

沧州骄傲

2024年度人物选树

读者投票

今日排行榜



沈奕
1702票



崔建松
1089票



张宸
739票



沧州“爱心小家”
489票



武春章
183票



市消防救援支队浮阳
北大特勤站消防员
170票



王英
157票



南大港湿地和鸟类
自然保护区巡护员
150票



刘禹彤
148票



解风云
145票



张新双
127票



李桐桐
126票



徐啸林
125票



张淑慧
124票



辛成龙
122票



崔连海
121票



高毅
119票



张宇
113票



赵倩倩
110票



宋腾傲
108票



2024沧州骄傲年度人物选树

投票方式

- 关注“沧州深一度”微信公众号投票
- 下载“今日沧州”客户端投票
- 短信投票：
移动用户发送候选人姓名至15931718358
电信用户发送候选人姓名至18032709939
联通用户发送候选人姓名至18631707543

提示： 每次投5人以上有效，每个手机号限投一次
候选人各平台得票数相加为最终得票数

辛成龙：自驾进藏捡垃圾

本报记者 张丹

沧州骄傲
候选人事迹展示1

从去年4月份，他自驾前往西藏，一路弯腰捡垃圾。

200多天的时间，他捡拾约18吨垃圾。在他的影响下，当地很多志愿者和工作人员加入到捡拾垃圾、保护环境的队伍中来。

他就是河间小伙子辛成龙。

去年4月份开启捡垃圾之旅

辛成龙是河间市尊祖庄镇杨营村人，如今和妻子在云南经营一家客栈。

21岁那年，辛成龙第一次来到西藏。在这之后的十几年时间里，他多次到西藏旅行。

最近几年，他在西藏旅行的途中，经常看到路边有散落的垃圾。

去年4月初，辛成龙有了一个大胆的想法：进藏捡垃圾。

在这次特殊的旅行中，辛成龙除了开着车，还准备了无人机和电动自行车。“无人机和电动自行车，能帮我尽快找到垃圾。”他说。

此外，辛成龙还准备了直播设备，用手机直播在西藏捡垃圾的过程。“希望有更多人看到我捡垃圾的真实情景，也



辛成龙

希望能通过自己的行动带动更多人重视环保。”辛成龙说。

200多天捡了18吨垃圾

去年4月10日，辛成龙带着几个捡垃圾用的夹子和100个编织袋，开车从云南大理出发，沿着滇藏线一路前行。每到一城市，辛成龙就会停下来，换骑随车带来的电动自行车，捡拾路上的垃圾。

辛成龙说，以前旅行时，他眼里只有美景。这次与众不同，他要时刻留意沿途的垃圾。

起初，辛成龙常到山里捡垃圾。他一个人在山里边走边捡，困难重重。为了取下挂在树枝上的塑料袋，辛成龙的双手经常被划伤。

有一天，辛成龙在山下的车里休息时，忽然听到车外有动静。当时是凌晨两点多钟。辛成龙透过车窗，看到一头熊正在外面翻弄编织袋里的垃圾，随后又扒着车窗低吼。刚开始的时候，辛成龙吓得不知所措。随后，他灵机一动，启动了汽车。听到汽车的轰鸣声，那头熊快速跑开了。

在山上捡了几天垃圾后，辛成龙偶然发现，沿途的一条河道边上竟然“藏”了一大片垃圾。他用了一天时间，才将那里的垃圾全部清理完。从那以后，辛成龙的关注点从山上转移到河道。

这次去西藏，辛成龙每天至少捡拾3个小时的垃圾。这些垃圾，他会送到垃圾回收站。第29天，辛成龙随身带来

的100个编织袋用完了。他又购买了一些编织袋备用。到他从西藏回来时，他已经捡拾垃圾200多天。这些垃圾装了1000多个编织袋，重约18吨。

带动更多人“弯腰”

捡垃圾时，辛成龙也会碰到一些正在工作的环卫工人。

西藏是个地广人稀的地方。辛成龙说，仅靠当地环卫工人清理垃圾是不够的。

“我一个人的能力也有限，希望更多人关注环保。”辛成龙说。

有一次，辛成龙在西藏的一个村庄附近捡垃圾时，10多位村干部和村民拿着工具赶来帮忙。人多力量大，河道里的垃圾很快被清理干净。

如今，辛成龙每到一处，当地的环保部门都会为他提供力所能及的帮助。

“我承诺，以后出去玩，一定不会乱扔垃圾。”“我们在当地也成立了一支环保小分队，呼吁大家不乱扔垃圾，随时弯腰捡垃圾，为环保助力……”很多人给辛成龙留言。

辛成龙计划，今年4月份他还要自驾进藏捡垃圾。他希望他的行动能让人们认识到保护环境的重要性，带动更多人加入到环保队伍中来，让祖国的大好河山变得更美。

2024 沧州骄傲 年度人物选树

刘禹彤：残奥会上斩获两枚金牌

本报记者 吴艳

沧州骄傲
候选人事迹展示2

早上起床后，刘禹彤坐在轮椅上做了一组拉伸动作。

“每天坚持运动，可以让我保持体能，回到球队后尽快恢复训练状态。”2月13日，21岁的中国残疾人羽毛球队队员刘禹彤正在沧州的家中享受难得的假期。

褪去冠军光环，刘禹彤还是那个漂亮可爱的00后女孩，假期里也会和闺蜜约会，和母亲撒娇。

结缘羽毛球

4岁那年的一场车祸，让刘禹彤从此与轮椅相伴。10岁的时候，刘禹彤被羽毛球教练曲福春招进麾下，从此开始了与白色羽毛球相伴的时光。

回忆起刚入队训练时，刘禹彤说：“轮椅羽毛球需要一手掌控轮椅一手持拍，我起初由于轮椅操作不够熟练，在运动中常常控制不好方向。”

为此，刘禹彤花费了大量时间来苦练技术，长时间的训练，让她推动轮椅的双手长满了厚厚的茧子，但乐观的刘禹彤不以为意，她更在乎的是自己技术的进步。“练羽毛球过程虽然很苦、很累，但当我能



刘禹彤

够做到自由操控轮椅时，觉得这一切付出都值得。”

随后，刘禹彤又练习边推轮椅边打球。最初，刘禹彤根本打不到球，更何况还要一边控制轮椅，一边去追球。但随着日复一日的苦练，悟性极高的她进步的速度很快。

2016年，刘禹彤接到中国残疾人羽毛球队的召唤，来到北京备战亚锦赛。

一路过关斩将，刘禹彤顺利进入决赛。就这样，初次参加国际比赛，她就稳稳拿下了轮椅二级女单冠军。

“羽球神童”

刘禹彤接连夺得2017年世锦赛单打冠军、2018年亚运会羽毛球女单和混双金牌、2019年世锦赛女单和女双冠

军，个人成绩排名残疾人羽毛球世界第一，刘禹彤成为中国残疾人羽毛球队一颗冉冉升起的新星。

2021年，东京残奥会，刘禹彤夺得羽毛球女子单打WH2级冠军，女子双打WH1-WH2级银牌，实现了残疾人羽毛球项目的大满贯。

通往“羽球神童”的路，并不都是荣誉和坦途。刘禹彤说，在训练羽毛球4年之后，她曾有过几个月的瓶颈期。“每天打的球臭到自己不想练。”刘禹彤介绍，那段时间自己打球的欲望下降，即便到了球场也不想打球。

好在，在她瓶颈期想放弃的时候，教练一直“推着”她向前走。

不服输的刘禹彤也没有停下日复一日的训练。

“突然想通了”，刘禹彤这么形容自己突破瓶颈期后的状态，打球方式和对球的理解跟以前相比也变得不同，在之后的比赛中，她变得“所向披靡”。

巴黎残奥会斩获两枚金牌

2024年8月底，第二次参加残奥会的刘禹彤信心十足。与上一届一金一银的收获不同，这次她把两枚奖牌都变成了金色。

在巴黎残奥会第四个比赛日，刘禹彤搭档国家队队友，在羽毛球女双WH1-WH2级决赛上遇到了老对手、上届残奥会冠军组合。

虽然在决赛中两位中国姑娘直落两局击败对手，但比赛的过程远没有看起来那样轻松。两局对决都打得十分胶着，她们也曾几度落后，幸好关键时刻顶住了压力，刘禹彤和搭档在僵持中耐心地寻找机会，最终赢得了胜利，同时也弥补了上一届残奥会与金牌擦肩而过的遗憾。

第二枚金牌来自羽毛球女子单打WH2级项目，刘禹彤凭借自己的努力和实力，又一次站上了羽毛球女子单打WH2级最高领奖台。