

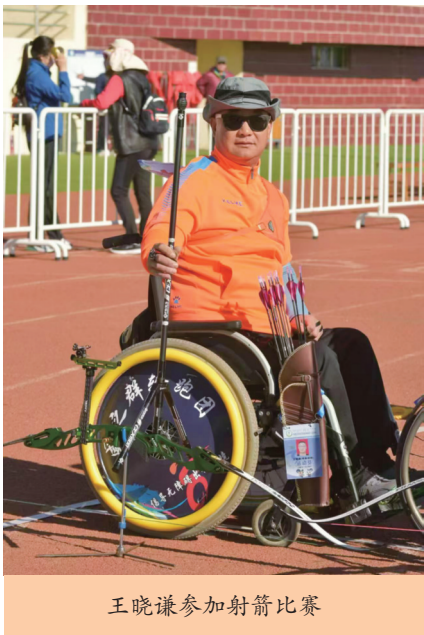
在生活的舞台上,有这样一群特殊的追光者。他们虽身有残疾,却用坚韧不拔的意志、积极向上的人生态度,书写着属于自己的精彩人生,生动诠释着自尊、自信、自强、自立的精神内涵,为我们带来感动与力量。在呼和浩特市,就有这样一群残疾人,他们在呼和浩特市残疾人联合会的引导和多举措助力下,打破身体桎梏,在各自的领域发光发热、无私奉献,成为我们身边的榜样。他们是首府众多自强不息残疾人的缩影,他们用实际行动向社会贡献力量、温暖他人。

折翼亦能勇敢翱翔 逆风活出精彩人生

——首府残疾人用汗水和奉献书写生命华章

●本报记者 苗欣 实习记者 于梦圆 贾思敏 贾璐 杜拉罕 文/图

王晓谦:轮椅赛场闯天地 “梦想驿站”谱新曲



王晓谦参加射箭比赛

在内蒙古残疾人就业创业康养基地,键盘敲击声此起彼伏。几十名重度残疾人坐在轮椅上,专注地进行视频剪辑、数据标注、跨境电商运营。基地创始人王晓谦正浏览着电脑屏幕上的数据——这座由他一手创建的“梦想驿站”,正悄然改写许多残疾人的命运。

生机背后,是25年前一场命运重击。1999年,刚转业至呼和浩特市交警支队的王晓谦执勤时遭遇车祸,致胸椎骨折、脊髓损伤性截瘫。“当知道终身需以轮椅为伴时,悲伤难免,但想到刚出生的双胞胎女儿,我必须振作。”军人的血性在绝境中迸发。投身射箭运动后,长期轮椅训练导致臀部压疮如影随形,甚至压坏三台轮椅。他以常人难以想象的毅力,换来自治区残运会坐姿射箭三连冠的荣光,并成为2008年北京残奥会火炬手。此后他转向培养新人,先后带动

10余名肢体残疾人参与射箭,多人取得优异成绩。

战胜自我后,王晓谦将目光投向同样身处困境的群体。2010年,他顶着烈日奔走月余,为首批300多名残疾驾驶员学员争取到每人1000元学费补助。“一位患癌的残疾人朋友耗尽积蓄,但他想学车改变现状的炽热目光令我动容。”这项暖心政策沿用至今。次年他组建轮椅·汽车俱乐部与爱心车队,带领重度残障者走出家门。

“身为脊髓损伤者,我深知这方面的艰辛。”王晓谦说。2016年盛夏,他推动内蒙古首家脊髓损伤者“希望之家”落地,并牵头开展“生活重建”培训项目。截至2024年,该项目已举办5期培训,让150名残疾人重燃生活希望。残疾人段永彪受伤后十几年未曾出门,通过训练营如今已能独自远行,足迹遍及北京、长沙等地,更

在希望之家觅得真爱。“长期与轮椅为伴存在多种并发症,病友们一次性护理用品的反复使用让我深感心酸。”王晓谦说。2023年,“大爱北疆、助康圆梦”脊髓损伤截瘫残疾人暖康护理包项目落地,截至目前已惠及全区1079名脊髓损伤残疾人。来自通辽的残疾人朋友李建道出众人心声:“护理用品太重要了,以前因经济压力总是不舍得用,如今有了这一暖康护理包项目大大减轻了家庭负担。”

2024年,王晓谦仍在破局。他创建的就业创业康养基地,针对重度肢体残障者特点设立电商运营、视频剪辑、手工制作等六大功能区。“我们的目标是助力100名残疾人实现就业创业增收。给予收入固然重要,但更重要的是让他们全面融入这个有温度、有爱的社会。”王晓谦的话语随着轮椅转动,在这片土地上持续播撒不灭的希望。

洪波:托起心智障碍者就业梦



洪波指导店内工作人员制作煎饺

在呼和浩特市小波耀红汤饺馆里,一群特殊员工正忙碌着,他们动作娴熟、笑容真挚,很难想象这些心智障碍者曾经连基本交流都困难。而这一切的改变,离不开全国自强模范洪波的努力。

50岁那年,洪波因糖尿病综合征致盲,历经8个月的治疗后仅有一只眼睛复明。这段艰难的经历让他深刻体会到残疾人生活与工作的不易,也坚定了他为残疾人奉献力量的信念。“那时候我才真正明白,一个简单的动作对残障人士来说可能就是一座高山。”正是这份感同身受,让重见光明的洪波萌生了创办助残机构的念头。经过多年筹备,2023年冬至,小波耀红汤饺馆正式开业,专门为心智障碍者提供就业机会。

开业初期,店里每天都会出现各种状况:饺子煮成片儿汤、上错菜、算错账……更棘手的是,许多员工因为孤独症或智力障碍完全无法与正常人交流。“有些员工刚来时整天蜷缩在角落,连抬头看人都害怕。”洪波回忆道。但他坚信,只要有合适的方法和足够的耐心,这些“慢飞天使”一定

能绽放光彩。洪波带着团队反复研究,制定了流程化、标准化的培训和运营模式,还亲自编写了内部教材《看见——全球心智障碍洞察和破局之路》。经过几个月的耐心训练,员工们的进步令人欣喜。“现在每个人都能熟练完成自己的工作,他们干净、整洁、勤劳、懂礼貌,完全符合小波耀红汤饺馆员工的标准。”洪波欣慰地说。

“他们不是能力不够,只是需要更多时间。”洪波说。截至目前,小波耀红汤饺馆已累计培训79名心智障碍者,其中34人成功走上“边康复边工作”的成长之路。更令人动容的是,这些改变深刻影响着326个特殊家庭——家长们第一次看到孩子能靠自己的劳动获得报酬,第一次听到孩子说“妈妈我发工资了”,这些突破带给家庭的希望远比经济收入来得珍贵。

如今,“小波模式”正在引发更广泛的社会关注。洪波说,他最大的愿望是让更多企业看到心智障碍者的潜力:“他们或许学得慢一些,但那份专注和真诚往往超出常人。只要给予机会,每个生命都能闪耀独特的光芒。”

秦明燕:信念不屈自昂首 心向暖阳绽芳华



秦明燕在颁奖台上

今年47岁的秦明燕是新城区残疾人联合会副理事长,在人生舞台上,她展现出顽强不屈的精神和积极向上的态度。身为一名残疾人工作者,她不因身体残疾而自怨自艾,反而全身心投入到服务残疾人的事业中。她从基层岗位做起,以“不向命运低头、不为残疾设限”的信念,从普通职员成长为党员领导干部,以坚韧不拔的意志和顽强拼搏的精神书写了不平凡的人生篇章。

秦明燕出生后由于照护失误导致严重的脊柱侧弯,但她努力学习,以优异的成绩考取大学,她接

纳自己,以不屈之姿面对人生;在读书和工作期间,她勇于挑战自我,抓住一切机会大胆学习尝试,努力成为更优秀的自己;在人生道路上,对于帮助过她的人心存感恩,立志用自己的双手和智慧回报社会。

“淋过雨的人更想为别人撑把伞。”秦明燕因为切身感受到残疾人生活的不易与艰辛,所以成为一名残疾人工作者后,特别希望能通过自己,把党和政府的温暖传递给更多的残疾人和残疾人家庭,让他们的生活更有保障、更有尊严。

狄文科:轮椅上播种希望 赛场中舞动人生



狄文科正给顾客称菜

早上9时许,在万锦融城小区门口的蔬菜摊位前,一位坐在轮椅上的摊主格外引人注目。他面带笑容,动作麻利地为顾客称重、递送蔬菜。“您瞅这柿子,沙瓤带冰糖心。”他一边热情介绍,一边身体前倾,将称好的西红柿稳稳递出。摊位前,围满了前来选购的街坊邻居。

这位轮椅上的摊主叫狄文科。2016年底,他意外摔伤导致截瘫,但人生的挫折并未将他击倒。自2022年起,他选择在轮椅上重新出发,经营起这个蔬菜摊位。“通过这3年的坚持,我得到了很多老顾客的认可和支持。”狄文科告诉记者,他目前隔天出一次摊,从上午9点开始到下

午2点,蔬菜每次都能售罄。

创业路上,狄文科并非孤军奋战。2024年8月,他加入了内蒙古残疾人就业创业康养基地。今年,在基地的助力下,他带领另一位截瘫伙伴共同迈出了更大的步伐——承包了30多亩耕地,创立了“文科农场”,真正实现了蔬菜的种植、采收、销售的自给自足。

工作之余,狄文科的生活同样精彩纷呈。2021年,在朋友的鼓励下,他接触到了轮椅舞蹈。没有任何舞蹈基础的他,凭着惊人的毅力,仅用40天刻苦训练,就站上了全国舞台——在中华人民共和国第十一届残疾人运动会暨第八届特殊奥林匹克运动会的轮椅舞蹈赛场上,他与队友奋力拼搏,最终斩获团体亚军和个人第8名的好成绩。“这场比赛的经历极大地鼓舞了我。”狄文科说,“这也让我更想鼓励和像我一样的伙伴们,重拾生活的信心。”

“因为自己曾经得到过许多帮助,所以更想尽力去帮助别人。”这份感恩之心,驱动着狄文科将温暖传递。就在今年3月,他带着满满的爱心物资,走进了呼和浩特市盖营村的一家私人福利院,为那里的残障朋友送去了日常用品。从受助者到助人者,从轮椅上创业到赛场拼搏,狄文科用他的坚韧与乐观,在轮椅上书写着属于自己的精彩人生。

现如今,心青年艺术团的足迹遍布内蒙古呼和浩特、乌海及北京等城市。周娜也开始了每周一次的巡回讲座,将他们的故事带到城市的各个角落。通过周娜和艺术团体的努力,这样的特殊群体逐渐进入更多人的视野,更多人开始认识到残疾人所蕴藏的艺术潜能,同时也有效推动了社会对特殊群体的理解与接纳。

周娜:为“折翼天使”插上艺术翅膀



周娜给心青年艺术团的孩子们上舞蹈课

在首府的文艺舞台上,有一群特殊的孩子正在用舞蹈书写奇迹。他们中有唐氏综合征患儿,也有孤独症少年,在呼和浩特市文化馆舞蹈教师周娜的悉心指导下,这些曾被称作“折翼天使”的孩子们,7年来完成了40余场公益演出,用艺术的光芒照亮了首府残疾人事业的发展之路。

2018年年底,一次偶然的机会,从事舞蹈工作多年的周娜接触到一群特殊的孩子。周娜满心欢喜地来到排练室,但现实和想象中并不一样。这些孩子的心理年龄只有三四岁,一个动作需要教几百遍甚至上千遍。“看到他们渴望表达却又无从开口的眼神,我就决定要为他们做点什么。”周娜回忆道。从此,她开始了每周的义务教学,这一教就是7年。

面对这些特殊学生,周娜摸索出一套独特的教学方法。她会用夸张的表情和肢体语言示范动作,用不同的记号

标记站位,用糖果、手工礼物奖励每一个孩子。“刚开始一节课只能教一两个动作,现在孩子们可以学会两个八拍的动作了。”周娜说,“当他们在台上绽放笑容的那一刻,所有的付出都值得。”7年如一日,周娜用无限的耐心、爱心和坚持,让这些孩子从最初的肢体不协调到如今能够自信地站在舞台上表演。

孩子们始终风雨无阻地坚持来上课,心青年艺术团的成员人数也从最初的6名增长到了如今的28人。从社区活动中心到内蒙古少儿春晚晚会,7年来,心青年艺术团的足迹遍布首府各大舞台。2022年,心青年艺术团受邀参加群众文化领域的最高奖项“群文奖”的比赛。周娜将自己给孩子们第一次上课的情节编排成舞蹈《精白之心》,带领孩子们一遍遍打磨,最终成功将生命的顽强与艺术的魔力呈现在了大家面前,让更多人关注到了这个群体。

周娜和这些孩子们用7年时间证

明:艺术没有界限,爱心可以创造奇迹。微电影舞蹈《森林里的猫头鹰》在内蒙古少儿春晚荣获“优秀作品奖”,让童真幻想插上艺术的翅膀。主题作品《送你一朵小红花》成为感动青城的暖心之作,在社交媒体获得超50万次传播,让生命共振,让公益之光延续。

现如今,心青年艺术团的足迹遍布内蒙古呼和浩特、乌海及北京等城市。周娜也开始了每周一次的巡回讲座,将他们的故事带到城市的各个角落。通过周娜和艺术团体的努力,这样的特殊群体逐渐进入更多人的视野,更多人开始认识到残疾人所蕴藏的艺术潜能,同时也有效推动了社会对特殊群体的理解与接纳。

“要让社会看到他们的才华,而不是残缺。”周娜说。她希望能够编出一本专为这些孩子量身打造的教材,助力孩子们成长,同时也为全国更多类似群体贡献一份力量。

张惠君:以温暖为舟 载希望前行



张惠君在招聘会上为求职者服务

在呼和浩特市残疾人联合会举办的招聘会、培训班、技能大赛现场,总有一个令人难忘的身影:她步履虽缓慢却坚定,目光中跃动着炽热的温度。穿梭于人群中的她,总是耐心地为残疾人答疑解惑、提供帮助。这位将满腔热忱倾注于助残事业的姑娘,正是张惠君——2024年通过残联专项招聘进入教就部的残疾专岗大学生。

命运在她9岁时投下阴霾,一场意外让她的左脚落下残疾,她在自卑与绝望中变得沉默寡言。但生命总会在至暗时刻透出微光:班主任如春风化雨的谈心疏导,同学们搀扶她上下楼梯的温暖手掌,父母始终如一的鼓励与支持,这些善意汇聚成暖流,融化了她心头的坚冰。

大学毕业后,身体的特殊状况让求职之路布满荆棘。但倔强的张惠君从未向命运低头,她主动调整期望,从基层食品销售做起。下班后,她化身“义务教师”,为有需要的学生补习功课,在粉笔与黑板间积累教学经验。这份对知识的

执着最终为她叩开了民办学校的大门。2024年,呼和浩特市残疾人联合会面向全国招聘百名残疾专岗人才的公告,为她的人生开启了崭新篇章。身份的转变,让她的生命绽放出更璀璨的光华。“当我真正走进残联,才触摸到政策文件背后滚烫的民生温度。”张惠君说:“我曾经历过无助,所以深知残疾人在困境中的渴望。如今我要做的,就是让每一份关怀都不再是纸上的承诺,而是化作他们手中实实在在的援助。”

在残联的岗位上,她始终以“同理心”为工作底色。为聋哑人用手机打字的方式解读政策细节,为盲人逐字讲解培训资料,为肢体不便者尽自己所能提供帮助……她将热情化作治愈的力量,让每一次服务都成为温暖的传递。同事不解她为何总能不知疲倦地奔忙,她笑着给出答案:“残疾不是休止符,而是生命乐章更激昂的序曲。我想让每个角落的残疾人都能感受到,他们在阳光下幸福生活的权利,从来都不曾被辜负。”