

省教育厅相关负责人为大学生解读创新创业政策 扶上马，还要送一程

让残疾人也能成为创业主体

饶洪强和他的 庇护工场

政策解读

在校大学生如何实现学业、创业兼顾？创业大学生能够享受哪些政策优惠？9月19日，由省教育厅主办的创新创业专题教育讲座在石家庄人民会堂举行，省教育厅相关负责人全面解答了大学生在创新创业过程中遇到的困惑。

专家针对大学生们提出的这个问题，以便携折叠洗衣机、斜口水杯为例，鼓励大学生注重培养创新创业意识。

鼓励大学生创业，要从创业意识和能力的培养开始。王欢表示，我省要求各高校开设不低于32学时的创业教育基础必修课。为了让这门必修课充分发挥作用，我省加大了课程改革力度，着手建设创业教育示范课程。同时，充分利用国内外优质慕课和视频公开课等在线开放课程，建立在线开放课程学习认证和学分认定制度。

王欢介绍，我省还鼓励高校将小班化教学、小组讨论引入到创业教育中来，通过启发式、讨论式、案例式、参与式和研讨式等教学方式，真正提高大学生的创业能力。

平台建设，为大学生提供创业实战基地

记者发现，实践环节依然是整个创新创业教育链条中的薄弱环节。如何解决创新创业实习实践场地不足，以及学生创业中简单模仿的现象？

王欢表示，我省将加强统筹设计，协同联动、整合资源，促进创新创业实践再升级。

目前，我省一些高校建立了自己的大学生创业园、创业孵化基地和实践基地，为进一步深化创业实践奠定了良好的基础。王欢认为，大学生创新创业实践，不应该只局限在高校校园里。

今年2月，沧州市4家大学生创新创业实践基地揭牌。河北水利电力学院等4所高校与4家创业孵化基地实行一对一签约对接，为大学生创业者提供专业服务，满足高校学生创新创业的需求。

我省鼓励地方政府和有关企业建设大学生创新创业实践基地。这些基地一方面可以给大学生创业团队提供免费入驻众创空间的机会，享受



9月19日，石家庄市市民在科技大厦的河北创新创业展上体验平衡车。 记者 耿辉摄

注册公司、账务管理等免费创业服务，另一方面也可以帮助创业者与其他创业者、创业导师零距离接触，分享及探讨创业经验。

据介绍，我省还规定，凡到省级以上科技企业孵化器或大学生创业孵化基地创业的在校大学生，办公用房两年内免交租金，并可享受我省公共租赁住房政策待遇。

有创业意愿的大学生，可以申请到这些基地进行全方位学习实践。王欢介绍，这种校企搭台、学生创业的模式已在我省普遍推广。

资金支持，解决大学生创业的第一笔投入

在讲座现场，不少大学生反映：在创业中，遇到的最大难题是资金问题。

在大学生创业的资金支持方

面，我省出台了一系列规定。王欢介绍，我省规定高校在评优评先项目中拿出一定比例用于表彰优秀创新创业学生。同时，高校多渠道筹集资金，设立创新创业奖学金。

此外，我省还要求各高校优化经费支出结构，多渠道统筹安排资金，支持创新创业教育教学，资助学生创新创业项目。

为了给高校学生创业提供强大资金支持，今年初，由省财政出资设立并按市场化方式募集运作的河北省高校毕业生创业就业引导基金正式成立，旨在引导社会资本对大学生创业项目提供风险投资、股权投资、融资贷款担保等服务。

据介绍，引导基金主要通过参股方式，与省内外社会资本及其他政府资金合作设立或以增资方式参股子基金，为我省创业的高校毕业生提供资金支持。

双创故事⑤

□记者 贾楠

一个坐着轮椅，一个身高不足1.1米。9月15日上午11时，在河北双创活动周创业就业成果展上，两个年轻的残疾人坐在唐山市丰润区爱心手工制作中心展位里，认真地制作着秸秆画。她们先是把秸秆熨烫平整，然后用刀片刮平并用砂纸打磨光滑，再用剪刀沿外面的轮廓线把图案一气呵成地剪下来。

这次展出的秸秆画都是我们制作中心的4名残疾人手工制作的，今天是第一次亮相，一上午吸引了很多人围观，刚展出半天就卖出了两幅作品，参展效果很不错。唐山市丰润区爱心手工制作中心的负责人饶洪强介绍，这家手工制作中心是他创办的唐山市宏强爱心残疾人庇护工场的一个创业项目，主要以秸秆画制作为主。

2006年开始创业的饶洪强，如今是宏强现代新型服务发展集团的负责人，旗下经营着职业技能培训学校、家政服务公司、社区居家养老服务中心和众创空间等多家机构。

去年8月，饶洪强又萌生了创办一个帮助残疾人就业创业的机构的想法。他说：集团现在的培训学校、家政服务公司、居家养老服务中心解决了下岗职工、困难家庭等人群的就业问题，众创空间又帮助回乡创业大学生实现了自己的创业梦想。现在我的就业产业链上就少残疾人这一环，一定得补上，让残疾人也能成为创业主体。

要想帮助残疾人就业创业，就要先找到适合他们的项目。经过一段时间的市场调查，饶洪强发现，秸秆画用材成本低，纯手工制作，具有很高的艺术观赏性，市场前景广阔，是非常适合残疾人创业的项目。

方向确定了，饶洪强立即派人去承德找专门的秸秆画工艺大师拜师学艺。今年4月，唐山市宏强爱心残疾人庇护工场正式成立，开始着手招收残疾人参加秸秆画培训。

我们和当地残联合作，并到各乡镇去宣传推广，但就是没有一个人报名。可能是因为很多残疾人对秸秆画不太了解，对它的市场前景也不太确定。饶洪强说，后来他又去唐山市一家残疾人学校招生，终于有4名残疾人报名。

由于身体原因，残疾人学起秸秆画来比较慢，需要付出更多的努力。为了让他们安心学习，工场免费提供食宿，并给每个人每个月500元的生活费。残疾人不能长时间坐着，我们就尽量缩短培训时间。他们行动不便，我们就把他们的宿舍进行了改造。饶洪强说，这些残疾人有就业创业的迫切需求，渴望自食其力，所以很珍惜这次机会，学习都非常刻苦。

饶洪强认为，要让每个残疾人人都能成为创业主体，光掌握技术是不够的。于是，工场开始在他们学习技术之余，增加了一些营销技巧、运营能力等方面的培训，让他们掌握全方位的创业技能。

宏强爱心残疾人庇护工场从筹备到现在，饶洪强已累计投入了将近17万元。他告诉记者，后续会继续投入。

在饶洪强心中，早就有一个清晰的规划：等这些残疾人把秸秆画工艺操作熟练后，工场会引导他们尝试秸秆画与布贴画、硬笔书法等艺术相结合，提高这些手工制品的附加值。同时，增加西式面点、木雕等培训项目，开办工场的网上商城。

我的目标是，把这家残疾人庇护工场做大，并实现市场化运营，争取3年内带动50个残疾人实现就业创业梦想。饶洪强信心满满。

健身广场

开栏的话

从今天起，省体育局与本报联合开办的《健身广场》专栏和大家见面了。

党的十八大以来，随着全民健身上升为国家战略，我省大力推动群众体育与竞技体育、体育产业协调发展，全民健身活动蓬勃开展，群众参与健身活动的热情日益高涨，健身方式日益多元，健身成效日益显现，有力推进了健康河北建设。

为宣传展示好我省落实全民健身国家战略、推动群众体育工作的务实举措、进展成效，引导更多人参与全民健身活动，掌握科学健身知识，享受健身的快乐，我们特开设《健身广场》专栏。《健身广场》专栏每两周左右一期，将开设群体之星、基层动态、爱运动等栏目，力争打造成展示群众体育工作成效的窗口、普及科学健身知识的园地、浓厚大众健身氛围的平台。

我们期待您的关注，并诚邀您踊跃投稿或提供新闻线索。邮箱 hbrtyb@126.com 联系电话 0311-67562037, 67563363

省业余网球公开赛等你来

由省体育局主办、各设区市网球协会协办的2017年河北省业余网球公开赛即将开赛。本次比赛设立三场分赛（石家庄站、保定站、秦皇岛站，暂定在10月中下旬举行）和一场总决赛（石家庄，暂定11月上旬举行）。为让更多人参与进来，本次比赛设立了少儿组、青年组、常青组三个组别，包括男女单打、男女双打和混合双打等项目，欢迎我省网球爱好者踊跃报名。报名电话：0311-80796300, 15081803528。（杨明静）

石市培训乡村社会体育指导员

近日，石家庄市体育局举行了2017年石家庄市美丽乡村社会体育指导员骨干教师培训会。会后，这些骨干教师将分别走进该县市区，组织开展为期2天的培训活动，预计将会有来自353个美丽乡村建设重点村的900多名学员接受培训，学习社会体育指导员工作职责和有关技能。学员们参加有关考试合格后，将获颁石家庄市二级社会体育指导员证书。（杨明静）

全国群众体育先进单位、先进个人表彰 我省112个单位92名个人榜上有名

近日，在天津召开的全国群众体育先进及体育系统先进表彰大会上，我省石家庄市体育局、承德市体育局、张家口市崇礼区、秦皇岛市体育局、唐山市体育局等112个单位被授予2013-2016年度全国群众体育先进单位称号，宋丽娟、张晓敏、邢国栋等92人被授予2013-2016年度全国群众体育先进个人称号。

全国群众体育先进表彰活动自1993年第七届全国运动会开始，每4年表彰一次。本次表

彰是全民健身上升为国家战略后开展的第一次表彰活动，具有重要的导向意义和激励作用。此次共表彰2013-2016年度全国群众体育先进单位3259个、2013-2016年度全国群众体育先进个人2465名、全国体育系统先进集体70个、全国体育系统先进工作者44人。

党的十八大以来，我省认真贯彻落实习近平总书记系列重要讲话精神，关于体育工作的重要论述，全省体育战线埋头苦干、奋发作为，群众体育发展迈上新台阶。在实施全民健

身战略和建设健康河北进程中，涌现出一批群众体育先进单位和先进个人。我省此次获表彰的群众体育先进单位中，既有体育系统单位，又有各类运动协会，既有老年人体育协会，又有青少年体育俱乐部。92名先进个人，在各行各业、不同岗位为群众体育作出了贡献。这些受到表彰的先进单位和先进个人纷纷表示，要珍惜荣誉、再接再厉，促进全民健身与全民健康深度融合，为发展群众体育事业作出新贡献。（杨明静）

邢台市宏途单车俱乐部负责人李亚红 让更多人爱上骑行



李亚红为参加2016美丽邢台绿色太行国际公路自行车赛的骑行爱好者们加油助威。（宏途单车俱乐部供图）

今年8月，2017中国邢台绿色太行国际公路自行车赛在邢台市举办。在邢台市宏途单车俱乐部的积极招募宣传下，当地众多自行车骑行爱好者踊跃参与此次比赛的荣誉骑行及业余组比赛，和专业选手共享骑行的乐趣。42岁的邢台市宏途单车俱乐部负责人李亚红说：现在人们的生活越来越好了，自行车正在从单纯的交通运输工具变成运动休闲的工具。希望更多人爱上自行车运动，从骑行中收获健康和愉悦。

李亚红与自行车运动结缘始于2008年。此前，她曾是一名电动车销售代理，后因厂家业务调整，转而代理某运动自行车品牌，没想到竟因此对自行车运动产生了感情。从最

开始的短时间、近距离骑行，到骑行时间越来越长，骑行半径越来越大。近十年来，李亚红渐渐从一名自行车运动的门外汉成为爱好者、发烧友，近到邢台近郊，远到欧洲，都留下了她骑行的矫健身影。

自行车骑行是仅次于游泳的有氧运动，骑自行车可以活动到全身关节。这项运动不需要特殊场地，只要一有辆车，就随时可以进行锻炼。而在李亚红看来，自行车运动不仅能强身健体，还能游目骋怀，结交朋友，让生活丰富多彩，给身心带来愉悦。独乐乐不如与众乐乐，品尝到自行车运动带来的快乐后，她开始筹划搭建自行车运动爱好者相互交流的平台，带动更多人加入骑行健身的队伍。就这样，2009年，

邢台市宏途单车俱乐部宣告成立。

宏途单车俱乐部坚持组织骑行、服务车友。每天晚上，邢台市北大街都会成为我们骑行爱好者的集合地，少则百十来人，多则几百人，一起进行一个多小时骑行，形成了一道流动的风景线。李亚红介绍说，多年来，宏途单车俱乐部坚持每天晨骑、夜骑，每周有活动，开展了公益骑行、景点骑行、环城骑行等多种形式的活动。世界无车日骑行、广府古城骑行，每年约200余场活动，吸引着越来越多的人加入到骑行运动中来。

近两年，中国邢台绿色太行国际公路自行车赛等大赛的举办，促进了邢台自行车运动的普及发展。我们不仅可以家门口体会自行车竞技的魅力，还有机会参与业余比赛，体验专业赛道，享受比赛的过程。另外，通过比赛，也能让更多人认识邢台，了解邢台。李亚红自豪地说，每次大赛，她都会带领俱乐部成员积极参与赛事宣传，扩大自行车运动的影响力，同时组织车友踊跃报名参加业余组比赛。

李亚红还有意识地把骑行和爱心活动、公益活动结合起来，组织车友开展义务植树、探望孤寡老人、帮扶贫困家庭等活动，在骑行过程中弘扬文明新风，传播正能量。

随着宏途单车俱乐部健康、环保、友善的形象日渐深入人心，越来越多的车友加入进来。截至目前，该俱乐部注册会员已达3万余人，成为我国十大单车运动俱乐部之一。今年8月，李亚红被评为2013-2016年度全国群众体育先进个人。

李亚红表示，接下来，宏途单车俱乐部会推出更多更好的骑行路线，让车友体验。同时，通过参与举办更多的赛事、活动，带动更多人参与骑行运动。（杨明静）

爱运动

秋高气爽 安全登山



秋高气爽的时节，不禁让人有登高望远的冲动。再加上十一长假即将到来，很多人打算业余时间登山赏景强身健体。的确，作为一种有氧运动，登山不仅可以锻炼身体心肺功能，还有助于塑形。然而，也有一些人担心登山，怕摔、怕受伤。那么，登山过程中应该注意哪些事项，如何才能避免运动损伤呢？

安全登山须知：

1. 登山前要做做伸展运动，拉伸腿部、揉搓膝盖、转转手腕，让关节、肌肉、韧带等得到预热后再登山。
2. 上山时，上体放松前倾，两膝自然弯曲，两腿后蹬力，用全脚掌或脚掌外侧着地，也可前脚掌着地，步幅略小，步频稍快，两臂配合两腿协调有力地摆动。
3. 通过杂草地区时，采用高草拨分、低草踏压、藤草迈跨的方法前进。穿越灌木丛时，谨防头部被树枝钩挂。穿越山涧、溪流时，涉水步履缓慢，身体重心宜偏低。
4. 下山时，上体正直或稍后仰，膝微屈，两臂摆动幅度稍小，身体重心平稳下移。不可走得过快或奔跑，以免挫伤关节或拉伤肌肉。
5. 坡度较陡时，上山可沿“之”字形路来降低坡度。

小贴士：

1. 出行前预先规划好路线，充分了解当地天气、交通状况。
2. 尽量轻装上山，减轻负荷。鞋子最好选择有减震效果的运动鞋，勿穿皮鞋特别是高跟鞋。如有必要，选择长短、轻重合适且结实的拐杖使用。
3. 登山时要做到观景不走路，走路不观景。照相时尽量选择能保障安全的地点和角度，尤其注意观察岩石有无风化、不擅自到未开放的旅游山区和危险山区游玩。不在无救生人员管理的深潭、溪流水域游泳、戏水。