

走向我们的小康生活

# 雪中送炭, 解残疾人急难愁

## 申城 1.4 万名助残志愿者不断给这座城市带来温暖

在寒冷的冬季, 让你温暖的, 可能是一句亲切的问候, 可能是一杯暖手的热茶, 也可能是一台马力强劲的空调。对于申城广大残疾人来说, 给寒冬带来暖意的, 有一支特殊的队伍——上海市助残志愿服务总队。

上海是一座温暖的城市, 历来有扶残助残的良好氛围, 活跃着众多自发的助残队伍和志愿者, 如星星之火, 愈发燎原。5个月前, 上海市助残志愿服务总队正式成立, “上海助残志愿者”服务标识同步发布。总队直属联络团队3个, 联络市级志愿者服务基地1个, 联络区级助残志愿服务队16个, 联络系统志愿服务组织3个, 注册志愿者约1.4万人。

半年来, 这1.4万名志愿者团结在上海市助残志愿服务总队的旗帜下, 就像一盏盏温暖的小橘灯, 更加温暖了申城残疾人士的心灵。

### 收获知识收获自信

盲人陶阿姨每周五上午都会来到虹口区曲阳路街道残联的张心亚助残工作室上舞蹈课, 她说, 这是她一周里最期待的活动: “来这里跳舞很开心, 每次都能和朋友们一起聚一聚, 见见面, 聊聊天。”

与她一起上舞蹈课的有精神、智力和视力等各类残疾人, 老师则是国家社会体育指导员陈卫。陈老师是张心亚助残工作室的志愿者, 已经为残疾人上了十余年的舞蹈课。她说, 叫盲人跳舞可不是一件容易的事情, 要手把手地教, 更要耐心, 才能让没有基础的盲人领会“四位手”“五位手”“六位手”等术语, 做出正确的动作。陈卫还细心地了解到盲人不方便转圈, 否则容易眩晕, 所以, 她就为盲人度身定制合适的舞蹈动作, 既美观又安全。而且, 还加入道具敲打穴位、经络等巧思,

将康复健身融入舞蹈中。

经过长时间排练, 残疾人学会了舞蹈, 性格也更加开朗了。在大家的共同努力下, 他们还走上社区舞台成功演出, 并被新闻媒体报道宣传。

### 日复一日年复一年

像陶阿姨这样从助残志愿服务中汲取精神养分的残疾人还有很多, 获得“雪中送炭”服务的也有很多。

在上海, 有许多教师和大学生参与到“智力助残”的志愿服务中, 为残疾人学生和子女提供义务家教。东华大学“智力助残”志愿者服务队就是上海市成立最早的高校助残队伍, 成立至今已有25年, 共培养志愿者7千余人, 服务超过28万小时, 爱心接力棒在一届届高校学子的手中传递。

年初的疫情期间, 家教老师不能上门辅导, 学生们着了急。嘉定区

江桥镇有一位全盲的蒋同学就是其中之一, 当时他正面临高考, 为了解燃眉之急, 已与他结对助学两年的上海“心希望”助学公益服务中心志愿者根据他数学薄弱的情况, 召集五名擅长数学的研究生组成一个小组, 从二月初开始, 他们在各自的家乡轮流上线, 轮番为远在上海的小蒋线上辅导, 并随时解答线上求助, 让小蒋信心倍增。

在沪上众多医院的“助聋”门诊, 在空中的“24小时情绪疏导减压热线”, 在亟需康复的瘫痪老人家中, 在难以与聋人父母沟通导致亲子关系紧张的孩子家中……助残志愿者们日复一日, 年复一年, 重复着琐碎却有意义的服务, 为残疾人带去光和热。

### 志愿服务蔚然成风

在上海市助残志愿服务总队正式成立以来, 助残志愿者的服务热

情得到进一步激发。总队整合场所资源、队伍资源和活动资源, 围绕残疾预防、残疾人领域公共服务、残疾人重大节日活动、文明引导、慈善公益等志愿服务内容, 上下联动、区域互动, 积极推动助残志愿服务融入全市新时代文明实践中心建设的大局里, 提升助残志愿服务水平, 营造志愿帮扶残疾人的良好社会氛围。

在12月3日“国际残疾人日”, 上海市残联又推出“云助残-上海扶残助残志愿服务平台”, 利用大数据、移动互联网等新一代信息技术, 打造一个安全、快捷、便利、互通、共融的服务平台, 发挥平台资源统筹协调作用, 推动扶残助残工作线上线下的整体合力, 构建上海扶残助残志愿服务新生态, 持续推动助残服务向更大范围、更广领域、更高层次发展, 让全市残疾人在平等参与的氛围中共享小康发展成果。

孙云

## 展文艺作品 育文创人才

“幸福宝山 共享阳光”宝山区首届残疾人文化艺术作品展近日启动, 在线下及线上同步进行。除了进行作品首展和巡展外, 宝山区还以此次作品展的举办为契机, 推出了一个残疾人文化艺术培训基地, 一批残疾人文化艺术培训师, 一本残疾人文化艺术作品集和一个残疾人文化艺术作品展, 着力打造宝山区残疾人专属的“五个一”文化艺术品牌, 鼓励残疾人学习技艺, 发挥特长, 以技艺改善生活, 用智慧改变命运。

今年以来, 宝山区残联广泛征集残疾人文化艺术作品, 吸引了来自宝山的100多名残疾人投稿, 累计收到作品200余件。此次展览旨在展示宝山区残疾人文创成果, 倡导社会各界人士扶残助残。今后, 宝山区残疾人文化艺术培训基地将深化残疾人文化艺术创作能力培养, 探索创办文创工作室和创意产品的开发, 建立“幸福宝山 共享阳光”文创产品电商平台, 有效激发残疾人的创业激情、创新能力和创造活力, 促进残疾人实现高质量就业。孙云

## 绘浦江精彩 画艺术人生

浦江杯“手中的笔·心中的歌”——百位听障艺术家“绘浦江·助就业”绘画作品比赛日前揭晓各项奖项, 获奖作品及优秀作品在上海诺宝中心展出, 吸引了不少市民驻足观看。来自全市各特殊教育学校和广大听障人士的作品种类丰富, 在画笔下, 展现浦江发展日新月异, 呈现出一片繁华盛世的美好景象。

活动中, 上海永安建筑设计股份有限公司、恒源祥、享益(上海)人力资源服务有限公司、上海利格泰生物科技有限公司等爱心企业为听障艺术家颁面试直通车证书。孙云

## 通过助盲出行 App 视障人士可随时求助

### 下单接单 出行有“伴”

12月15日17时半, 张江集电港的高楼已被夜色吞没。助残志愿者夏燕平像往常一样, 提早一刻钟在便利店内等待服务对象——在园区工作的盲人蔡东岳。“志愿者工作快做了三年。”夏燕平滑开手机屏幕, 介绍她的经历, “今年服务时长累计68.56小时, 服务次数25次。”

2017年底, 浦东残联推出“我是你的眼”助盲出行项目, 通过网上预约、定点定时、全程陪护, 让盲人出行像网约车接单一样便捷。

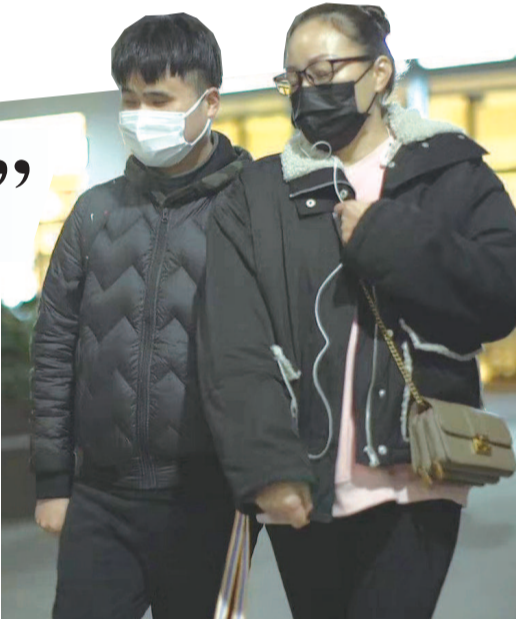
### 志愿者和他成好朋友

项目伊始, 夏燕平从朋友圈看到了朋友助残服务的照片, 她心想帮助有需求的人竟能如此直接与快捷, 便在 App 上注册接单, 一千就是三年。正说着, 蔡东岳在同事引导下来到了便利店。“我在集电港一家企业兼职, 从事音频测试方面的工作。”蔡东岳边说话, 边挽住夏燕平。一男一女, 一个盲人一个健全人, 就这么组队从夜色中出发了。从龙东大道回川沙的家, 需要



■ 视障人士在手机客户端下单预约志愿者

▶ 蔡东岳(左)边说话边挽住夏燕平。一男一女, 一个盲人一个健全人, 就这么组队从夜色中出发了 孔明哲 摄



坐公交车再换地铁, 碰上晚高峰一趟路就得1.5小时, 无论在公交车上, 还是地铁站中, 他们挽着的手臂都未曾松开。

“来, 要下台阶了, 一、二、三, 下来了”“小心, 前面的盲道有车挡住了”“绿灯了, 我们开始过马路了哦”……夏燕平就仿佛成了蔡东岳的眼睛, 在步履一致的并肩同行中, 他俩也成了无话不谈的朋友。

### 视障者为视障者伴行

12月18日中午, 浦东图书馆

无障碍服务中心里热闹非常, 何瑞芸和陈信艳正在忙着排练浦东新区盲协筹备的一出话剧。63岁的陈信艳是志愿者, 也是名低视力的视障者。“我双眼2000多度近视, 眼底有些问题, 将来很有可能失明。”她说, “帮助他人的理由很简单, 我想通过行动去体会志愿者的心情, 因为将来我也会需要他们帮助。到时候, 我会告诉未来帮助我的人, 曾经我也是你们的一分子。”

何瑞芸是这次演出的编剧之一, 小姑娘笑起来很腼腆, 但提到

陈信艳对她的帮助, 好像有说不完的话: “过去出门都需要亲自来陪伴, 但亲人也无法随时相伴。在 App 上下单后, 陈老师等志愿者会来接单, 解决盲人最大的需求——有人陪自己出门。从一次次相伴出行到如今一起参与话剧排练, 陈老师就像是我的亲人。”

白天黑夜, 志愿者与盲人的身影出现在各个角落。下单接单, 手机上的数字与文字记录着爱心传递。他们的故事还在继续, 欢迎更多人的加入。董怡虹 孔明哲

## 看网上直播 听名家点评 赏书画精品

### 上海残疾人“1+2+3”场文化交流活动圆满收官

“1”是通过“网上直播+视频观看”的方式, 首创残疾人“云上文化”系列讲座, 提高了残疾人文化活动的吸引力和社会关注度。观看“云上文化”系列讲座的直播人次已近4.2万。“2”是以专业培养为目的, 策划2场残疾人文化沙龙,

知名书画家现场为有一定基础的残疾人艺术爱好者传授经验和点评作品, 提供更多切磋技艺和展示才华的平台。“3”是举办以“同心抗疫 阳光艺行”为主题的上海市残疾人书画摄影作品展, 展出由全市范围征集的526件作品中评

选而出的文化精品。同时, 专设残疾人文化作品展示厅, 轮流展示区级优秀文化作品。在“1+2+3”场文化活动中, 残疾人展示出较高的艺术水准和精神面貌, 也是一次对上海残疾人事业发展成果的展示和宣传。孙云

年初疫情期间不能出门怎么办? 宅在家里生活单调怎么办? 没关系, 上海市残疾人文体促进中心创新举办的“1+2+3”场形式多样的文化活动, 带动广大热爱文艺的残疾人朋友, 把丰富多彩的文化生活安排得明明白白, 也围绕文化品牌建设和文艺交流基地建设, 拓展传统活动模式, 创新文化呈现方式, 进一步延伸了公共文化服务的覆盖面, 扩大文化工作的影响力。