



# 在关怀与自强中书写精彩人生

## ——三位残疾人的奋斗故事

河北日报记者 刘冰洋

5月16日是第31次全国助残日，本次全国助残日主题为“巩固残疾人脱贫成果，提高残疾人生活质量”。

近年来，在我省各级残联系列扶残助残政策帮扶下，涌现出一大批身残志坚、自立自强的优秀残疾人典型，他们以顽强意志和拼搏奋斗的精神，书写了精彩人生篇章。连日来，记者采访了三位残疾人，听他们讲述坚强奋斗的故事，感受他们心中的爱与希望。

### 安娜：“必须让自己强大起来”

“姑娘，加油啊”“你真棒，加油”……4月24日，正定马拉松女子5公里比赛现场，穿着假肢的安娜正奋力奔跑，跑道两旁的加油呐喊声不绝于耳。

5公里，安娜用了83分钟才到达终点。冲刺跑过终点线的那一刻，围观群众中瞬间爆发出热烈的掌声，工作人员也破例为她送来鲜花和奖牌。

今年35岁的安娜是石家庄人，10年前的一次意外让她失去了左腿。

“那是2011年12月的一天，天气很冷，我刚刚下了夜班，谁知，这时候意外发生了。在回家途中，我被一辆抄近道逆行的大货车撞倒，瞬间失去了意识。”安娜断断续续回忆，“因左腿受伤严重，医生建议进行截肢手术，听到这个消息时，我整个人都懵了，但冷静下来，只能接受事实。”

对于安娜，截肢带来的不仅仅是身体上的疼痛，还有心理的痛苦。

“刚出院那段时间，每天醒来都会动一下自己的左肢，我经常在想，自己是不是在做梦。”提起当时的状况，安娜忍不住流下眼泪，“幸好，当时身边还有父母无微不至的照顾和男友不离不弃的陪伴。”

生活中的磨难并没有将安娜打垮。2015年，安娜与男友结婚，两年后女儿出生。“女儿的到来，让我意识到，必须让自己强大起来，这样才能保护她。”安娜坚定地说。

今年，在女儿的鼓励下，安娜决定参加马拉松。“虽然提前进行了锻炼并做了相关准备，但在跑步途中还是有不适感，每跑一步都伴随着疼痛。”安娜说，“当时就想着一定要坚持下来，为女儿做个表率。”

生活中，安娜喜欢在短视频平台分享自己的日常。视频中，她大方地向网友分享自己的经历。遇到与自己有相同经历的网友，她会耐心地给出建议，获得不少网友支持。

“我从失去左腿的阴影中走出来，是



安娜(右)在参加正定马拉松比赛。受访者供图



张军建在盐山参加志愿服务活动。受访者供图



郝家祥(左一)在传授按摩技术。河北日报通讯员 李芳摄

一件很不容易的事，如果我的经历能让一些身体上或者心理上受过伤的人，慢慢好起来，那何乐而不为呢？”安娜乐观地说。

### 郝家祥：“希望带动更多盲人朋友走上幸福路”

“俺培养的两名盲人按摩学生出师啦，他们也要开按摩店了。”不久前，临西县盲人按摩师郝家祥帮助两位盲人圆了开店的梦想。

提供按摩教学、免费提供吃住……多年来，在郝家祥的义务帮扶下，已有25名农村视障人员成功实现创业。

郝家祥今年36岁，视力全盲，但他并不是先天的盲人。“我从小患有先天性低视力症，11岁那年，我接受了视力矫正手术，但手术的失败直接造成双眼彻底失明。”面对这一晴天霹雳，郝家祥说，因为不能接受现实，他曾经多次绝食，试图自杀，但都被家人发现制止了。

“消沉了一段时间后，我从收音机里了解到很多残疾人的励志故事，开始接受现实，决定走出去。”郝家祥说。

在家人的支持下，郝家祥决定去郑州盲聋哑学校学习文化知识。“在那个陌生的环境里，我也曾感到害怕、孤独，出行也很困难，但只能咬牙坚持。”郝家祥介绍，学习4年后，他又到邢台市一家盲人按摩学校学习了3年。

2004年初，郝家祥回到临西，在县城开办了自己的按摩店。凭着扎实的按摩技艺，按摩店的生意很红火。

深知盲人创业艰辛，郝家祥竭尽所能帮助更多的盲人实现创业。为此，他找到县残联的工作人员，说明了自己愿意免费教授盲人学习按摩技艺的想法，并承诺吃住全包，不收一分钱。同时，他还把自己的想法告诉亲朋好友，让他们发动身边的盲人来学习。

为了教好这些盲人徒弟，郝家祥总是亲自躺在按摩床上，握着徒弟们的手，在自己身上找穴道、练力道。由于这些盲人刚入门学习，用力不准，经常把他身上按得青一块，紫一块。有时，带的盲人学徒较多，自己实在痛得受不了了，他就用手巾塞住自己的嘴，一声不吭地让学徒们继续练习。

在教授学徒按摩技艺的同时，郝家祥还购置了盲人学习用品，鼓励他们闲暇之余学习盲文，教他们如何利用读屏软件，从互联网上了解各种信息、新闻。

“希望带动更多盲人朋友走上幸福路。”郝家祥说，未来，他想开办一所全免费的盲人按摩培训学校，为那些想学技术的盲人，特别是生活在农村的盲人，提供自己力所能及的帮助。“有党和政府的好政策，只要我们盲人好好奋斗，照样有一个好前程！”

### 张军建：“用心点亮公益路”

创建公益平台并组建爱心联盟、资助贫困生和孤寡老人、为残疾人搭建相亲交友平台、倡导发起“爱心百店”“好人商城”公益项目……从事公益活动10余年，张军建用勤奋、爱心演绎着新时代青年的奉献故事。

36岁的张军建是盐山县庆云镇东木村人，虽然右手先天残疾，但他并没有自暴自弃。

“初中毕业后，我就去北京一家广告公司打工，在那段时间开始与电脑、网络结缘，也萌发了自主创业的想法。”张军建介绍，后来，他回乡学习电脑职业技能，并在盐山县城开了一家电脑维修部。

“2009年，为了与更多的残疾人朋友交流，我创立了百度残疾贴吧，随后，又自费创建了全国残疾人爱心联盟网站。”张军建介绍，在与残疾人朋友交流互动过程中，他结识了盐山当地不少爱心人士，为了帮助更多的残疾朋友，他和另外两名爱心人士共同创建了一个助残志愿服务组织——盐山县爱心联盟。

在助残志愿服务过程中，有感于残疾人生活不易，张军建提议组织残疾人相亲交友会。

2012年5月，首届残疾人相亲交友会在盐山举行，来自河北、山东等地的130余名残疾人齐聚一堂。截至目前，残疾人相亲交友会已经举办了9届，40余对残疾人牵手成功。

帮贫助学、扶危济困，张军建一直尽自己所能。

在志愿服务工作中，他认识了一位尿毒症患者，为了看病几乎花光了家里所有的积蓄。张军建就主动帮这位患者组织捐款。几年来，张军建和他的志愿组织相继救助了白血病女孩马明月、尿毒症患者赵福来、孟村软骨病男孩孟肖……

奉献爱心一直延续。

“志愿组织成立到现在，一直通过网络募集、接收爱心捐赠等方式，帮助那些生活困难的学生，希望给予他们更多对未来美好生活的信心。”张军建说，盐山县常庄乡崔家村一名学生家境困难、面临失学，了解情况后，他们找到一家爱心企业帮孩子筹到了助学金，解决了孩子的上学难题。

10多年来，张军建“用心点亮公益路”，曾获得“全国向上向善好青年”“全国百名网络正能量榜样”“中国青年志愿服务优秀个人”“沧州好人”等荣誉称号。

# 关爱在身边 为留守儿童撑起希望的蓝天

## 邢台市「关爱希望」计划获全国最佳志愿服务项目

河北日报(记者董琳琳)“谢谢哥哥、姐姐，欢迎你们下次再来。”日前，邢台市关爱留守儿童服务协会以“关爱希望”精准帮扶留守儿童陪伴成长计划项目为载体，统筹安排志愿者组建关爱小队，前往邢台市信都区宋家庄镇看望正在上五年级的困境留守儿童小起硕(化名)，对其开展叠加递进式成长帮扶活动。

一对一辅导功课、户外游戏、心理疏导……邢台市“关爱希望”精准帮扶留守儿童陪伴成长计划自2016年实施以来，通过物质精神双重帮扶相结合的模式，用关爱去温暖每个留守儿童，让他们不再感到孤单。

“精准性、科学性、长期性是该项目最突出的特点。”“关爱希望”精准帮扶留守儿童陪伴成长计划项目自2016年实施以来，通过物质精神双重帮扶相结合的模式，用关爱去温暖每个留守儿童，让他们不再感到孤单。

“初中毕业后，我就去北京一家广告公司打工，在那段时间开始与电脑、网络结缘，也萌发了自主创业的想法。”张军建介绍，后来，他回乡学习电脑职业技能，并在盐山县城开了一家电脑维修部。

“2009年，为了与更多的残疾人朋友交流，我创立了百度残疾贴吧，随后，又自费创建了全国残疾人爱心联盟网站。”张军建介绍，在与残疾人朋友交流互动过程中，他结识了盐山当地不少爱心人士，为了帮助更多的残疾朋友，他和另外两名爱心人士共同创建了一个助残志愿服务组织——盐山县爱心联盟。

在助残志愿服务过程中，有感于残疾人生活不易，张军建提议组织残疾人相亲交友会。

2012年5月，首届残疾人相亲交友会在盐山举行，来自河北、山东等地的130余名残疾人齐聚一堂。截至目前，残疾人相亲交友会已经举办了9届，40余对残疾人牵手成功。

帮贫助学、扶危济困，张军建一直尽自己所能。

在志愿服务工作中，他认识了一位尿毒症患者，为了看病几乎花光了家里所有的积蓄。张军建就主动帮这位患者组织捐款。几年来，张军建和他的志愿组织相继救助了白血病女孩马明月、尿毒症患者赵福来、孟村软骨病男孩孟肖……

奉献爱心一直延续。

“志愿组织成立到现在，一直通过网络募集、接收爱心捐赠等方式，帮助那些生活困难的学生，希望给予他们更多对未来美好生活的信心。”张军建说，盐山县常庄乡崔家村一名学生家境困难、面临失学，了解情况后，他们找到一家爱心企业帮孩子筹到了助学金，解决了孩子的上学难题。

10多年来，张军建“用心点亮公益路”，曾获得“全国向上向善好青年”“全国百名网络正能量榜样”“中国青年志愿服务优秀个人”“沧州好人”等荣誉称号。

## 石家庄探索家校社联动 呵护未成年人心理健康

河北日报(通讯员苏燕、马立改 记者马利)5月10日，石家庄市第十二届“5·10中小学生心理健康日”正式启动，为培养未成年人良好的心理品质，该市将壮大师资队伍、创新教育形式，积极探索学校、家庭、社会相结合的心理健康教育模式。

据了解，石家庄市教育系统将开展“三讲三课三查”活动。“三讲”是分别面向心理教师、班主任、普通科任教师三个教师群体开展以“危机干预与心理健康”为主题的专题讲座；“三课”即面向学生上一节以“危机干预与心理健康”为主题的心理健康教育主题班会课，面向家长上一节“亲子健康心理”家庭教育成长活动课程，面向社会公众提供一节15分钟的心理微课；“三查”是面向学业压力大的学生、心理困扰较大的学生、贫困、留守、残疾、单亲学生等三类群体开展心理健康排查。在此基础上，各学校将全面建立心理危机预防、预警和干预工作长效机制，及时了解学生的心理动态，为他们纾解心理压力。

同时，打造精品教师队伍，加大中小学校专兼职心理健康工作人员配置力度，发挥辅导员、班主任在学生心理健康教育中的重要作用，加强家校联系，帮助家长树立正确教育理念，提高家长预防、识别子女心理行为问题的能力。此外，还将创新开展形式多样的主题活动，结合生命教育、亲情教育、爱国主义教育，培养学生积极心理品质。

## 石家庄高新区供水排水公司 4名职工勇闯火海 救出被困居民

河北日报(通讯员刘新喜)日前，石家庄金色家园小区内一住户家中突发火灾，石家庄高新区供水排水公司4名职工勇闯火海，救出了被困家中的4人，受到居民称赞。

5月4日11时30分许，供水排水公司用户管网工程职工赵文浩、田彦峰、康世玉、王旭帅，正在金色家园小区进行老旧小区水表改造施工，突然看到附近一房间内冒出滚滚浓烟，立刻拨打119火警电话，拎起工程车上的灭火器冲进起火的楼道。

浓烟呛得睁不开眼，他们四处寻找消防栓未果。救人要紧！四人不顾安危闯进了着火房间。这时，只听到孩子的哭声，什么也看不见。燃气灶还在燃烧，赵文浩借着微弱的火光关闭了燃气。

摸到客厅，浓烟中只见一个女人在地上，旁边躺着一位瘫痪的老人。主卧着起火，女儿想把父亲救出房间，但是刚拉到客厅就没了力气。赵文浩和田彦峰看到老人的胳膊已严重烧伤，拨打了120，并找来被褥把老人包裹好抬下楼。康世玉和王旭帅循着哭声继续搜索，很快找到两个三四岁的男孩，一人抱起一个孩子，搀扶着惊吓过度的女人离开火场。

火场中的孩子已经全部救出，他们又来到楼上，大声呼喊并挨家敲门，确认房间没人后，又在小区里协调指挥车辆，疏通消防通道，使消防车到达小区后顺利进行灭火作业。

据了解，这次火灾是由两个孩子在主卧室玩火引发，孩子的母亲在厨房做饭时，发现时火灾已蔓延。

## 《石家庄市城市市容和环境卫生管理条例》修订后本月施行，对共享单车乱停乱放作出规定——有了法律依据，治理“顽疾”关键看落实

河北日报记者 薛惠娟

5月11日8时10分，省会市民李然走出裕华路地铁站。这里距离单位还有800米，他一般会扫一辆共享单车前往。“地铁和共享单车无缝衔接，既省时又方便！”近一年来，他已经习惯了这种交通方式。

共享单车解决了公共交通“最后一公里”衔接问题，然而，乱停乱放等问题日益凸显，极大影响了城市交通和市容市貌。

5月1日，新修订的《石家庄市城市市容和环境卫生管理条例》正式施行，其中规定，“互联网租赁车辆运营企业应当按照要求投放车辆，落实车辆停放管理责任，利用信息化手段引导和规范用户停车行为，及时清理违规停放、存在安全隐患和不能使用的车辆。”

有了法律依据，共享单车无序乱停放这一“城市公害”是否能得到有效治理？连日来，记者在省会街头进行了探访。

### 探访“微镜头”——乱停放问题仍存在

5月10日18时30分许，记者从裕华路出发沿建设大街向北实地查看，发现沿路的共享单车大多停放到停车区域，也有少量单车停在区域外。

行至中山路口东南角，发现大量共享单车和私人非机动车混杂在一起，明显超出了划定的停车范围。附近的商家抱怨，“很多人图方便，将单车随手停在人行道、盲道上，特别乱，也管不了。”

徒步行走一个多小时，记者发现

在公交站、地铁站、医院、商场、写字楼附近，共享单车乱停乱放问题较为严重。沿途也目睹了共享单车停放各种乱象——有的倒在草丛中，有的上了公交车站台，还有的停在非机动车道上，甚至有几辆单车混乱地堆放在一起……

共享单车乱停乱放，严重影响城市环境和秩序，这已成为社会共识。

郝麟是省会一名城市管理网格员，负责万象城、新百广场区域，这里商场、写字楼多，人流量大，共享单车的使用率很高。“每天巡查时，我们都会发现多起问题。”他介绍，“早高峰乱停乱放的现象比较严重，我们发现问题后会拍照上传到石家庄市数字城管信息上报平台，接下来会有相关部门、企业来处理这些问题。”

记者在沿途采访中也发现多辆贴有“共享单车归拢车”标识的三轮车，车上大多载满了单车。

在建设大街和中山路交口南侧的便道上，一排黄色的共享单车排列整齐，两名工作人员正在擦拭车座上的灰尘。工作人员介绍，“我们负责单车的维护，将车辆摆放到规定区域，并将多余的单车运到其他车少的地方。”

### 应答“新考题”——治理还需加把力

和国内很多城市一样，在经历了共享单车的“野蛮生长”后，近年来，石家庄也在应答“新考题”，通过政企联动规范运维模式、清理超量单车、严把准入关口等措施，不断加大治理力度。



在省会青园街与槐树路口，共享单车停放在规定区域内。河北日报记者 薛惠娟摄

记者了解到，1985年制定的《石家庄市城市市容和环境卫生管理条例》，已不能适应新形势下城市管理工作的需要，未对互联网租赁车辆等作出规定。前后经过5次修改，条例由省十三届人大常委会第二十二次会议审查批准，并于今年5月开始实施。

条例明确，互联网租赁车辆运营企业超量投放或者未及时清理违规停放、存在安全隐患和不能使用的自行车，造成乱停放问题严重影响市容的，责令限期改正，可以并处一万元以上二万元以下罚款；逾期没有改正的，处以三万元以上五万元以下罚款。

“条例对共享单车企业的责任和义务作出规定，要求各企业及时清理违规停放、存在安全隐患和不能使用的车辆。”石家庄市城管局市容监督处有关负责人介绍，下一步还将对未按规定停放共享单车的群众进行劝导，引导其规

范有序停放车辆。

“要解决好共享单车乱停放问题，运营企业责无旁贷。”美团石家庄运营经理杨辉说，“我们会根据不同的地方，尤其是热点区域增加运维人员，维护市容市貌。”

条例同时明确，互联网租赁车辆使用人应当在使用后，将车辆停放在规定地点并停放整齐。

“文明骑行、规范停放，这在一定程度上反映着一座城市的文明程度。”市民刘先生认为，“条例对骑车人也作了规定，需要每个人自觉遵守，共同营造文明有序畅通的交通环境。”

5月6日，石家庄市城管局、裕华区城管局开展宣传活动，向社会公众倡导“规范单车秩序、倡导文明骑行”，并组织执法人员和互联网租赁车辆企业人员，对共享单车进行规范停放，对严重影响市容秩序的车辆进行清理。