

扫码进入齐鲁壹点  
“好山东”专题

# 青岛小嫚以爱助力“轮友”看世界

打造免费无障碍民宿，28份相遇见证城市温度

文/片 记者 曹婧雯 徐润杰 青岛报道

## 最初的心愿是 让所有人都感到方便

“如果说和别的民宿有什么区别的话，我这里就是任何人都能生活便利、住得舒心，所有的设计都是通用化设计，‘无障碍’民宿这个词是方便大家理解的。”一进入崔雅梦的“无障碍”民宿，扑面而来的就是一种温馨的感觉。所谓“无障碍”民宿就是让残障人士也可以便利居住的小家，无论是洗菜做饭，还是冲澡洗脸，达到了既可以让普通人使用又可以在轮椅上的残障人士感到舒适的效果。

这间民宿位于青岛市市北区的一栋居民楼里，房间是上下两层的Loft公寓，上层是崔雅梦自己居住的空间，下层就是她为全国残障人士打造的“青岛小家”。民宿从一开始就跳出了“专属设施”的局限，以通用化设计来承载多元需求，崔雅梦反复强调这个概念、一条从设计之初就遵循的原则：让所有人都感到方便。“房子最初是毛坯房，其实最开始装修时就没把它当成单纯的无障碍空间。”她介绍，民宿的核心改造都围绕“自主使用”展开。房门加宽至足够轮椅顺畅通行，房间内外消除高度差，避免轮椅过不来的问题；卫生间安装了适配轮椅高度的镜子和洗澡椅，洗手台预留出腿部空间，马桶调整为更易借力的方向，就连原本的推拉门也改成了更省力的平移门。这些设计不仅服务残障人士，更惠及老年群体、临时行动不便者等有潜在需求的人。

“民宿从不设限，只要需要就能来。”通用化设计的本质是尊重每个人的使用权利，让残障人士无需刻意求助，就能像普通人一样自主洗漱、通行，守护他们的尊严。崔雅梦称，设计改造的核心，在于消除障碍，而非特殊对待。它不只是一处免费住宿的地方，更是一个鼓励独立探索的起点。崔雅梦会提供青岛出行攻略，但更鼓励住客自己规划行程。她的原则是：如果需要协助，建议自带陪同人员。最好的环境，是让人能独立自主。

民宿运营一年来，一共见证了28位客人的故事。崔雅梦没有把它当成慈善项目，而视作一次社会实验——通过一扇敞开的门，试探城市温度，也唤醒更多人对“无障碍”的切实感知。

## 不仅方便游玩 更是开拓新生活的可能

崔雅梦与残障议题“碰面”是在高中时代，她在义工团队中为孤残儿童陪床，目睹了生命的脆弱与坚韧。夜自习放学路上，她又看到街头的残障者与网络上光鲜亮丽残障榜样的区别，这种撕裂感让她困惑：都是残障人士，为何生活天差地别？在后来的一次家庭聚会中，她听说了特殊教育相关专业，并最终考入南京特殊教育师范学院。随着学习的逐渐深入，她发现，残障群体面临的不仅是教育资源不足，更有最基础的问题——环境障碍造成的生存困境。

真正的转折点来自至亲与实习中的双重触动。奶奶晚年因行动不便，生活范围日益逼仄，让她第一次切身感受到“被困住”的滋味。2019年实习时，她加入一家无障碍旅游公司，亲眼看见残障群体出行何其艰难——尤其是住宿。“星级酒店的无障碍房通常位置都很差，设计也不合理，更糟糕的是这种不合理的房间都是难得的‘奢侈品’。”有些房间洗手台矮得像“小矮人房”，轮椅根本无法推入，高昂的价格与糟糕的体验，将许多残障人士挡在了旅行门外。

崔雅梦意识到，出行不仅是游玩，对于残障人士来说更是一种“重启生活”的可能。“一次短暂的出行，能让人接触不同的交通工具、住宿环境和城市氛围。这种新鲜感与成就感，可能改变一个人的生活状态。”2023年，随着《中华人民共和国无障碍环境建设法》的颁布实施，越来越坚定了崔雅梦要帮助残障人士出来玩的想法。正是这种坚定的想法推动她在拥有自己的房子后，毫不犹豫地将其打造成一个免费的“友善驿站”。在这里，住客们会用自己的故事和崔雅梦换几天的“房屋使用权”。带着两个SMA（脊髓性肌萎缩症）孩子的河北母亲，原本以为带孩子看海是奢望。孩子们在青岛之旅后许下“长大要来青岛”的心愿，让母亲多年辛劳的心有了慰藉和新的方向。摇轮椅参加马拉松的中国香港七



崔雅梦(后排中)和入住的朋友合影。



扫码  
看视频

在青岛市市北区的一栋居民楼里，一间看似普通的民宿藏着不寻常的温度。门宽足够轮椅自由进出，地面全无高差，洗手台下方留有容膝空间，卫生间配有移动坡道与洗澡椅。这是90后青岛女孩崔雅梦的家，也是她向全国残障朋友免费开放的“无障碍民宿”。迎客以来，这里已经见证过28位残障朋友的故事，帮助他们透过青岛的海风与阳光，重新感受世界的善意。



崔雅梦介绍通用镜子。



崔雅梦打造的无障碍民宿。

旬夫妇，在奥帆中心由衷赞叹青岛的无障碍设施真正做到了人与人的“情感无障碍”，决定要带更多朋友来感受青岛。崔雅梦说，她收到的最大回馈不是礼物，而是看到他们真的走出家门，并在回去后开始尝试去更远的地方。

如今，崔雅梦还在唯爱公益机构参加公益活动，通过硬地滚球等项目培养残障“领袖”，推动他们参与社区服务和治理，帮助其他残障人士或是老年人找到自己的兴趣，成为社区融合的纽带。“从教育到民宿再到公益，我始终在做的，就是打破‘残障需要怜悯’的偏见，让他们成为自己的主导者。”

## 从“我”到“我们” 青岛“无障碍”文明正在生长

崔雅梦的民宿像一颗石子，在青岛激起了“无障碍”改造的涟漪。越来越多的人开始关注青岛“无障碍”的情况，不少小店老板主动联系她，咨询如何进行低成本改造。“我已经帮助改造了两家店铺，一个饺子馆和一个咖啡厅，说是改造其实也非常简单，我帮助他们安装了移动坡道板。”崔雅梦称，咖啡店店门口阶梯较高，一个韩国的残障人士来青岛旅游时想进咖啡厅休息一下，虽然有人帮忙抬轮椅，但最终还是没能进店。“这个事情让咖啡店老板开始考虑残障人士的外出问题，安上移动坡道板后不仅使这家店可以接待残障人士，这一条街都拥有了接待能力。”这块板子，不仅解决了轮椅使用者进店的难题，也在更大程度上助力了残障人士的出行自由。

更深入的改造案例，是位于青岛的“唯爱小家”。这是崔雅梦所在公益机构受她启发而进行全面改造的范例。从门口坡道、卫生间改造到房门调整，志愿者全面参与证明了小微改造的可行性。“一家小店可能不会拿出几百甚至上千元做改造，但如果能有小额补贴支持，他们或许就愿意迈出这一步。”崔雅梦算了一笔账，一个移动坡道板价格在千元左右，但对一家店、一条街便利性的提升是巨大的。“一家店可以影响一条街，‘无障碍’改造不是宏大的叙事，它可能就是一个友善的眼神、一次主动的询问，或者一块简单的坡道板。”

在崔雅梦看来，青岛的城市文明建设已在细节处显现温度。从青岛地铁到青岛景区，工作人员会主动询问“是否需要引导”“是否需要轮椅垫板”。“这些细节，让服务从模糊的‘需要帮助吗’变成具体的、可执行的方案，我认为这是真正的重视。”崔雅梦说道。

从专业学习到亲身实践，从改造自家到影响社会，崔雅梦的路径清晰而坚定。她不再只是那个“学特教的姑娘”，而成为一个枢纽，连接着残障群体的需求与社会改善的可能。无障碍环境建设，始于“我”，成于“我们”。当越来越多人意识到，一个坡道、一次询问、一次高度的改变，都会成为改变社会的力量，这座城市也向着更包容、更文明的方向，实实在在地前进了一步。