不负韶华勤读书 青春逐梦正当时

——聚焦夏日里在图书馆和自习室内坚持学习的青年人

暑期已至，人们正在以不同的方式度过这个美好的夏天。聚焦青年学生群体，他们中的一部分正沉浸在假期的轻松与欢乐之中，享受着难得的闲暇时光；而另一部分人则选择了充电学习，不断提升自我。清晨的省图书馆、市图书馆外，学生们排着长长的队伍，等待进馆学习。自习室、书店的学习区内，他们专心致志，或埋头苦读，或奋笔疾书，为心中的理想努力。无论是晨光微露，还是灯火阑珊，他们坚守在宁静的书桌旁，专注而执着。这份坚持和努力，构成了这座朝气勃勃的城市一幅别样的风景。

石家庄市图书馆自习室内座无虚席。 本报记者 郄 磊 摄

“充电学习”成为青年学生暑假生活的一部分

每到夏天，图书馆、书店、自习室“一座难求”就成为常态。“充电学习”已经成为一些石家庄青年学生暑假生活的一部分。

这个暑假，每日清晨，河北省图书馆开馆前，都可以看到一群青年人背着包在门口排起长长的队伍，等待入馆。开馆时间一到，人群有序进入，不到一会儿工夫，馆里阅览室内的自习座位就坐满了，没有找到座位的人转而选择室外设置的长桌来学习，这个过程安静有序，无论是已经坐下的，还是正在寻找的，大家都静悄悄地进行。图书馆内，舒适安静，有着浓厚的学习氛围，所有人都沉浸在自己的学习中，或低头沉思，或奋笔疾书。

“进入高中后的每个暑假，我都会到图书馆来学习。”今年秋季开学后，崔佳佳就高三了。当记者在省图书馆见到她时，她正在面前摊开的课本上勾画着知识点。“平时上学的时候，学习节奏非常紧张，有些知识点掌握不牢固，正好利用暑假把薄弱的知识再打扎实一点。”她笑着对我说。

进入暑假后，崔佳佳就开始坚持来省图书馆学习。“图书馆的学习环境非常好，氛围也非常好，大家都在低头钻研自己的知识，让我感觉到一种共同奋斗的集体力量。”记者看到，她面前摊开着的课本和笔记本上，每一页都记满了密密麻麻的笔记。“在家也能学习，可是家里的生活气氛容易让人懒散，我更喜欢图书馆里大家一起学习的这种环境，有时候学习累了，稍微休息一下，就能马上恢复学习的状态。”崔佳佳说，再开学，她就高三了，心里多少有点压力，在图书馆，她的心能静下来，对知识的梳理更有条理，记得也清楚牢固。

图书馆内，空调开得很足，宽大的桌子足够两个人对面而坐，摊开两个人的学习资料，也不显得拥挤。走廊很宽，来往走动的人脚步很轻，不会影响到正在低头学习的人。除了偶尔的翻书声，室内几乎听不到其他声音。这样的环境，让每个人学习都很专注，可以置身于一个只有自己和知识存在的世界里。

跟省图书馆一样，这个暑期，石家庄市图书馆内的读者自习室也是每天坐得满满当当。刘梦宇是一位大三的学生，当记者在市图书馆见到她时，她正在用心地准备研究生考试的学习内容。

“暑假对我来说太重要了，所有的假期里，暑假时间最长，利用好这个长假做好知识的整理复习，对明年的研究生考试很重要。”她说。

对刘梦宇而言，这个夏天是知识积累的宝贵时光，应该好好利用。她报了一个线上辅导课程，为了不打扰其他人的学习，每到上课时间，她就戴上耳机，专注地听课。记者看到，刘梦宇的桌子上摆放着一张学习计划表，上面清楚地标注着每日的学习任务和进度安排。“都能完成，在图书馆学习效率很高。”她自豪地说。

经过一上午的学习后，午餐时间到了，自习室开始有人陆续离开，刘梦宇说她不准备回去休息了，她从容地从书包里掏出一些食物，拿着水杯，走到走廊里，简单地吃了起来。吃完后再回到自习室，摊开课本学习。“我的一天就都泡在这里了。”她笑了起来。

为了保持最佳的学习状态，刘梦宇特意准备了一些“解困小妙招”。每当感到疲惫或注意力稍有分散时，她会走出自习室，吃上一块点心，让味蕾的享受完成短暂的精神充电。然后，她又会迅速调整状态，重新投入到紧张的学习中。

为了支持大家的学习，市图书馆在自习室的每张书桌上都安装了台灯，并配置充电插座。早九点到晚九点，自习室每天定时开放12小时，自习室门口，直饮水设备、存包柜等全天候向公众开放，一切设施免费使用。

随着时间的推移，窗外的天色渐渐暗淡下来，图书馆内灯亮了起来，可自习室内的座位还是很满，没有人离开。在明亮的灯光下，低头学习的人们的身影显得更加坚定和执着，每一次课本的翻页，每一行笔记的书写，都是他们对知识的渴望和对梦想的坚持。

来学习的青年人心中都有自己的目标和计划

由于图书馆有开闭馆的时间限制，而且一座难求，为了满足人们的学习需求，“付费自习室”在城市中应运而生，他们通常设置在写字楼内，书店中，或者商场一隅，环境优雅静谧，深受人们的欢迎。7月19日，记者走进位于北国商城附近的一家付费自习室。

这家自习室位于一家写字楼内，室内有一个个独立的小隔间，里面设置台灯、桌椅，公共空间设有饮水机、打印机、纸笔等用品，旁边的墙上有二维码，需要使用这些用具的人可以扫码按价支付。需要前来上自习的人，从商业平台上付费后，就可以得到入门密码，自习室没有工作人员，只有前来学习的人，屋顶有摄像头，一切全凭自觉。空调是写字楼内的中央空调，第一个来的人打开，最后一个走的人关闭，秩序井然。

刘楠明年就本科毕业了，他本科学习的是法律，为了提高自己的专业能力，他打算考取“法律职业资格证”，暑假，他在这家自习室订了位置，每天都会坚持来。“这个位置24小时都是我的，我可以上午来，也可以下午来。这样学习也从容，假期就可以把学习、运动、旅游合理安排了。”

7月18日晚，在与朋友打了一场痛快淋漓的篮球赛后，刘楠来到自习室自己订的小隔间内，打开台灯，开始了学习。每个格子间都挂着布门帘，里面的光透过门帘在走道里形成了一团团暖色的光影。

“来学习的人心中都有自己的目标跟计划，大家都是成年人了，不需要专门的管理，全靠自觉，共同维护好学习环境。”刘楠说。

自习室内还有一些散座，供没有订到格子间的人使用。记者看到，一到晚上，这些散座也坐满了学习的人，据了解，随着暑假时间的深入，目前，付费自习室的人气持续高涨。为了预定一个理想的座位，不少人提前几天就开始预约。有些自习室还专门推出了“早起鸟”或“夜猫子”专享时段，满足不同学习需求的群体。

与此同时，散落在商场中、书店中的可用来学习的书桌同样得到人们的青睐。7月18日，记者在呈明书店与正在此学习的27岁青年吴亚鑫进行了交谈。“因为要工作，平时的学习时间没有那么多，图书馆座位太难找了，我喜欢到书店来学习，抽出碎片时间来这里学习一个下午，感觉非常充实。”他说。

记者走访了市内的一些书店，很多书店都设置了可用来学习的书桌，这些书桌设计得既舒适又实用，高度适中，桌面宽敞，无论是放书、放笔记本还是使用电子设备，都能得到极好的体验。前来选购图书的消费者也非常自觉，交谈声音很小，尤其是一些小朋友，目睹这些认真学习的哥哥姐姐，自觉地放轻选书的动作，认真读书学习的样子在孩子们心中有了更形象的认识。

相互鼓励彼此支持 一同逐梦理想

在图书馆内或自习室的静谧空间里，除了“单打独斗”的学习者们，还有一种新形式正在他们中间盛行，那就是团结而高效的新友谊内容，叫“学习搭子”。他们通常由两个或者几个有着共同学习愿望的同伴组成，他们共同学习、一起进步。

在石家庄市图书馆的读者自习室外，记者看到了两个正在互相提问单词的学生。这两位学生是刚参加完高考的学生，在等待录取通知书的时间里，他们相约在图书馆学习。他们告诉记者，虽然高考结束了，但是学习并没有结束，为了不让假期荒废，他们组成“学习搭子”，相互督促，在巩固以往知识的同时，继续学习新的知识。

“自己学习总怕坚持不下来，有了同伴的陪伴，学习不再枯燥。”他们说。两位同学用行动诠释了“学习路上，结伴同行”的真谛，他们互相提问、互相解答，不仅提高了学习效率，更在彼此的鼓励和支持中，培养了坚持不懈的学习态度和深厚的友谊。

“学习搭子”中还有一些人是为了考取各类资格证而“搭”在了一起。同样在市图书馆，记者见到了准备一起考取教师资格证书的三位大学生，基于共同的学习目标，她们“搭”在了一起，相互分享书籍、信息，探讨问题，甚至一起上培训班。她们说，在这个小小的学习团体中，每个人都不再是孤军奋战，而是成了彼此最坚实的支撑。

在闲暇安逸的假期里，这些散落在图书馆、书店、自习室里的青年人，拒绝了轻松与安逸，选择了与书本为伴。他们埋头苦读，不断提升自己的知识储备，拓宽视野。无论是备战高考的中学生，还是希望深造的大学生，或是提升专业能力的毕业生们，他们有理想、有追求，更有着令人钦佩的意志力。在这个炎热的夏天，他们用自己的汗水和努力，用实际行动展示了“青春是用来奋斗的”深刻含义。

青春的价值在于不懈的奋斗与自我超越。他们的坚持和付出，不仅为自己赢得了宝贵的成长机会，更为这座城市注入了无限的活力与希望。

▼ 石家庄市图书馆自习室中，青年学生在聚精会神地学习。本报记者 郄 磊 摄

▲ 河北省图书馆门前，等待入馆的青年排起长队。本报记者 郄 磊 摄

为青年人学习成才创造更优环境

□袁 温

炎炎夏日，公共图书馆、城市书店、自习室成为热门打卡地。很多人选择“反向”奔赴，在这个火热的长假里，徜徉于书海当中，拥抱属于自己的“诗和远方”。

“一座难求”的图书馆，见证了初入职场的青年不甘平凡、拼搏追梦的自觉追求；见证了充满求知欲的青少年对知识的孜孜以求；更见证了莘莘学子不负青春韶华，勤奋学习、埋头苦读的奋斗人生。从排长队等待入馆，到自习室、阅览室里的持之以恒，“进馆热”不仅是石家庄公共文化设施建设日益完善的缩影，更是石家庄青年好学乐思、积极向上态度的绝佳体现。

在这个热烈的夏天，这群人用自己的汗水和努力，成就了这座城市另一番美丽的风景，他们为理想的坚持和付出，让石家庄充满活力与希望。

“盛年不重来，一日难再晨”。青年时期是人生最宝贵的时光，更是发奋学习的黄金时代。当今社会发展速度一日千里，知识更新日新月异，如果疏于学习，就难以跟上时代发展的脚步。只有不断地充实学识、增长才干、开阔视野，才能更好地提升自身本领，应对新形势、新挑战。各级各有关部门要立足打造青年友好型城市，积极推进城市公共文化设施建设，打造更多功能布局更加完善、设备配置更加先进、服务效能更加优化的城市现代化阅读空间，吸引更多人前来学习“充电”，让大家安心、舒心地“泡”在知识的海洋；广大青年朋友要勤于学习、不断学习，在磨砺中增长实干，在实践中锻炼筋骨，紧跟时代步伐，用学习增长智慧、推动发展、开创事业，为加快建设现代化、国际化美丽省会城市贡献自己的智慧与力量。

促进教育与实践深度融合

石家庄学院—社会实践基地成立20周年

本报讯 石家庄学院河北平山古月中学社会实践基地建成20周年庆祝活动日前在古月中学举行，多年来，石家庄学院教育关爱服务团的学生们走进古月学校，发挥专业优势，开展了系列志愿活动。

活动中，石家庄学院外国语学院、石家庄学院理学院分别与古月中学签署了合作协议，今后双方将在教育教学、社会实践等多个领域展开更加深入的合作，为共同培养优秀人才贡献力量。来自石家庄学院服务团的学生们表示，他们将继续秉承不忘初心，牢记使命，将青春书写在祖国大地上，在实践中学习、在学习中成长。

据悉，自2005年起，石家庄学院“教育圆梦 播撒希望”教育关爱服务团依托古月中学，积极发挥专业优势，以志愿服务为平台，以服务老区儿童教育为基本内容，把国学教育、理想教育、感恩教育、安全教育和素质拓展教育内容融入其中，为中小学生提供丰富的活动。20年来，学校先后派出30多位指导老师，500多名暑期社会实践队员，共辅导学生2000余名，累计上课2000多课时。接下来，石家庄学院将进一步深化校际合作和资源共享机制建设，共同推动社会实践基地的持续发展，进一步优化实践课程体系，丰富实践内容，提升实践效果，努力打造具有鲜明特色和广泛影响力的社会实践品牌，共同推动乡村教育事业的发展。

守护学生稚嫩心灵

井陉县不断推进未成年人心理健康教育

本报讯 井陉县教育局积极行动，近期以来开展了一系列丰富多彩的心理健康教育活动，不断推进未成年人心理健康教育，提高未成年人的心理健康水平，守护未成年人健康成长。

据了解，井陉县教育局鼓励中小学校将心理健康教育贯穿教育教学全过程，与“五育”深度融合。全县中小学校通过举行趣味闯关活动，使学生在趣味打卡游戏中快乐学习，开启心智。各学校组织活力动感的“篮球操”、妙笔生花的“书法操”，以及富有传统特色的拉花操，通过欢快的节奏、激情的运动提振了学生积极乐观的情绪。依托井陉丰厚的非遗沃土，各学校还为学生量身设定了井陉拉花、戏曲、社火、剪纸、陶艺等特色活动，以美育美、各美其美，涵养学生美好品格。另外，还开辟学校劳动实践基地，将栽红薯、刨花生、摘山楂、收玉米等设置为劳动课内容，学生在动手实践的过程中，锤炼意志，丰盈心灵。

井陉县教育局将心理健康教师培训纳入县级教师培训计划。今年，组织线上、线下心理健康知识等多场培训，培训教师1500余人次。全县中小学通过家长学校、家长讲座、家长会等形式开展家校共育活动，帮助家长分析学生成长过程中出现的问题和困惑，与家长共同探讨家庭教育的方式方法，形成育人合力，助力学生健康成长。

学习红色文化 传承爱国情怀

石家庄幼专组织师生走进西柏坡

本报讯 为鼓励学生厚植爱国情怀，日前，石家庄幼儿师范高等专科学校“爱国逐梦”社会实践小分队奔赴石家庄西柏坡开展了为期10天的暑期社会实践活动，实践队的学生们学习了西柏坡红色文化，并发挥专业特色，在当地帮扶乡村幼儿园。

实践活动中，石家庄幼专“爱国逐梦”社会实践小分队的队员们参观了西柏坡中共中央旧址、西柏坡纪念馆和西柏坡国家安全教育馆，邀请专家为同学们作了红色精神讲座，传承红色基因血脉，学习西柏坡精神，担负新时代伟大使命。

在帮扶乡村幼儿园过程中，同学们开展了“红色爱国”为主题的环创活动，将鲜艳的五星红旗等元素融入主题墙绘，使幼儿园墙壁成为亮丽风景线。他们结合儿童成长需求，精心打造了系列红色课程，如绘本课“英雄王二小”、音乐课“歌唱二小放牛郎”、折纸课“如何做五星红旗”、奥尔夫音乐课程教学“爱我中华”等，这些课程紧贴活动主题，贴近西柏坡红色资源，将爱国主义教育深深地植入幼儿的心里。

播下热爱劳动的种子

新华区康庄学校暑期劳动教育蓬勃开展

本报讯 暑期里，新华区康庄学校的劳动教育为孩子们的假期生活增添了收获的喜悦。近日，学校组织学生来到了劳动实践基地“开心农场”，同学们一起采摘黄瓜、茄子、西瓜等蔬菜水果。

活动当天，阳光明媚，学生们满怀期待地踏上了前往劳动实践基地的旅程。抵达目的地后，映入眼帘的是一片郁郁葱葱、硕果累累的景象。在老师的指导下，孩子们迅速分组，有的拿起篮子，穿梭在果树间，小心翼翼地采摘着成熟的果实；有的则戴上手套，拿起锄头，在田间地头认真地除草，汗水浸湿了衣背，却挡不住他们脸上的笑容和眼中的光芒。

在这次实践活动中，学生们不仅学会了农作物的基本知识和采摘技巧，更重要的是深刻体会到了“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的道理，感受到了劳动的价值与魅力。大家纷纷表示，要将这份宝贵的体验转化为学习的动力，更加珍惜粮食，尊重劳动，努力成长为德智体美劳全面发展的新时代好少年。此次活动不仅丰富了孩子们的假期生活，更在他们心中播下了热爱劳动的种子，为他们的成长之路铺设了坚实的基石。

培养学生社会责任感

石家庄工商职业学院组织师生开展义诊

本报讯 为增强社会责任感和使命感，提升学生实践能力，日前，石家庄工商职业学院组织师生来到石家庄市灵寿县南营乡油盆村，学校护理学院“医”“课”不停社会实践小分队在这里开展了义诊活动，为当地村民送去了健康与关怀。

活动现场，村民们早早地排起了长队。师生们耐心细致地为每一位村民进行检查，认真记录各项数据。除了在现场的义诊服务，小分队还主动前往行动不便的老人和老党员家进行上门义诊，师生还为村民普及了海姆立克急救法、心肺复苏法等重要的急救知识。据悉，油盆村是革命老区，地处太行山深处，医疗条件相对落后。此次义诊涵盖了血糖、血压、心电图、中医按摩、中医理疗等多个项目，旨在全面了解村民的健康状况，并提供针对性的医疗服务。

据了解，近年来，石家庄工商职业学院定期开展社会实践，师生利用护理、中医养生等专业知识深入社区开展义诊活动，持续关注社区居民健康，帮助居民提高健康意识、普及健康常识和急救知识。

（本版文字除署名外均由本报记者 宋子婷 提供）