

曾患小儿麻痹症 小时候无法正常跑步只能跳 励志哥 背着自行车登上五指岩

6日,一张照片在朋友圈火了。只见照片里,一辆自行车停放在悬崖旁。照片配文称:这应该是第一辆上到五指岩最高峰的自行车。

记者了解到,这辆自行车的主人叫吕洁,也是本报多年前报道的励志哥。当天,他背着自行车登上了海拔700多米的五指岩顶峰。

记者 吕晓婷



从小患病,26岁前从未长期跑步

吕洁是龙山镇吕南宅四村人,1974年出生。因为身患小儿麻痹症,吕洁的双腿并不利索。在小时候,他连最简单的跑步都无法完成。

别人都是跑步,而我更多是跳步,只能一跳一跳地跑。如果是去爬山,遇见上坡,他的腿更用不上力。吕洁说,正是这个原因,在26岁之前,他没有进行过长期跑步。

不过,在26岁那年,吕洁意识

到,不该向命运低头。从此开始有意识地锻炼。

锻炼的第一步就是跑步。一开始,由于左脚不能发力,几百米的距离都能让吕洁气喘吁吁。不过,他并没有轻言放弃,而是咬着牙坚持,每天逐渐加大自己的运动量。如今,吕洁每天至少跑步十公里以上。

经过一定时间的基础训练,吕洁的体能越来越好。他也从跑步转向

了骑行,并制定了从永康骑行去哈尔滨的计划。

第一次骑行,吕洁做了充分的准备,从网上搜集骑游攻略挑选路线,准备了常用的自行车配件、帐篷、睡袋、相机、手机、全国交通图、药品等。2015年,吕洁从永康出发,途经杭州、上海、北京、天津,来回5300公里。历时3个月,完成了第一个长途骑行。

喜欢自虐,挑战更多高难度的项目

除了爱骑行,吕洁还喜欢去挑战更多高难度的事,比如马拉松比赛。

对于参加马拉松,吕洁家人一开始都持反对意见,但是他用自己的毅力征服了家人。

可能是我喜欢自虐吧,普通人能完成的事情,我也要做到。和普通人相比,我可能要多花3倍的时

间,5倍的体能。虽然很累,但是享受征服带来的成就感。马拉松项目,吕洁一跑就跑了10年。2015年,他几乎每星期都要去参加比赛。杭州马拉松、上海马拉松、横店马拉松都已经被吕洁征服。

除了马拉松,吕洁还参加爬山、攀岩等户外运动,并立志要征服永康的所有高山。

谈起这次背着自行车攀登五指岩之旅,吕洁说,这次同样是为了挑战自己,为此筹划准备了很久。攀登时,他利用绳索等工具才背着自行车登上了五指岩最高峰。

不过,吕洁也坦言,这次背着自行车登五指岩还是很危险的。因为前几天下雨,山路比较湿滑。他不建议,市民朋友们轻易去尝试。

帮助更多人,他加入了救援队

如何更好地实现自己的价值?2012年,在参加完一次志愿者活动后,被志愿者奉献精神所感染的吕洁又做了一个更大胆的决定,加入救援队。

他的决定再次引来了朋友的反对。救援队是要在危难时刻救人的,你腿不利索,可别耽误了救援。

有些固执的吕洁坚持加入了红十字救援队。虽然在救援队里,吕洁

是唯一行动不便的志愿者,但每次行动他都不拖后腿。

2017年4月,一位阿婆在江南街道勤丰村挖笋时摔断了左腿,无法行动。当时,就在附近的吕洁和救援队员赶到现场后,砍下竹子固定阿婆的骨折处。因为现场没有捆绑竹片的绳子,吕洁摘下两只袖套和背心当做绳子。4月的永祥,天还有些冷,吕洁却光着膀子在原地平

托着阿婆的腿40多分钟,直到医生和其他救援队员赶到现场。当时,吕洁的故事被媒体报道后,收获了很多好评。

现在,加入民安救援队的吕洁,依然活跃在各个救援现场。而为了更好地帮助别人,他还每天抽出时间强化体能。只有这样我才能帮助更多的人,吕洁说,因为收获了快乐和正能量,一切付出都是值得的。

一面锦旗五年内送了三次

记者 叶宁 通讯员 陈雄鹰

请问俞威廉警官在不在?近日,一位女士拿着一面写有“破案如神 为民服务”的锦旗来到东城派出所。女士称,这是她五年来第三次做这面锦旗,她想亲自把锦旗交到俞威廉手中,表达自己的感激之情。

这位女士姓陈,是龙山镇人。2015年4月28日,陈女士上班时接到了一个陌生电话。对方自称是武警中队的刘警官,打算订购一批办公用品。次日,刘警官又要加购拖把、消毒水和帐篷。由于陈女士店内没有这些物品,她向刘警官推荐的商家拿货。一番讨价还价后,陈女士以44元的单价购买了400个拖

把,以560元的单价购买了50瓶消毒水,又订购了15个帐篷,一共向对方转账115600元。对方称当天下午送货到店,但始终不见踪影。后来,刘警官也联系不上,陈女士这才意识到被骗,于是向东城派出所报了警。

接到报警后,警方第一时间展开调查。民警俞威廉通过查询陈女士提供的对方银行账号的流水,发现近期该卡有一笔ATM机取款记录,深入追查取款地发现嫌疑人落脚在湖南永州。同时,通过电信公司确认嫌疑人应该是两个人。

俞威廉跟着专案队员第一时间赶赴湖南,查明了其中一名嫌疑人的身份信息,同时确认了另外一名嫌疑人的活动轨迹,最终成功将嫌疑人黄

某、江某抓捕归案,并追回大部分款项。嫌疑人黄某、江某已因涉嫌诈骗罪被法院依法判处有期徒刑4年、4年6个月。

追回大部分款项,让陈女士特别感谢俞威廉。因此,当时她特意做了印有“破案如神 为民服务”的锦旗,打算当面送给俞威廉。

可是,陈女士每次来派出所,俞威廉都不在。因此,这面迟迟未送出去的锦旗,落款日期也一变再变,变成了现在的2020年。遗憾的是,这次陈女士前来送锦旗,俞威廉又刚好出差办案去了。

我们会代为转达你的感谢,俞警官也说不麻烦你再跑了。当天代为接下锦旗的民警王懿说。

天气短暂连晴 周四雨水回归

记者 吕晓婷

本报讯 经历了上周的连续雨天,在上周末我们终于迎来了好消息。随着副热带高压的加强北抬,雨带移至江淮到黄淮一带,因此我们迎来了降雨间歇。

雨虽然不下了,却还要面对高温的考验。昨天,永城的最高气温达到了37。今天,虽然是多云天气,部分地区午后到夜里还有阴有阵雨或雷雨,但是最高气温仍旧高达36,整体感觉比较闷热。明天至后天,我市还是多云天气,部分地区阵雨或雷雨,最高气温为33,最低气温为24。

这种连晴又升温的节奏,是不是要持续一段时间了?据市气象台最新预报,从16日起,副热带高压又将开始南撤了,雨水将重新归来。16日,阴有阵雨或雷雨,最低气温为23,最高气温为27;17日,阴到多云,有时有阵雨或雷雨,最低气温为22,最高气温为28。

自5月29日入梅以来,今天是永城梅雨季节的第46天。从入梅开始,我市经历了多次强降水过程。其中较为突出的有两次,一次是在5月29日夜至5月30日,市区本站降水量达99.2毫米,另一次是6月29日夜至6月30日白天,市区本站降水量达79毫米。从5月29日截止到7月12日,我市面雨量467.2毫米,最大雨量站点为大寒山站,降水量为669.5毫米,而市区本站降水量为416.3毫米。目前,梅雨季还没有结束,防汛形势依旧严峻,请大家提高防范意识,切勿心存侥幸。

助农信息

花街镇八字墙片区种植桃子、李子总共6000多亩。市民购买水果可联系新溪农资部的负责人方先生:13967912386,市府网669683;15958950386,市府网663683。金杜村的钱先生:18267037169,市府网756169。

舟山镇红柿园村上溪里自然村果农徐跃安尚有3亩红仙桃滞销。电话13858912175、市府网320146。下丁村果农丁伟晓有四五千公斤桃子滞销,如购量大可送货上门。电话13738961618、市府网672754。

果农如有相关需求,可拨打88900000登记信息(登记内容如下:姓名+地址+水果+产量)。