

# 退休不褪色 余热再生辉

石景山区政协原主席 张俊山

我叫张俊山。欣逢建党97周年，能够在耄耋之年参加今天的座谈会，跟党说说心里话，汇报一下自己退休以后的工作和生活，我感到非常温暖、万分荣幸。

我出生于1933年，1955年加入中国共产党，1994年从石景山区政协主席岗位上退休。退休不久后，正值北京市大力推进城市社区建设，召开城市工作会议，对进一步加强社区建设作出部署。为全面落实会议精神，石景山区委提出党员进社区，一个党员一面旗的号召。虽然没有了领导的职务，但还有党员义务，我生活在社区，就要响应市、区的号召，发挥好党员模范带头作用，力所能及为社区居民服务好、做好事。党有所望，我有所应，民有所需，我有所为。看到楼门居住的大都是高龄老人，当年还算年轻的我就主动承担了楼门组长的工作，从此家长里短的事儿就没有再离开过，更换楼门板报、组织楼门住户打扫卫生，参加居委会的治保、日常巡逻和重大节日的站岗服务等，成了我生活中不可缺少的内容。

2000年社区居委会换届选举，我被大家推举为居民代表，负责组织党员骨干，广泛收集社区居民的意见建议，确保选举工作圆满成功。大家的选择让我备感责任重大，于是，我从宣传动员到投票选举，认真筹备每一项工作，在社区投票站一站就是十几个小时，用自己多年的工作经验帮助社区工作人员把握好每一个环节。相熟的老同志们看到我这个劲

头，也都受到了感染，纷纷走出家门，发挥自己的政治优势、经验优势和威望优势，参与到社区建设当中，得到了社区居民的点赞。之后，我还被推选担任居委会副主任，虽然是义务工作，但我还是尽职尽责，积极参加居委会活动，身体力行地做好群众工作，出主意、想办法，协助居委会干部做好社区工作，以后还被社区党员选举担任了八角南路社区党委委员，走上了发挥党员作用的新平台。

随着社区建设的不断推进和社区管理的创新发展，北京市在2003年开始大范围地面向社会招聘社区专职工作者，我们社区也迎来了两个年轻的工作人员。社区居民对此抱有疑议，纷纷议论：这么年轻，把社区交给他们行吗？能处理好社区里的大事小情吗？我对大家说：“怎么不行？年轻人有活力，有热情，有想法，有干事创业的决心，愿意扎根在社区，为居民服务，多难得，大家都应该支持才对！”说干就干，社区成立了老干部议事协商会，我以社区顾问的身份，参加社区议事，积极主动出主意、提建议，发挥好传帮带的作用，全力协助年轻人在社区开展工作，帮助他们熟悉社区、融入社区，不断提升管理社区、处理各类矛盾的能力。

2010年，八角南路社区内古城外语学校要进行改扩建，社区组织居民召开听证会，当教委相关负责人向居民进行情况介绍后，遭到居民的强烈反对，大家更希望将这块场地改建为居民健身场所。当时居委会刚刚经历了换届，大部

分社区干部都非常年轻，群众工作经验还不够丰富，社区书记便来找我商量对策。我想，这个项目是咱们区年度十大重点工程，关系到下一代成长教育的大问题，群众工作再难，也要好好做居民工作。接下来的日子里，我和社区干部一起，召开座谈会，挨家挨户做工作，摆事实、讲道理，说政策、明利害，终于取得了每一户居民的认可，顺利完成了学校改扩建任务。

2017年，石景山区委提出打造“老街坊”金色社会治理品牌。结合“疏解整治促提升”专项行动，社区党委决心打造“老街坊议事会”精品特色品牌项目。我便和其他街坊邻居一起，在原有的社区议事厅基础上率先成立了“老街坊”议事会，发挥社区老街坊之间进得了门、说得上话、帮得上忙的特长优势，搭建起了一个“嗅觉灵敏、灵活开放、自下而上”的社区议事协商平台，实现政府治理和社会调节、居民自治良性互动。身为“80后”的我，又被大家推选为会长，你问我身兼数职累不累，我要说不累那是假话，但是身体的疲乏换来的是精神的满足，我坚信，作为一名党员，只要有一分热，就发一份光，一定对得起老街坊的这份信任。议事会成立后，街坊们充分发挥正能量，带着强烈的社区主人翁责任感，引导社区居民针对社区治理的难点、热点，通过共商共治、群策群力破解社区治理难题，稳步推进社区和谐治理。在老街坊的参与和支持下，在社区改造环境、整修道路、绿化、美化和首先举办养老服

务中心的基础上，八角南路社区又率先完成了石景山首部外挂电梯的加装，修建电动车充电设施，初步制定形成了“老旧小区”停车管理办法、共同探索装修垃圾不落地的管理制度。

在“疏解整治促提升百日行动”期间，“老街坊”劝导队，充分发挥政府与居民间情感沟通润滑剂作用，搭建老街坊连心桥，采取“5+2”、“白加黑”的弹性模式走进居民家中，做好宣传“三个一”，即一门一公告、一楼一条幅、一户一封信，并通过入户、电话、微信等多种方式，柔性劝导，获得居民理解和支持，提高居民参与度和接受度，用和谐友善的方式引导居民积极配合社区拆违工作，助力社区拆除违法建筑13处，使社区顺利完成了基本无违建目标。我们还有一句鼓舞士气的顺口溜：早七、晚八、星期日白搭，朝六、晚九、完不成约谈工作不走。

多年来，我践行党的宗旨，履行党员义务，不忘初心，牢记使命，投身社区建设、推动社区文化发展，获得了社区居民的信任和赞扬，被评为北京市离退休干部先进个人和石景山区社区志愿者之星、社区建设先进个人等多项市区荣誉称号。2016年，还光荣地被推选为石景山区第十二届党代会代表，作为主席团成员参与大会报告的研究讨论，为区域发展献计献策。

曾经有人问我：为什么要这么辛苦？我总是笑笑说：“不为别的，就为老百姓能多给共产党点个赞！”

## 奔跑在青春的路上

北京市京源学校 于冉

在平时的教学中我常思考一个问题，我作为一个体育老师，除了能传授学生运动技能外，还能做什么？

一个偶然的机会，有个学生对我说：“老师，我想跑四分之一马拉松，您能陪我一起吗？”我是一个乒乓球运动员，从没跑过长跑，而四分之一马拉松是10公里，操场25圈。对于我来说真的是个挑战，但是我觉得我作为一个体育老师，应该帮助孩子实现他们的体育梦想。于是我们开始了长跑训练，从3圈、5圈、7圈、10圈，在这过程中也有过痛苦和折磨。原来当运动员时的老伤复发，让我跑每一步都像针扎一样。但我不能放弃，因为老师做到了学生才能看到希望。就这样我和孩子们互相鼓励互相陪伴着，虽然有犹豫但我们从未停下脚步。我们先后四次参加了长跑活动，终于在去年，我们跑完半程马拉松。在跑过终点后，学生紧紧地抱着我说：“老师，谢谢您，您让我跑完了我从未敢想象的长度，在17公里的时候我真的坚持不下去了，但是您一直鼓励着我跑完全程！您在

我的人生中增添了彩色的一笔。”此时身上所有的疼痛都显得不再重要，跑步是一项很简单的运动，但是却培养了学生坚持不懈的精神，体验到了挑战自我的成就感。我想这也就是我在传授运动技能之外能带给学生们的体育精神吧！

我还是一名志愿者，通过体育运动去帮助需要帮助的人。我曾经为了给贫困山区的孩子捐赠一双鞋而不眠不休地徒步50公里。从早上9点到晚上12点整整15个小时，在走到40公里的时候，已经晚上10点，还在爬山。我真的坚持不下去了，此时脑海浮现的就是我的学生，如果他们一定会给我鼓劲加油，如果我能完成50公里，那么全程马拉松对他们来说也不难了。终于，在凌晨12点，我走完了50公里。回到学校后我和学生分享我这次经历，很多学生都自告奋勇地对我说希望下次有这样的活动他们也能参与其中！

从这件事中我得到了灵感，我就在思考我能不能让京源所有的师生用运动去帮助别人呢？我发动体育组的老师和我

一起组织全校师生开展公益长跑活动。学生每跑一圈，捐出一块钱。2015年我们筹得10000元善款，交于中国扶贫基金会用于为贫困山区的孩子购买过冬御寒的衣物。2016年筹得10000元为山西临汾红丝带学校修建跑道。去年我带着孩子们的善款去到了红丝带学校。这里的孩子都是因为母体传播感染的艾滋病病毒。

艾滋病，一个让人感到恐惧的疾病。当看到那些小孩天真灿烂的笑脸，看到那些孩子在操场上嬉笑打闹，有那么一瞬间我真的觉得他们是健康的，跟我身边那些孩子们没有什么不一样的。突然有一个孩子，喊道：该吃药了，吃药啦。听到那个声音后，仿佛把我一下子拉回了现实。他们是不一样的。因为他们身上携带着并不“属于”他们的病毒。

学校里有个孩子叫罗坤，只是因为他生下来就带有艾滋病病毒，就遭到了全村人的驱赶，称他为妖怪。甚至他的爷爷也在联名信上签了名字，把他赶出村子。我

去的时候快过年了，罗坤想回家和爷爷一起过年，但是爷爷打电话明确地拒绝了，而罗坤听到这个消息后一直默默流眼泪。他不懂为什么有家却不能回，为什么不能和亲人一起过春节。而我也在思考，到底是艾滋病的病毒可怕还是人性的孤立更加可怕？在所有学生都在和老师强调公平的时候，罗坤的公平又去了哪里？为什么他得不到应有的尊重和基本的权利？

很多人和我一样做志愿者，热衷于各种公益项目，但是我作为一名老师，我希望把我的这些经历都告诉给孩子们，学生会对这个特殊人群有新的认识，更加客观的科学认识，进而减少对他们的偏见。更重要的是在学生心底种下一颗“善”的种子，只待日后，生根发芽。

我是一名年轻的教师，在教育的路上奋力地奔跑。用奔跑挑战自我；用奔跑奉献爱心；用奔跑传递正能量。

而我，也一直会奔跑在青春的路上。因为，我的青春，我做主！