

您的教诲让我一生铭记

教师节前听听他们和老师的故事

□见习记者 毛宇
本报记者 刘俊科

想把温暖带给更多人

无论什
么职业，无论
身处何方，这一
生，会遇到许多老
师。在老师的教诲和影响下，有人努力
成为像他们一样优秀的老师，有人深刻
记着老师第一课的内容，有人一辈子铭
记老师的恩情。在教师节来临之际，
记者走近几位普通市民，倾听他们
与自己老师之间的故事，感受
他们珍藏在心底的温暖
和善意。

“教诲如春风，师恩似海深。”孙梦晨是一位
大学英语老师，她深深地记得高中时班主任对她的
帮助。“2011年，我从县城来到石家庄市里读
高中，学业的压力让我特别想退学。”孙梦晨说，
新学校和之前的初中完全不一样，“高手如云”
的同学们让她有些自卑，而学校的学习进度也让她
有点吃不消。刚开学不到一个月，她产生了退学
的想法。

就在这时，她的班主任李老师，看出了她的情
绪不对，不仅苦口婆心地进行劝说，还默默地陪着
她吃饭、回宿舍。“李老师并没有因为我成绩不好而
放弃我，反而不断鼓励，一一帮我化解遇到的各种
问题。”李老师的劝说与鼓励让她在这个新环境里，
感到丝丝温暖。她再也没有提过退学，而是鼓起勇
气努力融入了新集体。孙梦晨笑着说，如果当时真
的退学回到县城，她可能高考考不上一本，也不会
拥有研究生的学历了。

另外一位印象深刻的老师，是高一下学期的数
学老师。“她很温柔，会平等地对待每一位学生。”孙
梦晨说，当时的数学成绩很差，但老师并没有放
弃，而是通过课上鼓励她主动回答问题、课后耐心指
导，让她逐渐爱上了数学，成绩也直线上升。

“我想做像我的老师那样温柔但不失严格的老师。”
孙梦晨这样说，也这样做。现在同样身为老师的
她，想把这份温暖传递给更多人。她在工作时会尽
可能关注到每一位学生，进而提供帮助。但在学业上，
她会严格要求。“老师其实不只是传授知识，更多的
是在陪伴中传递价值、培养习惯。”她提到，每个孩子
都有闪光点，要给予他们鼓励与认可，让学生能够充
分发挥自己的特点。

警校里的第一课让他记到现在

从警6年来，高新分局丘头派出所的冯子轩始终记得
警校孙建老师的那句话：“当警察一定要有精、气、神！”
2015年，他研究生毕业，通过政法干警考试进入河北
公安警察职业学院学习。大队长孙老师专门负责班级管理
工作，和新生第一次见面时反复强调，做警察，一定要
有精、气、神。孙老师身材并不高大，还有点胖胖的，从外
貌上似乎没有让人感受到他嘴里的“精、气、神”。很快在
训练和学习中，冯子轩看到了一个不一样的孙老师。无论
何时，孙老师总是精神饱满，充满干劲儿。训练场上身姿
挺拔、声音洪亮的孙老师，看起来飒爽英姿，非常有感染
力。工作中的孙老师认真负责，“他的嗓门非常洪亮。在我
们跑操结束后，他面对近300人的大队，不用话筒，直接用
嗓子跟我们讲解训练科目。”冯子轩说。从孙老师的身上
他学到了，作为一名人民警察，要忠诚履职、勇于担当，敢
于亮剑，充满正气。

冯子轩说，工作后，尤其是单独出警后，更加理解当时孙
老师所说的，当警察一定要有精、气、神。

尊师重教是一辈子的事

“我的老师如果还健在，现在得有一百多岁了。”家住
长安区长丰街道运河桥社区，87岁的离休老人郑俊回忆说。
在他的小学阶段，孙老师就在他的心里埋下了一颗尊师敬
长、热爱学习的种子。
“孙老师是我们村里小学的第一位老师，他从
30里远的外村来教书，老师特别和蔼可亲，对我也
很关注。”郑俊提到，因为家中地方小、人又多，他在
上学时，吃住都和孙老师在一起。当时，老师每月的
工资也只有几块钱。“孙老师对我很照顾，他和师母
总把好吃的留给我。”在长时间的朝夕相处间，他和
孙老师的关系更为亲近，也愈加敬重。
“我学习很用功，成绩也不错，还当选为班
长了。”郑俊回忆起当年的事情，高兴地说。其实
因为家境困难，他很早就产生了辍学的想法。当时，学
校只有一个班级，各个年级的学生都有，总共30人左右。
因为家庭条件不好，他常常需要干活挣钱补贴家用。但
是孙老师坚持不让他

放弃学业，于是，他夏天干活，冬天上学。虽然生活
辛苦，但郑俊在孙老师的影响下，越来越喜欢学
习。最后因为家里的原因他不得不离开学校但是
不能中断学习，只要有条件一定继续学业。
郑俊一直记得孙老师的话，有条件就要继续学
习。在18岁参军入伍后，他认真参加每一次学
习，并不断提升自己的学历。
在部队一段时间后，郑俊有了一些积蓄，特
意买了一块表送给孙老师，感谢他对自己的教
育。他在每次回老家时，还会经常看望孙老师。
“可以说，他对我的一生，影响很大。如果没有他
的教诲，也不会有后来的我。”郑俊觉得，好老师
是值得一辈子尊敬的。
一个人遇到好老师是人生的幸运。希望每
个人都带着老师的教诲，在自己的人生路上行
稳致远。

在公共卫生一线传承弘扬大医精神

——记第八届石家庄市道德模范陈风格

学道德模范 树文明新风



□本报记者 刘青

陈风格是石家庄市疾病预防控制中心
公共卫生监测与评价所所长。31年来，她在
公共卫生第一线大力传承弘扬大医精神、工
匠精神，荣获第八届石家庄市道德模范称号。
自1992年参加工作，陈风格就一直注
重业务素质的培养训练与提高。陈风格
作为第一主研人的课题“石家庄市居民膳
食结构与营养摄入研究”“石家庄市农村饮

水关键影响因素及防控措施研究”先后获
河北医学科技进步一等奖。她与中国疾控
中心营养所合作完成达能基金课题《老年
人蛋白质需要量研究》，主持开展《中英
减盐项目小学生APP减盐项目》石家庄监
测点项目。作为合作单位项目负责人，她
组织实施了国家卫生行业专项课题《雾霾
天气人群健康风险评估和预警关键技术研
究》、国家科技基础资源专项课题《气象
敏感性疾病调查》、国家自然科学基金项目

《原花青素对大气细颗粒物暴露所致心血
管损伤的保护作用及其机制研究》等。
陈风格把维护人民健康作为职责，持续
开展空气污染对人群健康影响监测。她主
持研究的PM2.5对肺部细胞氧化损伤机制
的系列成果，已广泛在疾控、医疗机构、小
学等单位落地，累计推广人群超60万人。她
现场组织实施了多起诸如病毒污染供水系
统引发感染性腹泻的流行病学调查，稳妥开
展数十起突发公共卫生事件流行病学调查，
有效控制事件恶化，消除安全隐患。
跟踪是达标，领跑是目标，没有最好，
只有更好。陈风格率领公共卫生监测与评
价团队，连续多年始终名列全省前茅，近
年来，跻身全国一线方阵，多次在全国饮
用水、公共场所、空气污染对人群健康影
响监测与评估等环境与健康工作会议进

行典型发言，推广研究成果。
她带领团队于2022年获河北省科
技厅创新能力提升项目《公共卫生环境监
测与人群健康》，通过科学普及推广研究
成果，提升民众环境健康素养。她还多次
举办国家继续医学教育培训班，累计培
训超过500人次。2019年12月，中国疾
病预防控制中心环境与健康研究基地（石
家庄）与济南、无锡、深圳并列全国仅
有的四家基地之列，为石家庄市争取到
国家级科研平台。
近5年来，陈风格获河北医学科技一
等奖5项，在专业核心期刊发表论
文10篇，出版专著2部；作为主要起草
人起草《公共场所卫生标准》《公共场所
卫生检测技术规范》；荣获中国营养学
会“科技服务百名专家”荣誉等；带领
团队荣获全国农村饮用水监测先进单位
等荣誉。



图为交警
发放宣传单。
(赞皇交警
供图)

一颗红心跟党走 勤学多思树榜样

——记石家庄市第一中学韩羽凡

新时代好少年

□本报记者 刘青

“不驰于空想，不骛于虚声。”在学习
中，她自觉自律，勇于创新，惜时勤学。课
堂上专注听讲，积极发言。课间时，她勤
思善问，也常常耐心地给同学答疑解惑。
她说“学无止境”，永远要以学者的积极心
态求知学习。她说“三人行，必有我师焉”，
要学习别人的闪光点与长处，努力完善自
身，取长补短。她始终保持努力向上的学
习态度和积极乐观的心态。以“志行万里者，不

中道而辍足”的坚持，做一名新时代好少
年。她就是石家庄市第一中学韩羽凡。
韩羽凡，女，2006年5月生人，共青团
员，现就读于石家庄市第一中学高二年
级。她思想坚定、成绩优异、德智体美劳
全面发展，先后获全国青少年阅读风采展
示一等奖、河北省争创优秀共青团员、
“叶圣陶杯”省一等奖、石家庄市“地球卫
士”等多项荣誉。
韩羽凡的爷爷是一位具有五十多
年党龄的优秀共产党员，他的父亲是
经过部队锤炼具有坚强革命意志的转业
革命军人。家庭的影响，耳濡目染，教育
引导她从小树立了坚决听党话、一生跟
党走的坚定革命理想信念；树立了学好

本领报效祖国的崇高理想。
她求知欲旺盛，对知识精益求精，主动
扩展知识领域，努力提升自身素养，以谨
严求实的学风，引领了班级优良学风的
养成。她学习成绩优异，稳居学校全年
级前几名，多次获得成绩优秀奖和单科状
元证书，并多次在成绩表彰大会上作为
代表发言。
她酷爱读书，涉猎广泛。读书使她
开阔了眼界，增长了见识，丰富了思想，
充盈了生命，引导她走上了文学之路。她
担任校报主编，在“叶圣陶杯”作文大
赛中荣获河北省一等奖、语文周报作文
大赛中获得二等奖、英语“希望之星”
大赛中获得河北省三等奖和石家庄市一
等奖、英语“阅读之星”比赛中获得全
国铜奖和

石家庄市一等奖等多个奖项。
她在绘画和音乐方面多年深耕，自幼
学习电子琴，经过坚持不懈的努力，获
得了石家庄电子琴十级证书。她酷爱音
乐，学会了演奏口琴、葫芦丝、尤克里
里等多种乐器。她对绘画有着极高的热
情，在“晨杯”绘画比赛中斩获全国优
秀奖。她还代表学校参加栾城县运动
会并获得女子组1500米第二名的好成绩。
在校努力学习的同时，韩羽凡热心公
益，多次参加重阳节敬老活动，为寡
孤独老人送去温暖与关爱。她带头参
与环保事业，参与多项环保活动，她积
极参与普及宪法活动，还牵头组织了
石家庄市第一中学“满天星”志愿活动。
因个人能力突出，她曾在初中时期
所在学校担任校学生会主席，先后组
织国庆节国旗进校园、葫芦文化节、
母亲节感恩活动等多样大型活动，均
获得了老师同学的一致好评，并荣获
学生会干部荣誉称号。

增强消防意识 提高自救能力

长安消防走进辖区小学

本报讯（记者 刘俊科 通讯员 宋婧祎）为
提高广大师生对消防安全知识的认知和
应急处理能力，增强学校师生消防安全
意识，有效预防和减少火灾事故的发生，
9月7日，长安消防大队走进石家庄市
谈固小学，开展消防知识进校园宣传活
动，筑牢校园安全“防火墙”。

“丁零零……”随着急促的警报声
响起，全校师生在消防员的指导下，迅
速沿着消防安全疏散通道，紧张有序
地从教学楼撤离到操场的安全地带。
随后，大队宣传人员本着让师生“懂基
本消防安全常识、会火场逃生自救”的
宗旨，利用通俗易懂的语言为同学们
讲解了火灾的成因及原理，报警需要
注意的问题以及校园防火、家庭防火、
公共场所发生火灾时应注意的事项和
逃生自救方法等内容，以及带动师生
开展消防安全进校园活动，为实现
“通过一个学生，带动一个家庭，影响
整个社会”的目标创造有利条件。

过亲身穿一次消防服，握一次消防水
枪，与消防车来一次亲密接触，同学们
切身感受了一次当消防员的滋味，在
寓教于乐中掌握消防知识，潜意识中
培养消防安全意识。
长安消防大队相关负责人表示，下
一步，他们将继续以校园消防安全工
作为重点，全方位多层次地开展消防
安全进校园活动，为师生消防安全保
障。



图为小学生体验消防设备。(长安消防供图)

文明教育引导“十大文明行动”

“小手拉大手”共绘绿色文明新风尚

市城管执法支队开展垃圾分类宣讲进校园活动

本报讯（记者 王亮）9月6日下午，市城市管理
执法支队女子机动中队的城管执法人员们走进石
家庄市实验小学开展“小手拉大手垃圾分类进校园”
宣传教育活动，进一步引导学生养成生活垃圾分类
好习惯，营造全民参与生活垃圾分类的浓厚氛围。

活动中，城管执法人员化身“垃圾分类宣讲员”，
围绕城市管理职责、生活垃圾分类的意义、如何进
行生活垃圾分类等内容进行详细讲解，通过播放生
活垃圾分类小视频和展示彩绘等形式，将知识性与
趣味性融为一体，生动形象地引导学生们正确进
行生活垃圾分类，持续推广生活垃圾分类全民教育，
引导学生从小树立环保意识，掌握生活垃圾分类知
识。

同时，城管执法人员还自制了生活垃圾分类卡通
图片，采用互动问答的方式，引导学生进一步加深
印象，在轻松的氛围中将生活垃圾分类知识“收入
囊中”。她们还将城市管理领域的安全知识融入课
堂，同步宣传，为孩子们带来了一堂生动的城市管
理“开学第一课”。

下一步，市城市管理执法支队将持续推广生活
垃圾分类全民教育，不定期联合学校开展生活垃
圾分类进校园活动，通过“大手拉小手”活动，发
挥教育一个孩子，影响一个家庭，带动整个社会
的作用，引导全民不断提升文明素养，共同参与
生活垃圾分类工作，为全市生活垃圾分类减量、环
境提升贡献城管力量。

感受音乐快乐 享受休闲时光

音乐节邀请优秀教师免费观演

本报讯（记者 焦莉莉）在教师节即将来临之
际，石家庄旅投集团向2023年石家庄市级优秀
教师、优秀教育工作者和优秀班主任发出邀请，
请他们免费观看9月10日演出的滹沱河艺术生
态岛音乐嘉年华，以表达尊师重教的敬意。
石家庄摇滚音乐演出季活动开展以来，旅投
集团大力营造休闲娱乐和文化氛围，培植本地
摇滚乐队和高校摇滚新生力量，不断满足市民
群众精神文化需求，先后成功举办了“周末草
坪摇滚音乐演出季”“激情夏夜摇滚音乐演出
季”“石家庄原创摇滚音乐节”等文艺演出活
动，受到市民朋友和摇滚乐迷的欢迎。

此次滹沱河艺术生态岛音乐嘉年华活动，是
旅投集团打造的又一品牌音乐活动，届时将奉
上一场精彩的音乐盛宴，该集团热情邀请优
秀教师前来观演，尽情享受音乐带来的快乐，
享受休闲放松时光。

唠家常讲安全

赞皇交警深入集市开展交通知识宣传



本报讯（记者 刘俊科 通讯员 付朝霞）9月5日，
为做好道路交通安全宣传工作，赞皇县公安局
交警大队宣传队深入集市开展交通安全宣传活
动。

和群众唠一唠家常，把交通安全讲一讲。民
警发现许多商贩都是骑着摩托车、三轮车
过来的，针对这一现象，宣传队紧紧围绕
“一盔一带，安全常在”这一主题，通过发
放宣传资料、面对面讲解等形式，向商贩
讲解农用车辆载人、无证驾驶、驾乘摩托
车不戴安全头盔、酒后驾车、疲劳驾驶、
超速、闯红灯等交通违法行为的危害，以
及造成的严重后果，提醒广大群众要自觉
抵制各类交通违法行为，不断增强自我防
范意识，避免交通事故的发生。

过大集，送安全。这种宣传形式接地气、
讲实际，对群众提高安全意识、自觉抵制
交通违法行为起到了积极的推进作用，为
有效预防和遏制道路交通事故的发生夯实
了基础。赞皇交警大队相关负责人表示，他
们将会持续开展宣传活动，让更多人了解
交通法规，让更多人遵守交通规则。

货车侧翻驾驶员被困 司乘携手救援保安全

本报讯（记者 刘俊科 见习记者 毛宇 通讯员 邓翠
珍）9月2日15时30分，石家庄公交集团
藁城公司516路车队车长康鹏飞在驾驶途
中，发现一辆厢式货车侧翻在路面上，驾
驶员被困。征得车上乘客同意后，他立即
下车查看，并与热心乘客合力将被困驾
驶员救出。

康鹏飞驾驶513路公交车行驶至马
邱村北的时候，发现一辆厢式货车侧翻在
马路上。见此情形，康鹏飞在征得车上
乘客同意后，立即将车辆停靠在安全地
带，下车查看侧翻车辆情况。经过查看，
康鹏飞发现事故车内有一名驾驶员被
困，由于车辆发生侧翻和碰撞车门已经
变形，被困驾驶员手部受伤。康鹏飞察
觉情况紧急，连忙通过外力打开车门，
通过与驾驶员交谈，了解其具体伤情并
拨打120急救电话。

见此情况，公交车上的乘客也积极参
与救援行动。众人拾柴火焰高，在康鹏
飞和热心乘客的努力下，大家最终合力
把驾驶员救了出来。康鹏飞将这名驾
驶员扶到路边坐下，并询问其身体受伤
情况。被救驾驶员连声向施救的康鹏
飞和乘客表示感谢，并表示自己的身体
没有大碍，康鹏飞悬着的心终于放了
下来。为了不影响公交车内乘客的行
程，康鹏飞返回公交车，继续投入车辆
运营。