

姓名：盧詠珈

學校名稱：聖羅撒女子中學中文部

年級：小六

組別：高小組

獎項：優異獎

《殘疾人權利公約》

有人說過，每一個降臨的新生命都是天使，是父母愛的象徵。但並不是每個天使都是完美無缺的。也許是上帝想給他們多一些考驗，讓他們在困境中成長，學會堅強，於是便有了折翼的天使——殘疾人士。

聯合國《殘疾人權利公約》是為了促進、保護和確保所有殘疾人士能充分、平等的享有自由和人權並得到應得的尊嚴和尊重。在澳門，殘疾人士約佔總人口的百分之二。因此我們常常會在街上、公共交通工具，或者餐廳看見一些行動不便或坐著輪椅的人。有些可能是先天的殘缺，有些可能是後天的意外造成的傷害，更多的是因為年老身體功能退化而造成的心及肢體障礙。這些人在行動、飲食、表達等方面通常都比較遲緩，我們應給予他們多些耐心和幫助。

運動可以讓身體更健康，所以殘疾人士也應該參加適當的健體活動。澳門的傷殘運動員用汗水、艱苦的訓練和加倍的毅力，在賽場上屢創佳績，藉此證明了自己的能力。政府也提供了特殊教育學校、殘疾運動設施、無障礙洗手間及電梯、道路導盲磚等等友善的措施，希望這些措施能便利需要的人，讓他們也能像常人一樣生活，而不會因自身的殘疾而感到自卑。

我在搭公車時，發現大部分的人都不會佔用車上的愛心座位，甚至會主動讓座給有需要的人，看了真讓人倍感欣慰。有一次，還遇見一位坐著輪椅搭公車的人，司機讓他由後門上車，車上乘客和街上的人都主動幫助他扶穩輪椅上車，並騰出空間予以幫助，下車時也是一樣，讓我感動得眼眶泛紅。我也曾經在工會所屬的餐廳看見幾位輕度智力障礙的員工，他們與正常的員工無異，而且更努力地工作，並保持着憨厚的笑容，熱情地對待客人。我們應該多些包容、支持和鼓勵他們，讓他們得到尊重和擁有自信。

海倫·凱勒曾經說過：「世界上最好和最美的東西，常常看不到也摸不到，但它們卻常能觸動人們的心靈。」。當我們在聽到一些有關災難的新聞時，內心總會跟著悲傷，在看到災民被救出時，心情也會跟著感動、欣喜。誰都不知道意外何時會發生，發生在哪個人身上。

我們要先伸出援手，用愛心去關懷和尊重這些有需要的人，然後盡自己最大的能力去幫助他們。如果每個人都能這樣關懷和幫助那些殘疾人士，這個社會將會更和諧、更美好。