褪去光环见初心 二十六载护童心

夜色漫过长治市区街巷，启明星智障儿童托养中心(下称“启明星”或“中心”)的院子归于安静。孩子们沉沉睡去，屋内的灯光还亮着，这是每个月临近发薪日霍娟的常态。躺在床上，她要盘算机构开销、老师们微薄的薪资，反复琢磨如何填补资金缺口。旁人看见的，是“中国好人”的荣誉光环，是托养中心里孩子们的欢声笑语，却很少有人知晓这份公益事业背后，月月如期而至的生存焦虑。

每月一次的生存大考

2000年，因儿子确诊唐氏综合征，霍娟踏上特教之路。创办启明星之初，本地几乎没有可供参考的托养康复经验，她倾尽积蓄、四处筹措资金，租下小院从零起步。26年间，机构先后三次搬迁院址，摸索出“政府补一点、社会捐一点、家长出一点”的运转模式。即便如此，资金压力始终如影随形。

托养中心教师薪资微薄，还时常延迟发放。谈及运营困境，霍娟在采访中坦言：“因为资金匮乏，我们的工作随时都面临着做不下去。无数次都觉得真的是不能坚持了，但是又一天一天的咬牙坚持下来。”每到发工资前夜，霍娟常常辗转难眠：“就特别发愁，没有钱就要去借，借了拿什么还?这是很大的问题，对我来说是巨大的压力。”创办之初，她就做好了“也许撑不过半年”的心理准备，可这一撑，就是26年。

这里的工作充斥着大量没有即时回报的重复劳动。教一次简单的洗手，要拆解成伸手、接水、搓洗等上百个细碎步骤，千百遍示范;遇到情绪失控、躺地哭闹的成年学员，她要蹲下身安抚，擦去孩子的泪水鼻涕。“没办法，我一天要不停地说话，当老师的几乎都有慢性咽炎的毛病。”霍娟告诉记者，常年不间断的语言引导，让自己患上顽固的慢性咽炎，很多时候，她对着情感淡漠的孩子一遍遍说话，即使得不到任何语言回应，也不能停下。

支撑她渡过难关的，不全是宏大的理想。一部分来自孩子们微小的改变，另一部分则来自社会各界实实在在的帮扶。霍娟清醒地认识到，自己并非孤军奋战，“我们身上其实肩负的，是沉甸甸的社会责任，我们负责把全社会的爱传递给孩子们。”

“没有办法的办法”

很多人对特殊儿童康复抱有浪漫想象：经过训练，孩子也许就能像普通人一样走进校园。但在启明星，现实要冷酷得多。

中心现有30名托养对象，年龄跨度从6岁到近40岁，半数以上步入成年，平均智力不足5岁，都属于重度心智障碍。26年来，这里累计接收200多名孩子，仅有极少数能够适应普通学校节奏，绝大多数孩子终身都需要他人照料。

霍娟并不回避现实：“康复不等于把他们变成普通人。”不少孩子在这里生活十余年，从孩童长成中年人，托养中心早已不是短期康复的过渡站点，而是他们一辈子的家。

启明星重新定义了康复目标：不追逐“变回正常人”的奇迹，而是追求孩子的生活满意度。“不能拿普通人的标准去要求他们。他们能够照顾好自己，不成为社会负担，就已经很好。”自主吃饭穿衣、情绪稳定、不流落街头，让困境家长得以抽身劳作，摆脱沉重的照护枷锁，这就是最实在的价值。



“一个孩子，可以说是一个家庭的全部。”霍娟谈到，一名残障孩子往往牵动整个家庭。机构里有四户家庭，两名孩子都在此托养;还有部分家长自身存在智力残疾，根本无力抚育子女。“我们如果能把送到这里的每一个孩子养好。对于正常家庭，父母就可以好好工作，好好种地。对于父母智力残疾的家庭，我们做的事情其实就是在为父母和孩子争取生存机会。”

面对现实困境，霍娟和团队摸索出“情景模拟+游戏介入”的生活化教学法。不在专门教室开展短时训练，而是把技能训练融入起床、吃饭、洗漱的日常。训练见效往往以年为单位，“这也是没有办法的办法，这种训练可能半年一载都看不到明显效果，但是要坚持去教，因为你不教，他可能终身都不会。”

凡人小事贵在久久为功

2026年，霍娟获评“中国好人”，叠加此前全国残疾人工作先进个人的荣誉，更多社会目光投向启明星。面对荣誉，霍娟始终保持清醒：“这份荣誉不仅仅是我个人的，更属于所有为残疾儿童成长默默付出的各界人士。荣誉的获得，让我谨记肩头沉甸甸的责任。”在她眼中，荣誉不是对个人无私的嘉奖，而是一份沉甸甸的责任，督促自己做得更好。

除了照料孩子，霍娟还坚持开展基层康复人才培训，面向社区卫生员、基层残联工作者、孩子家长普及基础康复知识，她深知，单靠一所小院力量有限，把方法传递给一线从业者，才能更早识别困境儿童，帮更多家庭少走弯路。

工作之余，霍娟还担任长治市文保志愿讲解组组长，在其看来，两份事业内核相通：见效缓慢，需要长久耐心，很难收获即时的成就感。在繁重的特教工作间隙，走进古建街巷讲解、巡查，对她而言是一种精神调剂。

谈及未来，霍娟的心愿朴素真切：“我最大的心愿，就是孩子们能有一处稳定、宽敞的地方，有绿树草地蓝天，可以自在开心地奔跑。保障老师们的待遇，踏踏实实把孩子们照料好。我做的都是平凡小事，但最珍贵的就是坚持。道路虽难，我依然会坚持下去。”伟大未必是惊天动地的奇迹，而是看清前路重重危机，明白许多努力难以收获世俗意义上的圆满，依旧日复一日，温柔而坚定地守护这群长不大的孩子。

来源：《文明山西》周刊

莫让开屏广告变成“数字路障”

半分钟内弹窗跳转20多次，想拍张照片都没拍成;广告怎么也关不掉，只能一遍遍息屏再打开;稍一误触，手机里马上多了个“不请自来”的陌生App……这段时间，老年群体被开屏广告“困住”的现象引发关注。

从“摇一摇”误导跳转，到关闭键隐蔽难找，再到“套娃弹窗”、诱导点击下载，开屏广告套路不断翻新，让本应顺畅的手机操作磕磕绊绊。此外，一些广告干扰的还不只是使用体验，在导航、支付等场景中，还可能给用户带来安全风险。

整治开屏广告并非新题，却是难题。近年来，《互联网弹窗信息推送服务管理规定》《互联网广告管理办法》等相关法规接连出台，工业和信息化部等多部门持续开展专项整治，相关乱象得到一定遏制。但部分平台和企业抱有和监管“打游击”的投机心态，管得紧时收一收，风头一过又冒头;一种套路被叫停，又换一种招数试探边界。

相关问题屡屡出现，根源在于利益驱动。每一次点击、每一次跳转背后，都有可能是能变现的流量收益。总有一些人在规则边缘打擦边球，想用技术上的“小动作”，做成算计用户的“大生意”。

广告可以有，但不能成为横在用户面前的“数字路障”。把科技向善的理念真正嵌入每一处产品设计、每一次用户交互中，是所有相关平台和运营企业必须答好的一道题。

系统整治开屏广告，关键要从治一时向管长远转变，让监管更早一步、约束更深一层、惩治力度更严一寸。全链条压实责任，必须做到谁接入、谁审核，谁运营、谁负责。针对隐蔽和虚假关闭按钮、高灵敏度“摇一摇”误导跳转、诱导点击等高频违规问题，需要强化常态化监测排查，加大打击力度，全面抬高违法违规成本。还要对已整改的平台和问题App“回头看”，防止此类广告“换个马甲”卷土重来。只有铲除“数字路障”，才能让用户在数字社会无障碍畅行。

新华时评

五部门：这些“央国企招聘”全是骗局

当前，正处求职招聘旺季，一些不法分子冒用央国企名义发布虚假招聘信息引流，打着“内部推荐”“直签保录”等幌子，甚至伪造招聘录用材料，诱导求职者支付高额费用，严重侵害求职者合法权益，扰乱人力资源市场秩序。

为此，人力资源社会保障部、中央网信办、教育部、公安部、国务院国资委等发布风险提示，提醒广大求职者特别是高校毕业生提高风险防范意识，谨防上当受骗。

典型套路

第一步，冒用央国企名义编造虚假招聘信息进行引流

不法分子通过社交、直播、短视频平台或线上社群、网络论坛、交流社区等，以“央国企就业”“央国企指导”“央国企规划”等噱头假冒专家权威，发布“中国XX集团急招数万人”“不限专业、基本报名就能进”“年薪XX万、有正式编制”等虚假或夸大信息，利用“话术引流”，吸引求职者主动咨询。

第二步，虚构“内部推荐渠道”骗取信任

冒称拥有企业人事内部人脉，暗示掌握“少量内部名额”“有内推、实习等资源可对接”，谎称“普通网投简历无法通过筛选，只有付费内推才能直通面试官”，渲染岗位名额紧张、错过不再有的紧迫感，贩卖求职焦虑。有的还编造聊天记录、成功案例，甚至伪造虚假的劳动合同、就业协议，让求职者误以为其有“背景”、有“关系”，放松警惕。

第三步，巧立名目收取费用实施诈骗

不法分子最终目的是骗取钱财，会以“内推服务费”“面试打点费”“入职保证金”“定金”等多种名义收取费用。收款后，常以“政策变化”“领导调整”等理由拖延搪塞，甚至直接失联。

防范提示

■ 选择正规渠道求职

求职者通过互联网或线下求职，应选择央国企官网、公共就业服务机构、正规渠道举办的校园招聘活动或具有合法资质的正规职业中介等。对于职业中介资质，求职者可通过全国人社政务服务平台、电子社保卡、掌上12333App等渠道查看人力资源服务机构信息，优先选择诚信度高、经营规范的服务机构或招聘平台。

■ 事前核查信息合规性

对于网络平台、自媒体公众号等发布的信息，求职者要注意核验账号资质，通过与官方网站比对等方式，多方核验岗位信息真实性，保护自身合法权益不受侵害。求职者可通过“就业在线”“国家大学生就业服务平台”“国资央企招聘平台”“中国公共招聘网”等人社、教育、国资委等部门搭建的招聘网站，查找权威央国企招聘信息。

■ 警惕求职收费

对以“付费内推”“保实习、包证明”等名义，要求缴纳高额费用安排就业或实习的，均应果断拒绝。正规央国企招聘不会收取报名费、手续费、资料费、介绍费、服务费等费用。

■ 保留证据依法维权

求职者要注意保留相关聊天记录、协议文本和转账凭证等，为可能的纠纷留存证据。如遭遇付费内推诈骗，第一时间向公安机关报案;同时可向人社部门劳动监察机构举报非法开展人力资源服务行为，向中央网信办违法和不良信息举报中心12377举报网络虚假招聘信息，维护自身合法就业权益。 （央视新闻）

三部门发文首次明确普惠养老收费政策

记者近日从国家发展改革委获悉，国家发展改革委、民政部、国家卫生健康委近日联合印发《关于进一步完善价格形成机制 推动普惠养老服务提质扩面的指导意见》，首次明确普惠养老收费政策，推动扩大普惠养老服务供给，促进养老服务事业和产业协同发展。

指导意见注重问题导向和目标导向相结合，坚持分类施策、统筹兼顾，通过清晰界定机构范围、分类完善价格形成机制、合理制定调整收费标准、强化政策集成和支持保障，更好发挥价格政策对优质普惠供给的牵引撬动作用。主要包括三方面内容：一是清晰界定各类型养老机构范围;二是分级分类完善养老服务价格管理方式;三是规范定价和收费行为。

据悉，下一步，国家发展改革委将会同民政部、国家卫生健康委等相关部门，指导各地加快出台本地区养老服务价格政策，做好兜底保障型和普惠支持型机构认定、相关配套支持政策落实、分类制定收费标准等工作，强化部门协同、宣传解读和监督检查，及时回应社会关切，推动政策平稳实施。 （据新华社）

一线动态

梅辉坡社区：

便民集市暖重阳

本报讯 近日，梅辉坡新时代文明实践站开展“九九重阳·便民集市”暖心活动，把便民服务送到老年居民家门口。

活动现场暖意融融，设置了免费理发、健康义诊、趣味套圈等服务项目。志愿者耐心细致地为老人们修剪头发;医护人员为大家测量血压，科普日常养生和健康防护知识;趣味套圈区域笑声不断，老人们在轻松游戏中收获快乐。

此次活动以实实在在的便民服务传递温情，丰富了老年人的精神文化生活，让老人们真切感受到社区的关怀，营造出敬老爱老、邻里和睦的社会氛围。

（本报通讯员）

李家庄社区：

细查隐患筑平安

本报讯 10月19日，李家庄社区组织工作人员对辖区微型消防站开展全方位消防安全隐患排查整治。

排查人员重点对微型消防站消防器材配备、灭火器、消防水带、消防栓、应急照明、防护装备等设施是否完好有效进行逐一检查，仔细核查器材是否在有效期内、摆放是否规范、台账记录是否完整。

下一步，李家庄社区将常态化开展消防安全自查自纠工作，细化消防安全管理举措，切实提升辖区应急处置和防灾减灾能力，为群众营造安全稳定的居住环境。

（本报通讯员）

长轴社区：

整治乱象保畅通

本报讯 近日，西街街道长轴社区联合交警四队、综合执法队开展市容交通专项整治行动。

工作人员对沿街占道经营、机动车乱停乱放等问题进行集中清理整治，耐心向商户、车主宣讲城市管理和交通安全相关规定，引导大家自觉规范经营、文明有序停放。

此次整治有效改善了道路通行环境。下一步社区将加大巡查力度，巩固整治成效，为居民营造整洁、畅通的居住出行环境。

（本报通讯员）



10月17日，广场西社区“西”游记研学营组织青少年探秘海绵城市展馆，通过参观科普展厅，学习海绵城市相关知识，普及节水环保理念，丰富辖区少年儿童课外实践生活。

本报通讯员

控糖别踩坑 粗粮也有雷

说到控糖，很多人第一反应就是：多吃粗粮。尤其是血糖偏高的人，干脆把主食从白米饭换成各种粗粮组合，觉得这样就能稳稳守住血糖线。可现实常常事与愿违：血糖一点没降，体重反而增加了。问题多半出在：你吃的那些粗粮，根本不是“控糖神器”，而是披着健康外衣的“升糖刺客”。

“刺客”1：糯玉米

很多人认为，甜玉米含糖高，糯玉米不甜，应该很安全，真相恰恰相反。甜玉米水分大、干货少，而糯玉米淀粉含量高，且大部分是支链淀粉。这种淀粉结构像树杈，消化酶可以从多个方向同时“下手”，轻松拆解，结果就是葡萄糖迅速释放，血糖快速上升。

“刺客”2：即食燕麦片

燕麦是公认的健康粗粮，但“即食”两个字，让它的属性彻底变了。即食燕麦片经过反复碾压、蒸煮、干燥，燕麦粒的完整结构已经被彻底打碎，开水一冲就成糊。消化速度很快，血糖生成指数也变高了，跟白面包一个级别。

“刺客”3：小米粥

小米本身是优质粗粮，但一旦煮成粥，淀粉充分糊化，血糖生成指数(GI)会飙升到93.6。如果不泡，直接蒸成小米饭，GI只有64.4。差别就在于粥的糊化程度远高于饭，酶消化起来毫无阻力。

“刺客”4：土豆泥

整个煮熟的土豆，GI只有58~60，但捣成泥后，GI能飙到81~101。完整的煮土豆虽然淀粉已糊化，但组织结构还在，酶需要从外向内逐层渗透消化，速度有限。捣成泥后，酶拆解速度大大加快。如果加了沙拉酱等高油脂成分，血糖上升速度会被拖慢，但热量也会大幅增加。

“刺客”5：烤红薯

红薯是优质粗粮，但烹饪方式决定它的“性质”。蒸煮红薯GI为77，而烤红薯GI高达94。因为在烤制过程中，部分蔗糖会转化成升糖更快的麦芽糖，意味着它们能更快分解为葡萄糖被吸收，导致血糖短时快速上升。

“刺客”6：粗粮粉

很多人喜欢把粗粮打成粉，冲成糊喝，觉得方便又营养。但打粉这个环节，会破坏粗粮中部分膳食纤维等营养素，使其更易消化吸收，GI值也随之升高。

“刺客”7：假粗粮制品

市面上很多粗粮面包、粗粮饼干，为了改善口感，会加入大量油、糖，不利于血糖控制。（王敏）

健康课堂