

凡人善举

人生下半场的“温暖清单”

——退休职工孙丽荣以热血之举践暖心之行

本报记者 郝婧

2025年12月29日，对于58岁的退休职工孙丽荣而言，是极具意义的一天——她完成了第100次献血，成为宁夏血液中心第101位百次献血者，为人生下半场的“温暖清单”画上了重要的一笔。

从2014年7月1日第一次挽起衣袖献血，到如今成为献血与社区公益领域的中坚力量，10余年来，她用热血传递温暖，用行动践行初心。

自2006年7月1日加入中国共产党，孙丽荣便将党员的责任与担当融入日常，一颗奉献的种子在她心中悄然种下，也让她坚定地走上了公益之路。2014年，在中铝能源宁夏马莲台发电厂工作的她，响应单位组织的党员献血活动，第一次捐献全血。此时的她对献血虽知之甚少，但“党员带头”的信念让她毫不犹豫地迈出了第一步。

2014年至2018年，受工作时间

与身体条件限制，她累计捐献全血8次。

2019年退休后，孙丽荣终于有了充足的时间深耕公益。她主动了解成分血相关知识，发现其临床需求更大、捐献周期更灵活，便毅然转为捐献成分血，献血地点也从最初的宁夏医科大学总医院献血屋，改为离家更近、更便捷的宁夏血液中心。为了保证血液质量，她养成了清淡饮食、规律作息的健康习惯，用实际行动打破“献血影响身体”的误区，也让献血成为生活中的一部分。

多年来，她见证了献血群体的纯粹与温暖，在宁夏血液中心组织的年度联谊活动上，年献血超10次的志愿者齐聚一堂，分享着各自的故事与感悟。“有位献血志愿者说，她的献血想法是因为母亲在ICU抢救急需血液，若没有献血者，她挽袖捐血的善举，医院里不少急需输血的患者便难以得到及时救治。

为了身体达标，她特意增肥10斤，决定要当一名献血志愿者。她的故事深深触动了我，也让我坚定了把献血坚持到底的决心。”孙丽荣告诉记者。

家庭的支持是她公益之路的坚实后盾。献血群里，每当有成员家人在外急需输血时，大家都会主动分享献血证照片，让爱心形成互助的暖流。面对部分家人的担忧，她默默用行动证明着献血的意义，这份坚持在一次次实际帮助中愈发坚定。

完成100次献血的目标，孙丽荣也未停下公益的脚步——社区里的孤寡老人、独居长者，是她心中的另一份牵挂。2022年，她受金凤区鲁银社区党委书记推荐，担任社区第二党支部书记，参与社区党建工作，用责任筑牢社区党建的根基。2024年，针对社区独居老人、孤寡老人较

多的现状，鲁银社区成立“幸福到家志愿服务队”，精力充沛、热心肠的她被委任为队长，带领19名固定队员开启了社区公益之路。

2025年冬至这天，孙丽荣和队员们提前备好饺子，挨家挨户送到社区孤寡老人和独居长者手中。她还积极参与社区老年大学的走秀活动，意外被“直播银川”采访，成为社区公益的鲜活代言人，用自身影响力带动更多人关注老年群体。

“献血不是为了追求优惠，社区公益也不求回报，只是想让人生的下半场，多做些让自己心安、让别人温暖的事。”孙丽荣的话语朴素而真挚。

从百次热血赴约到社区温情相守，从带头献血到带动他人，孙丽荣用十几年的坚守，诠释着“奉献”二字的重量，也让温暖在血液中流淌，在社区里闪光。

献血志愿者王志民：

二十一载坚守无偿献血路 用爱心为生命护航

本报记者 郝婧

142公里，是盐池县到银川市

的距离；21年，是王志民用热血坚守爱心的时长；

212趟往返，累计29800多公里的奔波……

2004年春，刚满18岁的王志民进入工厂，成为一名流水线工人，虽然日子过得紧巴巴，却挡不住他心底那份纯粹的热忱。“有一天我走到兴庆区新华街时，看到献血车上贴着‘无偿献血热血 挽救生命之光’的标语，我没多想就登上车去献

血。”王志民告诉记者。献血能切实帮助到更多用血者，于他而言便是最珍贵的意义。从那以后，每14天一次的血小板捐献，成了王志民生活中雷打不动的坚持。

每次为了献血，他都要搭乘从盐池开往银川的客车。无论寒冬还是酷暑，王志民从未停歇。有一年，他往返盐池与银川多达20次，平均18天就要奔波一趟。每次献完血小板后，工作人员递来的一杯热糖水，成了他最暖心的慰藉。

21年里，212次献血的记录清晰

在册：全血3600毫升，血小板362.5单位。这些血液，承载着生命的希望：挽救过产后大出血产妇，让新生儿得以在母亲温暖的怀抱中入睡；输入车祸重伤司机的身体，帮他闯过生死难关；注入化疗后血小板骤降的儿童、老人体内，为他们撑起生命的保护伞。

王志民从没见过这些被救的人，却总在收到宁夏血液中心发来的感谢信时，对着手机屏幕愣神很久，工作人员递来的一杯热糖水，成了他最暖心的慰藉。

21年里，212次献血的记录清晰

牵挂，成了他坚持下去的重要动力。

如今，岁月在他眼角留下了皱纹，手上的老茧磨了一层又一层，但摆在抽屉里那一本本献血证，却被他珍藏着，212次献血记录历历分明。从盐池到银川的路，他闭着眼都能数出有多少个收费站；14天的献血间隔期，他总能准确地记得。

没有惊天动地的壮举，没有轰轰烈烈的誓言，王志民用最朴素的坚持，把21年的平凡日子，过成了照亮他人的光。从青涩青年到沉稳中年，他奔赴的脚步从未放慢，更未停止。

献血志愿者李建虎：

坚守公益一线 10余年无偿献血5万余毫升

本报记者 黄蓉

1月3日，53岁的李建虎再次来到西夏区献血屋捐献血小板，这是他第150次无偿献血。自2008年第一次献血起，李建虎已累计献血5万余毫升。10余年间，他用汩汩热血为无数生命助力，以平凡之举诠释着不平凡的担当。

李建虎与无偿献血的缘分始于一偶然。2008年，李建虎前往固原市出差，一辆停靠在固原市汽车站旁的献血车吸引了他的目光，带着“或许能帮上别人”的想法，他登上献血车，首次捐献了400毫升全血。看着血液被抽取出来并妥善封

存，想到捐献的意义和价值，李建虎心中满是踏实与满足。那时，他并未意识到，这个简单的决定会成为自己漫长奉献之路的起点。后来，他因工作原因远赴外地，献血这件事也暂时搁置下来。但在心底，帮助他人的善念始终坚定。

2013年，李建虎回到银川市生活。安定下来后，他经过寻访，最终在西夏区献血屋完成登记，成为一名无偿献血者。从此，他无偿献血的善举再未停歇。

起初，李建虎捐献的是全血，而全血捐献需间隔半年才能再次捐

献。在与工作人员的交谈中，他了解到血小板捐献间隔仅需两周，且对白血病患者至关重要，便把自己的献血类型从全血转向成分血。为了保证血液质量，李建虎长期保持规律作息，坚持清淡饮食。截至目前，他共捐献全血7次、血小板143次，累计献血量超过5万毫升。

李建虎的善举，起初并未被家人和朋友理解，亲友们担心长期献血会影响他的身体健康。随着时间推移，大家看到他始终精神饱满，态度便从担忧转为支持。在他的影响下，身边的同事也纷纷加入无偿献血的队伍。

“能帮助有需要的人，是一件光荣的事。”经过日复一日的坚持，李建虎获得“全国无偿献血奉献奖终身荣誉奖”“全国无偿献血奉献奖金奖”等多个奖项。面对诸多荣誉，李建虎始终淡然谦逊，在他看来，比证书更珍贵的是自己的血液能为他人点燃希望，能为社会贡献一份力量。

“只要身体条件允许，我会一直坚持下去。”李建虎坚定地说。他的故事没有惊天动地的情节，只有日复一日的坚守；没有华丽的辞藻，只有无声的奉献。这位平凡的“献血达人”，正如一束温暖的光，照亮他人的前路。

灵武市牵手社会工作发展中心 为“一老一小”送温暖

本报讯(记者 王茜)1月9日，记者获悉，灵武市牵手社会工作发展中心开展银川市特殊困难群众关爱帮扶公益项目常态化入户活动，针对困境儿童与老年群体的差异化需求精准施策，将物质关怀与情感慰藉切实送到群众的心坎上。

当日，工作人员为困境儿童送上精心筹备的“爱心助考包”，内含中性笔、绘图工具等考试用品，每一件物资都经过细心挑选，贴合学子考试需求。工作人员与家长沟通了孩子们的学习进度与备考状态，鼓励他们保持乐观心态，坚定求学信念，用知识改变命运，让孩子们在寒冬中感受到来自社会的温暖关怀。

针对项目中需要关怀的老年群

体，工作人员立足冬季生活刚需，逐户送上家用卫生纸、节能电暖气等实用物资，有效缓解老人冬季取暖与生活难题。入户过程中，志愿者耐心检查老人家中供暖设备运行情况，细致讲解电暖气安全使用规范，提醒用火、用电、用气安全，同时与老人唠家常、听心声，了解其健康状况与生活诉求，用陪伴驱散孤独，让老人在寒冬中倍感温暖。

此次入户服务，累计走访困境家庭8户，服务覆盖26人，分别为困境儿童及老人送去帮扶物资，进一步实现帮扶对象精准覆盖、需求精准对接。

灵武市牵手社会工作发展中心将持续聚焦特殊困难群众急难愁盼问题，深化“物质帮扶+情感关怀”双重服务模式，常态化开展针对性关爱服务，不断织密民生保障网。



近日，兴庆区中山南街新宁社区联合辖区爱心企业筋得亨拉面馆，举办“一碗拉面的约定：社企共建下的城市温度”公益活动，邀请35名辖区环卫工人齐聚面馆免费品尝热气腾腾的拉面，以实际行动传递社企共建的温暖力量。

本报记者 纳璇 摄

西夏区平祥社区开展义诊活动

本报讯(记者 韩瑞利)为切实把健康服务送到群众身边，破解辖区居民“看病远、咨询难”的实际问题，1月13日，西夏区宁华路街道平祥社区联合平吉堡卫生院开展健康义诊活动，将优质便捷的医疗服务送到居民家门口。

义诊现场设置了内科咨询、慢性病管理、中医理疗等多个服务专区，医护人员耐心为居民量血压、测血糖，细致询问病史与用药情况，针对高血压、糖尿病等常见慢性病提供个性化诊疗建议和用药指导。发

放健康科普手册，普及疾病预防、合理膳食、科学养生等知识，引导居民树立“早预防、早发现、早治疗”的健康理念。针对行动不便的高龄老人，社区工作人员与医护人员开展“一对一”健康检查和问诊服务，将关怀送到居民心坎上。

平祥社区将持续为辖区居民开展丰富多彩的公益活动，建立与医疗机构的常态化联动机制，定期开展义诊、健康讲座等惠民服务，不断延伸志愿服务触角，切实提升辖区居民的获得感、幸福感、安全感。

爱心企业走访慰问贺兰县兰光村困难群众

本报讯(记者 陈敏)春节将至，暖意先行。1月13日，在贺兰县兰光村洋溢着浓浓的温情，爱心企业宁夏弘亿源科技有限公司与村委会联合开展“情暖兰光”慰问活动，40多名困难群众领取到洗衣液、洗洁精等日用品。

宁夏弘亿源科技有限公司位于贺兰德胜工业园区，深耕日化领域，专注洗洁精、洗衣液等产品生产。在企业逐步发展的同时，秉持“发展不忘回馈社会”的初心，心系基层党员和困难群众冷暖，积极开展送温暖活动。

新春佳节来临之际，宁夏弘亿源科技有限公司策划组织主题慰问活动，以关爱困难群体的实际行动回馈社会。首场慰问走进兰光村，捐赠了价值1万余元的日化产品。活动现场，一份份精心准备的日用礼包，传递着来自社会的关爱。村民马兰英接过物品时连声道谢：“这些东西实在，心里头更暖，感谢企业无私地帮助我们。”宁夏弘亿源科技有限公司负责人宋湘翊表示，公司将持续关注困难群体，主动奉献爱心，履行社会责任，让困难群众过一个暖冬。

以文艺为笔 描绘文明新画卷

近期，中国歌剧舞剧院竹笛、排箫青年演奏家孙楚泊在北京公园、广场演奏竹笛的视频持续刷屏。被市民亲切称为“国民闺女”的她，近日在首都文明办召开的文明实践工作座谈会上，谈及公益演出的初衷时说：“我的演出就是为了让市民群众近距离地听到我的演奏，感受中国民乐的魅力。”

记者了解到，像孙楚泊这样热心公益的艺术家和团体在北京还有很多，北京民族乐团唢呐演奏家王向阳、中国歌剧舞剧院民族乐团的青年唢呐演奏家刘立站都是其中的代表。他们常在天桥市民广场、大运河博物馆等地公益演出。

天桥市民广场是北京市西城区开展文化惠民活动的重要场所，在这里让青年演奏家以无门槛公益演

出形式，实现艺术与民众的深度互动。公安大学的学生们来参加志愿服务，辐射带动更多人为首都精神文明建设添砖加瓦。大运河博物馆举办的公益演出音乐会，市民无需购票即可进入。音乐会还特别照顾老年人，请他们靠前就座，于细节之处尽显人文关怀。

首都文明办表示，目前已为走到群众中来的艺术家们提供了30余个适合演出的场所。12月27日，首都文明办通过新一期首都文明播报，为这些活跃在公益演出中的艺术家们点赞，并将进一步梳理出更多适合演出的新时代文明实践中心、所、站、基地，向艺术家们开放，推动艺术服务下沉基层，让艺术真正走到群众身边、走进百姓心中。

(据北京青年报客户端)

冬日暖流润心田 金霞善举护成长

近日，一股暖流驱散了冬日的寒意——浙江省嘉兴市海盐县慈善总会收到了浙江金霞新材料科技有限公司的20万元爱心捐款。该笔善款将持续注入“金霞护航”高中生助学、“金霞助航”高中生奖学两大项目，为家庭困难学子的求学之路保驾护航，让爱心在冬日里延续升温。

据悉，“金霞护航”高中生助学项目精准帮扶海盐县内普通高中、中等职业学校就读的家庭困难学生，涵盖本县低保户、低保边缘户家庭学子，每人每学年可获得3000元资助，为他们卸下经济重担，让他们能安心投入学习。“金霞助航”高中生奖学项目则聚焦励志成长的学子，对符合“金霞护航”高中生助学项目条件且获得校级及以上奖学金、校级及以上综合奖项，或当年高考成绩达本科线并被相关高校录取的学生，分别给予2000元或3000元奖励。

这份跨越逾十年的坚守与陪伴，不仅照亮了学子们的求学之路，让他们能安心投入学习，更在他们心中播撒感恩向善的种子。

(据《慈善公益报》)



近日，兴庆区凤凰北街北安社区以“志愿暖冬·服务惠民”为主题，组织党员干部、青年团员、专业技术人员等组建志愿服务队，深入辖区开展打扫卫生、义诊义剪、环境整治等系列志愿服务活动，用实际行动传递温暖，让“志愿红”成为冬日里动人的风景线。

本报记者 司冰心 摄