠眼力与手感精准把控赛场节奏，在无声的坚持中练就过硬实力。

经年累月的刻苦训练，让张鹏斩获累累硕果，先后在全国、市级残疾人体育赛事中拿下20余项大奖。2024年，他斩获全国听力羽毛球比赛混双冠军；2025年，在全国第十二届残疾人运动会大众羽毛球赛事中，一举夺得男单第四名、男双第三名。“能拿到这么多赛事奖项，我就想证明，身体缺憾挡不住往前走脚步，还想带更多残疾朋友走出家门，找到自己的光。”一张张奖状，是他突破自我、逆境成长的最好见证。

赛场之外，张鹏深耕公益服务与特殊教育，用热爱与担当温暖他人。他主动在本地特殊教育学校兼职羽毛球教练，结合自身残训经验，贴合特殊孩子的认知特点，摒弃口令教学，全程以手势示范、手把手纠错，耐心拆解动作、循序渐进教学。温柔细致的教导让孩子们重拾自信、爱上运动，球技稳步提升，一批学员已整装待发，将征战下一届体育赛事。作为区聋人协会主席，他履职尽责、扎根基层，上岗一年便走遍全区各镇街，入户走访数百户残疾人家庭，完善残疾人信息台账，常态化上门派送补助物资、节日慰问、宣讲惠民政策，用心为残障群体排忧解难。“我也想告诉听障朋友，不要自卑，我们一样能奉献、能发光，尽自己力量帮助别人。”真诚的初心，让他成为残友心中靠谱的“暖心主席”。

常怀赤诚善意、心系邻里安危的张鹏，在危急关头挺身而出，用一次次无畏义举传递人间

温暖。2022年6月，广泸高速宝林寺隧道口一辆面包车侧翻，途经的他第一时间停车施救，成功救出驾驶员后悄然离去；同年8月，大足高升镇太和村突发山火，他不惧高温危险，手持灭火器冲入火场参与扑救，还徒手清理草木、开辟防火隔离带。“看到有人遇险、山林起火，我没想太多。我虽然听不见，但我有力气，能搭把手。人人都向善，大足才更温暖。”质朴的话语，诠释了凡人善举的责任与担当。

从赛场逐梦到育人助人，从履职奉献到见义勇为，张鹏以自强不息对抗命运缺憾，以赤诚善意回馈社会，用平凡的坚守书写不凡，用自身光芒照亮更多人前行的道路。

大足融媒全媒体记者 马敏



扫一扫，更精彩



帮老人晾衣服。

凡人善举最动人，点滴微光亦可照亮前路。在棠城大地上，有这样一位志愿者，她六年如一日深耕公益一线，心系留守儿童、情牵困难老人，以日复一日的坚守、润物无声的奉献，汇聚起温暖人心的公益力量。她就是区慈善联合会萤火虫志愿服务队副队长、重庆市五星志愿者张琼。自2018年投身志愿服务以来，她累计组织参与公益活动400余期，用真心、耐心、爱心帮扶困境群体，生动诠释了新时代志愿者的责任与担当。

2018年，张琼正式加入萤火虫志愿服务队，从此踏上常态化公益之路。走访基层的

过程中，她敏锐发现，不少留守儿童因长期缺少父母陪伴，内心敏感脆弱，存在心理疏导缺失、情感关怀不足等问题。为呵护少年儿童健康成长，张琼精准对接孩子需求，量身定制专属心理健康公益课程，主动走进辖区各中小学开展公益讲堂30余期。

不止于课堂宣讲，她更坚持走进家庭、贴近孩子，深耕儿童关爱帮扶一线。她一直风雨无阻开展入户走访，累计探访困难家庭与留守儿童家庭100余次，耐心倾听孩子心声、疏导心理困惑、帮扶解决生活难题。同时，她积极搭建学校、家庭、志愿队伍“三位一体”关爱网络，打通儿童关爱服务最后一公里，为众多留守儿童撑起温暖的“守护伞”，让缺失陪伴的童年多了一份温情与底气。

在用心守护孩童成长的同时，张琼始终牵挂着辖区独居、孤寡困难老人，把敬老助老当作志愿服务的重要内容。一次日常走访中，她了解到百岁独居老人王婆婆独居陋室、房屋漏雨、生活拮据，无人照料的困境让她格外揪心。为切实改善老人的生活处境，张琼主动牵头对接帮

扶，开启了长达一年多的暖心守护。一年多时间里，她先后21次上门看望王婆婆，耐心陪伴、贴心照料，个人累计出资18000余元，专项用于老人房屋修缮、生活用品购置和生活改善。从修补漏雨房屋、整理居住环境，到定期探望陪伴、解决日常难题，她用一次次奔赴、一份份付出，彻底改变了老人的居住与生活状态，让高龄独居老人真切感受到社会的温暖。张琼持续深耕敬老服务，常态化走进敬老院、深入乡村农户，关心照料困难老人80余人次，用细致入微的关爱温暖夕阳红。

一人行善是微光，众人向善成星河。六年多来，张琼始终深耕公益、默默奉献，不仅躬身践行助人为乐初心，更积极凝聚爱心力量、传递志愿温度。她和团队持续结对帮扶近百名困境儿童，个人累计捐款捐物5万余元，助力孩子安心求学、温暖生活。在她的牵头带动下，萤火虫志愿服务队每年筹得爱心款项及物资超30万元，为各类公益帮扶活动开展筑牢保障。

为让公益帮扶更精准、更高效、更具影响力，张琼精心策划、

倾力打造“陪你过年”“书香进校园”“萤火助学”等一系列特色公益品牌活动，常态化开展暖心助学、文化惠民、节日关爱等志愿服务。她以身作则、以行践诺，用自身的公益热忱感染身边青年，成功带动100余名青年加入志愿服务队伍，为公益事业注入新鲜血液，让助人为乐的志愿精神代代相传、生生不息。

没有惊天动地的壮举，只有持之以恒的坚守。六年公益路，数千日夜的默默付出，张琼以平凡之躯行不凡之事，把点滴善意汇聚成照亮困境的火炬，用真诚奉献书写新时代助人为乐的动人篇章。从守护童心到温暖夕阳，从个人行善到聚力传爱，她始终坚守公益初心、践行志愿担当，让微光汇聚星河，让温暖洒满棠城大地。

大足融媒全媒体记者 黎刚 文/图



扫一扫，更精彩