

从残奥冠军到“三尺讲台”

“我想成为光，点亮更多盲童的梦想”

本报记者 郭帅

爱心档案
aixindangan

江西省萍乡市政协委员、市特殊教育学校的特教老师贾君婷仙，是残奥会短跑冠军，也是一名公益达人。15年的运动生涯里，她多次打破世界纪录，在各类国内、国际赛事中斩获金、银奖牌达43枚。2017年退役后，贾君婷仙走上“三尺讲台”，把全部心思都放在了和她有着同样视障遭遇的孩子身上，带着孩子们一起奔跑在追逐梦想的路上。

“我和孩子们心意相通”

即将冬至，江西省萍乡市迎来新一波寒潮。

清晨，感受到透过窗缝的丝丝寒气，贾君婷仙决定穿上自己最厚的羽绒服。因患有先天性眼疾导致双目失明，盲犬爱莎成了她不可或缺的伙伴。收拾妥当，贾君婷仙带着爱莎走出家门。

江西萍乡市特殊教育学校启明班，8:30分，上课铃声响起，班主任贾君婷仙走上讲台：“请大家拿出课本，翻到第28课……”孩子们立即从抽屉里摸索着掏出盲文课本放在课桌上。盲文课本由牛皮纸制作，书上没有图案，每一页都是密密麻麻、凹凸不平的盲文。

“下面，我带领同学们一起朗读课文。”贾君婷仙的声音刚落，孩子们的手指尖快速划过课本，“古时候，山脚下的村庄里有一户人家……”贾君婷仙一边朗读课文，一边走到孩子中间，把手指引他们触摸牛皮纸凸起的盲文。

每次停顿处，孩子们总是争先恐后地提问。虽然看不见，但通过盲文阅读，他们对世界充满了好奇与憧憬。盲童们的踊跃发言，让贾君婷仙深感欣慰，“我最想教会孩子们的是自尊自爱，希望他们能够学会独立。我觉得书本是他们通往独立和自尊的一扇门。”

贾君婷仙曾是一位在残奥赛场上风驰电掣的短跑冠军。2016年，贾君婷仙和队友一起登上里约残奥会女子田径T11-T13级4×100米接力项目的冠军领奖台，以47秒18的成绩打破了世界纪录。

2017年退役后，贾君婷仙回到家乡萍乡，成了一名特教老师。从此，她把大部分精力用在了孩子们身上。在她来之前，学校没有专门的视障教学课程，唯一的视障孩子小乔虽然已经在学校里学习了5年，但都是随大班学习，从来没有接触过盲文。

虽然只有一个学生，贾君婷仙依

然为她开设了全科课程：语文、数学、音乐、计算机、思想品德等。“小乔特别聪明，3个月的时间，她就能比较熟练地运用盲文了，书写也是工工整整。”小乔的飞速成长大大增强了贾君婷仙作为老师的信心：“我想当好一名特教老师，哪怕能让一个视障孩子和我一样融入社会大家庭，都是值得的。”

全国自强模范、全国先进工作者、全国三八红旗手、中国青年五四奖章获得者……成为特教老师后，面对纷至沓来的荣誉，贾君婷仙更坚定了前行的路，“这么多年来，我得到了很多的关怀和爱护，我也要把这种爱和温暖传递给更多的残障孩子。”

“虽然看不到光，我却时刻感受到光的存在”

家住萍乡市上栗县长平乡塘上村的甘罗林和甘从义是一对视障兄弟，一次偶然的机会，他们从收音机里听到同为视障者的贾君婷仙的故事后，备受鼓舞，也尝试着练习跑步。“双手朝前摸着跑，摔倒就再爬起来。”山上交通不便，跑步成了甘氏兄弟特有的娱乐方式。

贾君婷仙早在备战里约残奥会期间，就听说了兄弟俩“盲跑”的故事，一直记在心里。退役后回到家乡，她第一时间买了日用品和学习用品，和丈夫李小微驱车1个多小时抵达山脚，距离甘氏兄弟家还有近半个小时的路程。李小微是残疾人运动员，左腿高位截肢，两人只得相互搀扶着爬过弯弯曲曲的山路，终于来到甘氏兄弟的家。

了解到兄弟俩的愿望后，贾君婷仙马上替兄弟俩联系自己所在的学校，接他们到市里就读，圆了他们的上学梦。甘氏兄弟入校后，贾君婷仙慢慢教会了他们系鞋带、缝扣子等生活技能。“现在两个孩子已经能津津有味地阅读各种盲文书了。”贾君婷仙笑着说。

“班上孩子不多，正好能让我针对不同孩子的情况，因材施教。”看

到市面上在售的盲文模具太小，贾君婷仙就找来茶叶罐和吸铁石自己做，她还特意为孩子们借来几台听书机，“希望他们能从阅读中了解到世界的广阔。”

“我自己就是盲人，也经历过我们这个年纪遇到的困难和不便，很容易心意相通，这可能也是我作为特教老师的优势所在。”班上哪个孩子有心事，细心的贾君婷仙总是会第一时间发现。孩子们总说，贾老师谈心总是能谈到“点子”上，“她特别懂我们。”

“虽然看不到光，我却时刻能感受到光的存在。”采访中，贾君婷仙多次提到成长过程中来自亲人、老师、同学甚至陌生人的帮助，“正是在这样的呵护下，我越来越快乐和自信。”贾君婷仙说：“我想成为光，点亮更多盲童的梦想。”

如今，贾君婷仙教授的启明班有5位视障孩子，除了盲文课，她为小乔设计的全科课程保留了下来。她也越来越体会到作为一名教师的幸福感和成就感，她的学生中有人在江西省朗诵比赛中获得季军，有人在江西残疾人运动会上获得亚军……“比自己获奖都高兴。”贾君婷仙说。

这些年，和孩子们感情越来越深的贾君婷仙也在心里为班上每个孩子盘算着未来人生的规划。“对于视障孩子来说，有一技傍身是融入社会、独立生活的安身之本。”大学期间，贾君婷仙学的是盲人中医推拿专业，在国家队集训时，也常帮受伤的队友推拿复健。“中医按摩对视障孩子而言，算是一条比较稳妥的就业之路。”贾君婷仙说。

2018年，贾君婷仙和丈夫拿出全部积蓄开了家盲人按摩养生馆，至今已经帮助30余位视障朋友及残障人士实现了“家门口”就业。“以后我还想教孩子们学习中医按摩，等他们毕业之后，起码在‘家门口’就有一个就业选择。”在贾君婷仙看来，有了就业岗位才算是真正意义上的毕业，她的使命才算圆满完成。

身为大连“心连心”志愿者服务中心理事长，辽宁省大连市甘井子区政协委员陶陆做志愿者已有20个年头。多年来，她组织参加各种爱心公益活动3000多次，助老扶弱1.8万人次，先后被获得“中国青年志愿者优秀个人奖”“大连好人”“辽宁省最美志愿者”等荣誉。

16年前，陶陆带领志愿者爱心团队开始实施“关爱孤寡、失独、空巢老年人”的爱心助老项目，取名“情暖夕阳”。“主要是组织志愿者定期为老年人提供医疗义诊、心理疏导、修理家电、出行购物、亲情陪伴等关爱服务，到目前为止已有10万余名老年人受益。”陶陆说。

不仅如此，每年新春佳节，陶陆都要组织志愿者们开展“情暖夕阳”之“温暖老人心、共度除夕夜”主题公益活动，或到孤寡、失独、空巢老人家里，或到敬老院陪老人们一起过除夕、吃年夜饭，为老人们带来节日慰问品，表演精彩的文艺节目，同时还提供医疗、理发和心理疏导、精神慰藉等服务。

“16年来没有中断过，每年报名的志愿者都非常踊跃，即使有再大的困难，想到老人们期待的眼神，都要排除万难开展活动。”陶陆说，这些年志愿者们共陪同5000多名老年人度过了欢乐、祥和、温馨的除夕之夜。

与“情暖夕阳”爱心助老项目同步启动的还有“圆梦1+1”活动，一本童话书、一个新书包、一支点读笔、一双运动鞋……收集偏远地区困境儿童的“小小心愿”，成了陶陆和志愿者们16年来不变的习惯。这些年，他们共帮助2万多名残疾、贫困儿童实现了心中所“愿”，该项目还获得了“中国青年志愿服务项目大赛金奖”。

近几年，陶陆还着眼助力乡村振兴，策划开展了“情暖乡村”关爱农民家庭系列公益行动，先后在大连市筹建了100家“助农驿站”，帮助农民家庭销售自产的各种农产品。与此同时，通过实施“心灵港湾”关爱项目，为500名外来务工人员子女、农村留守儿童以及更多困境农民家庭的孩子提供学业辅导、心理咨询、亲情陪伴、自护教育、文体活动、法律援助、医疗康复等一系列关爱服务。

20年志愿服务之路，已让陶陆那份“助人为乐”的初心如春雨般沁入了方方面面，时时刻刻都在润泽着她身边每位需要帮助的人。陶陆说，志愿服务是一场没有终点的接力赛，她希望能让志愿服务的精神薪火永续，将志愿服务的接力棒代代相传，“做志愿服务，是我幸福的事。我要做一辈子志愿者，把自己的青春和爱心都奉献给最需要帮助的人。”

点燃更多残障朋友的心灯

虽然眼睛看不见光明，但贾君婷仙总说，她知道光的温度。“我从小得到了很多人的帮助，一直想把这份爱传递下去，从身边点点滴滴的小事做起，帮助需要帮助的人，让他们也能感受到阳光和温暖。”

早在国家队训练时，她就经常省下生活费，为重症患者捐款，为家境困难的队友送去训练的跑步鞋、衣服和生活用品。

为了让更多残障朋友更好地融入社会，贾君婷仙组织成立了萍乡市盲人志愿者服务队，让他们在参加各种公益活动时创造价值，收获自信。“对于视障朋友而言，最重要的是点燃他们心里的那盏灯，这样他们才能循着光的方向追逐梦想。”

为了点燃更多视障朋友的心灯，贾君婷仙积极参加各种宣讲，为视障朋友讲述自己的奋斗故事。“只要付出足够的努力，别人能够做到的，我也一定行。”这是贾君婷仙的信念，她也希望用这样的信念激励更多的人。

除此之外，贾君婷仙还在微信上组建了“残疾人信息交流群”，鼓励大家在群里分享自己的成长故事，借此鼓励更多的残疾人朋友走出家门、融入社会，找到自己的人生价值。

每逢节假日，只要一有时间，贾君婷仙就会叫上家人和朋友，一起去为社区的空巢老人做按摩，去探访偏远地区的视障群体，去各类比赛赛场为运动员推拿……在贾君婷仙的带动下，越来越多的爱心人士汇聚起来，成了志愿者服务队的一员。

作为萍乡市政协委员，去年贾君婷仙提出的关于完善行人过街设施（建设人行灯语音播报系统）的建议，被列入“2022年萍乡市20件重点民生实事”，让视障朋友的出行更加畅通；在她的建议下，盲人携带导盲犬只或者残障人士携带辅助犬只，被列入萍乡市养犬管理条例……未来，贾君婷仙还想尽可能地再为视障群体发声，“为他们带去更加便利美好的生活。”

暖心故事
nuanxingushi

“全国向上向善好青年”刘慧敏：

公益路上绽放青春色彩

本报记者 郭帅

在河北献县南河头乡刘庄村，刘格格的名字几乎无人不知。这个名字，是“90后”女孩刘慧敏的“益名”，公益路上，受助孩子习惯了叫她“格格姐”。“很多孩子是我在2013年认识的，那时，他们问我叫什么，我就把小名‘刘格格’告诉他们。”刘慧敏告诉记者。

对于临近产期的刘慧敏而言，这几天她格外焦虑。然而，她焦虑的却不是临产这件事。每年过年前，刘慧敏都会为偏远山区困境孩子送去春节大礼包，里面装有新衣服、学习用品、零食等，“今年怕发不完，把时间提前了，就怕在路上。”刘慧敏笑着说。

一路上，刘慧敏总是收到各种关心的短信和电话，提醒她注意休息，劝她孩子为重，但她都爽朗地答复：“放心吧，这件事不做完，生孩子也不踏实。”

2019年11月，刘慧敏在做公益的路上发生严重车祸，身体多处受伤，11根肋骨断裂。在医院昏迷十多天，醒来后才得知，很多爱心人士为她筹集了手术费用，来自石家庄、秦皇岛的陌生人还驱车几百公里外赶来探望。更让她感动的是，她曾经资助过的孩子们也都在以自己的方式为他们的“格格姐姐”祈祷。

“原来从没想到自己会走上公益这条路。”刘慧敏说。因为家境贫寒，初中没有读完，刘慧敏就辍学前往天津打工。在一家美发店做了几年学徒后，勤奋好学的她当上了店长，工资也有了不小的涨幅。

2012年末，一则有关贵州山区困境儿童的新闻引起了刘慧敏的注意。“当时就想去见见这个孩子，看看能帮上点什么。”几经辗转，她利用假期来到新闻中报道的那一处山村，“那时候是冬天，孩子们都穿得较单薄，有的孩子鞋上露了洞，小脚冻得通红。”

回来后，刘慧敏的心却留在了贵州那个小山村，“孩子们的小脚丫总在我眼前晃。”2013年，刘慧敏联系上了贵州省黎平县尚重镇双联小学校长，得知那里有175名学生，大部分都是留守儿童，家境困难。

从此，刘慧敏开始攒钱，每餐只舍得吃最简单的食材。每周仅有一天休息时间，刘慧敏全部用来挑鞋、买鞋。两个月后，她终于买



中华慈善总会启动“卫爱新生”援助项目

本报讯（记者 舒迪）12月15日，由中华慈善总会发起，爱心企业日本卫材株式会社无偿捐赠药品，“卫爱新生慈善援助项目”正式启动，为肝癌患者提供部分药品援助支持。

患者本人申请本项目前，持有区、县级以上民政部门颁发的低保证明满一年，且至今享受低保待遇，即可自愿申请。非低保患者中的中低收入群体，经过4个月乐卫玛持续治疗后，可一次性援助乐卫玛药品2盒。

天津：助力残疾人站起来走出去

本报讯（记者 李宁馨）记者从日前召开的2022年天津市高质量假肢装配项目座谈会上获悉，该项目自立项目以来，共计为残疾人装配假肢2485例。接下来，天津市残联将着力培养一批系残疾人、残疾人的专业技术人员，推广一批高质量的辅助器具，并加大推广“互联网+”辅助器具服务理念力度，助力残疾人申请更便捷，工作人员审核更高效，装配服务达到更高标准。

够了175双新鞋，赶紧给孩子们邮寄了过去。

“校长给我拍来照片，看着孩子们穿上新鞋后开心的笑脸，我的心都融化了。”刘慧敏说，看到照片后，她决定去学校看看还能给孩子们做些什么。

那年，刘慧敏带着学习用品和玩具，来到了双联小学。“在那待了十多天的时间，把那年所有假期都用完了，就一直和孩子们在一起，听他们说心事，也给他们讲大山外面的故事。”

“有些孩子家离学校很远，要翻好几个山头才能到学校，凉鞋两三个月就露了脚趾头。”从贵州回来后，刘慧敏用为数不多的积蓄，再次为双联小学的孩子购买了一批新鞋。

因为这件事，很多人通过互联网知道了“刘格格”的名字。“后来，好多爱心人士联系我，表达了他们也帮助山区孩子的愿望。”随后几年，刘慧敏成了一座“桥梁”，一边工作，一边利用空闲时间，把爱心人士的一笔笔落实到贫困学生和山区学校。

多年来，刘慧敏的足迹遍布贵州、青海、湖南、四川等十多个省份，资助困难学生2000多人。随着爱心人士不断增多，刘慧敏开始“牵线搭桥”，让爱心人士和困难学生实现“一对一”资助。

那场车祸带来的创伤让刘慧敏不再适合在美发店工作。2020年9月，她和丈夫在家乡献县开了一家火锅店。火锅店进门的墙角处有一张桌子，店里生意再忙，这张桌子也不接待客人，“这张餐桌是爱心餐桌，专门给受资助的困境孩子和当地的环卫工人准备的。”刘慧敏说：“凡是在这张桌子吃饭的客人，都是免费就餐。”刘慧敏说。

“尽己所能，帮一帮这些孩子。”这是刘慧敏2013年走在贵州小山村时不断重复的想法，也是她走上公益路的初心。这些年，刘慧敏获得了包括2022年“全国向上向善好青年”在内的很多荣誉，但她说，她的初心从未改变。

“其实我没有做多少，是很多爱心人士还有受资助的孩子们给了我特别多的动力。”刘格格说：“有些来火锅店吃饭的顾客知道了我做的事情后，也纷纷报名，都说什么时候去山区看我孩子们，一定要带着他们。”

凡人善举
fanrenshanju

冯朝红：

让“失独”不再孤独……

每逢年节，一群老人围坐在一起，一边吃些水果、坚果，一边说着各自的心事以及最近的见闻……这样的情景，让家住广西柳州今年65岁的冯朝红内心颇感慰藉。

2010年10月，冯朝红正值壮年的独生子意外去世。仅仅76天后，丈夫因无法承受痛失爱子的巨大打击，突发疾病撒手人寰。年过半百的冯朝红在如此沉重的打击下，精神几乎崩溃。很长一段时间，冯朝红都把自己关在家里，不想出门。一天，沉浸在悲伤中的冯朝红突然有一股强烈的冲动，找到和她一样的失独老人，和他们说说那些在其他老人面前无法开口说的话。

很快，她就在网上找到了失独家庭的群组，认识了和她一样的失独老人，而他们毫无例外，心里都有着压抑的悲苦和无法言说的伤痛，不知道如何解脱。

“不能再这样活下去了！”怀着自救救人的心情，冯朝红重新找到了生活的目标：让失独老人重拾生活的信心，在困难时相互帮助，在难过时彼此诉说，在生病时相互照顾。

2016年4月，冯朝红个人出资3万元，注册成立了广西博爱特殊空巢老人服务中心。从此，她的家便成了“博爱之家”。

对于失独老人来说，大家最怕的就是过节。“本来平时就不爱出门，到了年

节的时候，连电视都不敢打开，生怕看见面家人团聚的场景。”冯朝红说。

“博爱之家”成立后，每年的春节、中秋节、端午节等节日，冯朝红都会出资举办活动，她买来食材，叫上伙伴们来到家里，一起做饭、用餐。在你一言我一语的拉家常中，以往过节时的那份思亲之痛大大减轻。

平日里，“博爱之家”也会经常组织活动，大家约着一起去徒步、爬山，还组成了文艺队，进行歌舞排练和表演。而开展活动所需的办公用品及设备，如电脑、打印机、办公桌椅、音箱等，都由冯朝红个人出资购买。

几年下来，“博爱之家”成了失独老人们名副其实的大家庭。迄今为止，“博爱之家”在冯朝红的带领下共服务了500多人次，涉及180多个失独家庭。“新冠肺炎疫情前，我们每年会做五六次的大型活动，20次左右的小型活动，希望让失独老人敞开心扉，走出家门，回归社会。”冯朝红说。

几年来的活动，虽然让冯朝红花掉了大半辈子的积蓄，但也让她获得了心灵的满足和巨大的成就感，每当看到老伙伴们脸上的笑容时，她就由衷感到开心。

“我现在希望有更多人加入我们的团队，将来再创办一个失独老人养老院。”冯朝红坚定地说：“只要身体允许，一定会一直做下去。”（袁霖）

政协委员陶陆：我要做一辈子的志愿者

通讯员 吴耀辉 本报记者 吕东浩