

雅典残奥会多项冠军获得者何军权：

# 生命在拼搏中绽放光芒

文/图 记者李平

何军权,3岁时遭电击失去双臂,肢残一级。他是2004年雅典残奥会多项冠军获得者,曾在电视连续剧《花开有声》和电影《影形的翅膀》中饰演残疾人苏发强的故事。9月6日,何军权受我市阳光书店邀请作“心向阳光,放飞梦想——无臂英雄”何军权励志报告会。报告会结束后,记者对他进行了专访。

## 3岁时因触电截掉双臂

“没有手不自卑,有脚就能走天下”

何军权的祖籍在重庆市垫江县。1977年,父母带着哥哥和姐姐来到湖北省荆门市投奔四伯,在一个叫事集乡的偏僻乡村落了户。1978年1月,何军权出生。3岁那年,他因触电截掉双臂。随着年龄增长,他渐渐感觉自己与身边人不同,产生了自卑心理,但家人没有放弃他。父亲说:“军权啊,没有了手,你还有脚啊,看脚就能走天下!”

在学校,他用脚练习翻书、写字;在家里,他用脚习穿衣、系裤带等。即使脚趾磨破,他也一声不吭。渐渐地,他的性格开朗起来。夏天,他经常和小伙伴们在自家门口的塘堰里游泳,慢慢找到了平衡游泳的方法。有一天,他和小伙伴游泳时,一名初中生见他游得很好,对他说:“你游得那么好,为什么不去参加游泳比赛啊?”何军权问:“我没有手,也能参加游泳比赛么?”那名男生回答说:“是啊,我在电视上看到残疾人也能参加比赛。”那天晚上回家,何军权辗转反侧一夜没睡。从那时起,参加残疾人运动会成了他的一个梦想。

1995年初,湖北省体委(现湖北省体育局)工作人员来荆挑选残疾人运动员。何军权和一群残疾人朋友闻讯赶来面试。教练问何军权围着体育场跑圈,由于他没有双臂,跑得很快。一位教练说:“小伙子,你身体条件不错,但腿力力量差,回去好好锻炼吧,争取下次入选。”何军权问:“怎么锻炼呢?”教练回答:“每天早上起来跑步,腿上绑个沙袋练习弹跳。”

## 丹江口市卫健局团委成立

本报讯 丹江口市卫健局团委于9月11日,共青团丹江口市卫健系统工作委员会成立大会暨第一次团员大会,在丹江口市第一医院院前多媒体会议室召开。会议通报了丹江口市卫健系统团委前期筹备情况,宣读了《关于同意召开共青团丹江口市卫健系统工作委员会成立大会暨第一次团员大会的批复》。随后,大会通过无记名方式差额选举产生了第一届委员会委员;等额选举产生了第一届委员会书记、副书记。此次团员大会是机构改革后召开的丹江口市卫健系统团委新一轮选举大会,是落实“党建带团建”工作要求的具体体现,对团结带领全市卫健系统广大青年投身“健康丹江口”建设具有重要的意义。

## 首次参赛大获全胜

“我有一个更大的梦想,冲刺残奥会”

1995年,湖北省残疾人运动会在武汉举行。何军权被荆门市残联选定参加该运动会游泳项目比赛。由于没有训练场所,荆门市残联便借了一个洗澡室让他训练。在澡堂中,教练教他如何出发、转身,如何打腿、倒边等基本动作。经过十多天的训练,何军权便匆匆出发,参加了1996年元月在汉口游泳馆举行的比赛。那是他第一次参加比赛,结果他在56级50米自由泳和100米仰泳项目中连夺两枚金牌,这个成绩让他和教练都大吃一惊。

一回荆门市,何军权有了更大的梦想——冲刺残奥会。夏天,他就在家旁边的堰塘里训练;冬天,就到游泳馆训练。每天,他还按照教练的指导坚持进行跑步、压腿、弹跳等练习。在荆门市沙市区游泳馆,他遇到了恩师艾勇教练,在艾勇的指导下,他严格要求自己,刻苦训练。最累的时候,上岸后他连迈腿的力气都没有了。

训练的辛苦并不算什么,更苦的是训练留下来的伤病。游泳运动员一般用手划水电子计时板,用力的大小很容易掌握,但对于像他这样的无臂运动员来说,只能用头去撞击,力量小了,表不会停;用力大了,头部经常会被撞伤。我只能用力去撞击,虽然经常撞伤头破血流,但我从来没为这事后悔过,因为我只有一个信念,那就是走上残奥会竞技场。”何军权说。

## 残奥会上获得多项冠军

“战胜自己,就是最大的胜利”

从1996年开始,何军权便在国内多项赛事中获奖。在全国第四、五、六、七、八届残奥会上,他共获得金牌14枚、银牌5枚、铜牌5枚。由于在各项大赛中表现出色,他被破格选入国家队备战残奥会。2004年8月,他和队友们代表中国进军雅典残奥会。那段时间,他患上胆囊炎和胃病,担心影响兴奋剂检测,不敢使用任何医治疼痛的药物。为分散对疼痛的注意力,他每天在水中训练4个小时以上,游程



▲何军权给阳光书店学生讲述自己拼搏的故事

▶何军权给本报寄话:“祝十堰日报越来越好!”

在1万米以上,相当于在陆地上跑30公里的运动量。最终,在雅典残奥会S5级50米仰泳中,他克服头部撞伤的困难,以36秒50的成绩夺得了他的第一枚金牌。

拿到第一枚金牌后,何军权还要参加55级50米蝶泳比赛。蝶泳主要依靠腰部力量,而自幼时头部曾被撞伤两腿,右腿肌力一直是他的薄弱环节。教练告诫他:“比赛中只有超过对手一米以上,你才有希望拿到冠军。”比赛中,何军权一直谨记教练的话,他拼尽全力往前冲,在预赛中以37秒40的成绩创造了新的世界纪录。随后又以37秒50的成绩在决赛中夺冠,为中国夺得雅典残奥会游泳比赛的第五枚金牌、个人的第二枚金牌。在随后的200米混合泳比赛中,他克服胆道炎和胃病复发带来的疼痛,坚持比赛,最终以3分4秒15打破该项目世界纪录,夺取了金牌。

据统计,从1996年开始参加体育比赛到2018年参加全国残疾人游泳锦标赛,何军权共获得金牌68枚、银牌17枚、铜牌14枚,奖牌总数99枚。

“失去双臂对我来说也许是不幸的,但我从来没有觉得自己是废人。我将永远对人生,充满挑战,战胜自己就是最大的胜利。”采访中,何军权笑着对记者说。



## 市交通运输局

### 举办宣讲会学习道德模范

本报讯 通讯员王庆报道:9月15日,市交通运输局举办全市交通运输系统第七届全国道德模范提名获得者暨全国先进事迹宣讲会,并集中观看“德耀中华——第七届全国道德模范颁奖仪式”。

会议要求,市交通运输局要以事迹宣讲和组织观看电视专题片作为第七届全国道德模范学习宣传活动的重点,与学习贯彻习近平总书记在全国道德模范表彰活动重要批示结合起来,与贯彻落实第七届全国道德模范座谈会精神结合起来,与评选表彰第三届全国道德模范结合起来,以“不忘初心、牢记使命”主题教育为契机,大力推进思想道德建设,不断深化群众性精神文明创建活动,深入开展学习宣传道德模范,弘扬道德模范精神,掀起崇尚道德、学习模范、争当模范的热潮,凝聚推动交通运输高质量发展的大能量,为庆祝新中国成立70周年和建市50周年营造良好社会氛围。

## 丰溪镇

### 掀起脱贫攻坚感恩教育热潮

本报讯 通讯员伍松李涛报道:连日来,竹溪县丰溪镇组织联系村领导、包村干部、驻村工作队队员入组、入户,以院坝会、村组会的形式与群众面对面、心贴心,宣讲政策、谈变化、话感恩,全面掀起脱贫攻坚感恩教育新热潮。

宣讲政策,鼓干劲助动力。通过讲解脱贫攻坚的感恩念、阶段、原因、方式,让群众懂得什么是扶贫,为什么扶贫,怎么扶、扶持谁等问题。通过宣讲安饮水政策、住房保障政策、义务教育政策等,让群众切实感受到党和政府的温暖,群众感恩、明是非,通过宣讲产业发展政策,创业就业政策,让群众保持进取之心、脱贫之志,增收之行,依托政策支持,凭借双手自力更生,一心一意谋发展。

谈变化,产生感恩教育。通过让群众畅谈农村基础设施、产业发展生活的不断改善,从思想深处知党恩、感党恩、明是非,在思想上、行动上更加理解、拥护、支持脱贫攻坚政策,消除“等靠要”等思想,树立“安贫乐道、脱贫致富、感恩党恩”意识,自觉争当脱贫示范户、致富带头人。

话规矩,扬正气树新风。坚持将感恩教育融入宣讲政策、谈变化中,引导群众树立感恩奋进意识,自觉增强责任意识、法治意识,厚养薄葬意识,帮助贫困户增强感恩之心,争做移风易俗带头人,遵纪守法明白人,积极向上进取人。

目前,丰溪镇已召开群众会50余次,覆盖17个村64个村民小组,在党和群众间架起了一座座连心桥。

## 白浪镇

### 严明纪律 廉洁过节

本报讯 通讯员王勇报道:“在中秋节、国庆节即将到来之际,广大党员干部要正风肃纪,严格遵守中央八项规定精神,自觉抵制不正之风。”9月10日,白浪镇白浪镇各村党支部书记在支部会议上传达廉洁过节提醒通知。连日来,白浪镇多措并举加强廉政教育。

一是加强事前提醒,强化纪律意识。各村召开专题会议学习《白浪镇关于“严明”双“纪”纪律监督检查工作方案》,并传达邵阳纪委《关于违反中央八项规定精神典型案例的通报》等。二是加强落实力度,强化监督作用。组织专班对辖区农家、饭店和各村账目进行检查,抽调纪检委员成立了督查小组,利用组组对对巡查监督,拓宽监督渠道,强化警示教育。对发现的违纪违规问题坚决处理。截至目前,全镇问责通报5起。

据悉,今年以来,白浪镇制订了春节、清明节、劳动节、端午节、中秋节、国庆节等假日监督检查工作方案,发送廉洁过节短信提醒1900人次,召开廉洁过节专题会5场,开展明察暗访5次,取得了显著效果。

## 竹溪县公安局交警大队

### 假日严查交通违法行为

本报讯 特约记者符延峰 通讯员沈江 傅厚明报道:9月14日晚,竹溪县县公安局交警大队一中队民警在该县城关西关桥路段执勤时,查获一名男子无证驾驶摩托车的违法行为。为做好假日道路交通安全工作,今年中秋节期间,竹溪县县公安局交警大队以“零容忍”态度,严查各类交通违法行为,针对当前道路交通安全形势,竹溪县县公安局交警大队以国省道路、城乡道路和农村道路为管控重点,采取错时工作制,切实提高路面见警率和查处率,对农村面包车、农用车、工程运输车、大中型货车、客车等车辆做到逢车必查,严查酒后驾驶、面包车超员、货车超载、农用车违法载人、涉牌涉证、非法改装、疲劳驾驶等交通违法行为,坚持“不消除违法不放行”的原则,从源头上打击酒驾、涉牌涉证、超载超员、逆向行驶等重点交通违法行为,强力震慑各类交通违法行为。在整治过程中,该县还通过开展道路交通安全宣传月活动,提高群众对交通违法行为危害性的认识,同时利用微博、微信等平台大力宣传文明出行理念。

据了解,中秋节小长假期间,竹溪县县公安局交警大队查获违法7起,无证驾驶3起,共查处各类交通违法行为230余起。

## 森嘉·幸福里小区

### 中秋游园会促邻里和睦

本报讯 通讯员康正雄 贺富友 周峰报道:9月12日晚6时30分,张湾区城路街道办事处生态谷小区森嘉·幸福里小区广场上热闹非凡,各家各户欢聚一堂喜迎第四届中国中秋游园会。

据了解,在东西谷社区党委、森嘉·幸福里小区党支部、小区业委会和物业公司的共同努力下,为营造和谐美满的邻里关系,自2016年开始,小区每年在中秋佳节期间,组织举办业主游园会,促进邻里和睦,共话文明,共享美好生活。今年已是第四届中秋游园会,当晚800余户居民参加活动,让大家在家门口感受到传统文化的魅力。



## 《爱心如湖为不幸家庭撑起生命之舟》续

### 市残联送来新轮椅

9月12日上午,市残联志愿者们来到国药东风总医院住院部,将一台崭新的轮椅送到李权欣陈师傅病房,并和车银行一起将轮椅安装调试好。据悉,李权欣是一名牙科医生,热心公益事业,4年前他的儿子李权报不幸患上尿毒症,不久因肾衰竭住进重症监护室,经救治无效。近日本报等媒体报道此事后,引起众多爱心人士关注,大家纷纷募捐,帮助这个不幸家庭渡过难关。



## 十堰小伙彭明浩带领一帮90后年轻人创业——

# 开发支付小程序 方便市民乘公交

文/图 记者潘雪

9月9日上午,位于张湾区万达广场写字楼的一间办公室内,27岁的彭明浩和一群90后年轻人围在一起,对团队研发的便捷公交支付小程序进一步细化(如图,左一为彭明浩)。2014年,十堰小伙彭明浩从湖北汽车工业学院毕业后,到了深圳的一家互联网公司从事软件研发工作。2016年,他在珠海体验了全国最早扫二维码乘坐的公交车,这让他感到新颖和方便,当时他就想,这种便捷的支付方式能不能引入十堰公共交通中?有了这个想法后,彭明浩立即联系到几位软件开发和硬件支持的同事,了解相关技术问题。通过深入沟通交流他发现,当时的软硬件都无法满足产品需求,主要存在硬件反应速度太慢、软件解决不了信号不稳定不能实时扣款等问题,想要大规模推广公交便捷支付困难很多。

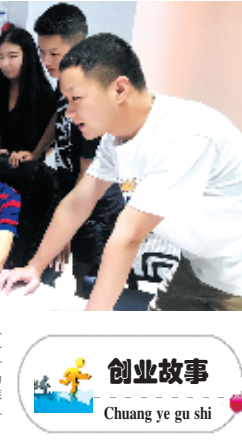
2017年,随着互联网技术的发展,了解到前期调研的一些技术问题都得到了解决,彭明浩觉得推广公交便捷支付的时机成熟了,于是他和其他几个同学一起把想法和十堰城市公交集团的领导们进行了沟通,并得到了认可。经过精心准备,2018年,彭明浩带领的团队研发出了“车城通乘二维码”这个产品。产品上线后,彭明浩团队随即发现了产品存在的一些问题,“当时做这类产品都是互联网巨头企业,他们成熟的产品方案不会对外输出,

有些技术难点我们始终解决不了。我便和微信支付的工作人员以及公交票务系统厂商取得联系,带领开发团队到深圳取经。”彭明浩说,那段时间,团队成员每天上午到现地学习,下午和晚上回宾馆消化所学知识,并继续研发优化产品,基本每天都会忙到次日凌晨3点。经过11天的努力,终于研发出了第一个稳定版本。

在完成基本功能内测后,2018年11月,由彭明浩技术团队研发的“车城通乘二维码”在十堰城部分公交线路开始测试使用。随着新版的上线,彭明浩也同时关注着后台用户的数据变化。从刚开始的5000人涨到10000人,过一晚就涨到了10万人……彭明浩和伙伴们无法抑制内心的喜悦,这些欣喜的数字更坚定了他们完善和推广这款产品的决心。

彭明浩介绍,截至目前,“车城通乘二维码”已在十堰城、房县、武当山特区、竹山县、郧阳区等地公交车上使用,并且在开发之初他们就按照交通运输部公共区域跨区域、跨区域互联互通互认的标准设计,后续还会努力将“车城通乘二维码”的使用范围扩展到全国所有符合这一标准的城市。

“目前公交主要是解决市民3至6公里的出行需求,那么3公里以内、8公里以外的出行需求怎么解决呢?我们后期开发小程序的方向是立足现有公共资源,使共享助力



车覆盖3公里以内,网约车覆盖8公里以外的城区,顺风车覆盖四县市。市民可以在一个小程序内,一次性规划好出行线路,使用性价比更高的优质出行方案。同时,我们也在竭力为市民方便出行的同时,为推进十堰城市建设助力。”面对未来,彭明浩和团队成员充满信心。