

## 凡人善举

## “只要我还能动，就能养活她！”

——海子珍与侄女的温情相守

本报记者 司冰心

早春的暖阳穿透玻璃窗，洒在利通区上桥镇罗渠村二队一户人家的客厅里。70岁的海子珍坐在沙发上，轻柔地拂过身旁少女小婷（化名）鬓边的碎发。

这份岁月静好的背后，是5年的深情托举。这位饱经丧子之痛，又承受老伴离世悲伤的老人，始终怀揣着一颗炽热的善心，扛起照顾年幼侄女小婷的重担，为这个命运多舛的孩子，筑起家的港湾。

## “把孩子接过来，我养着”

走进海子珍住的公租房，不大的空间被收拾得窗明几净、井井有条。墙上挂着的红梅图与窗边几盆绿植相映成趣，让这个简朴的小家处处透着暖意。谈及小婷，老人的眼里满是疼惜：“这孩子命太苦了，刚出生没多久妈妈离家后再也没回来，后来又失去了爸爸。”

2021年4月，小婷11岁时，父亲因病离世，留下瘦小内向的小婷，孤零零地守着空荡荡的家。看着孩子无助的眼神，海子珍的心像被针扎一样疼。尽管彼时她已年近七旬，身体也不算硬朗，但她没和老伴马明义商量，便毅然下定决心：“把孩子接过来，我养着。”

这个决定，让家人心头一紧。儿子心疼地劝她：“妈，您年纪大了，身体又不好，哪还有精力照顾孩子啊？”海子珍却态度坚决，字字铿锵：“只要我还能动，就能养活她。”就这样，老两口主动扛起了抚养小婷的责任。在民政部门的核实与帮助下，小婷按政策每月定期领取相关养育津贴，为这个家庭减轻了部分经济压力。

## 在爱的浇灌下蜕变

刚来到海子珍家时，小婷不爱

说话。长期的营养不良与情感缺失，让这个孩子的眼神里总是带着一丝忧郁。海子珍夫妇心里清楚，想让孩子重拾欢笑、感到温暖，需要倾注爱与陪伴。海子珍每天变着法做可口饭菜；节日里，一家人围坐桌前，饭菜热气腾腾，欢声笑语不断。

2022年2月20日，是小婷在新家过的第一个生日。海子珍的女儿特意买了生日蛋糕，摇曳的烛光映照着小婷灿烂的笑容。“我从来没有吃过这么大的蛋糕。”孩子惊喜的话语，让海子珍既欣慰又心酸。从那以后，每年生日，家人的陪伴、香甜的蛋糕、温馨的礼物，从未缺席。

命运的考验却并未止步。继2014年大儿子突发生梗离世后，2024年，老伴马明义也因病去世，这对海子珍来说，无疑是沉重的打击。为给老伴治病，家里的积蓄早已掏空，日子捉襟见肘。即便如此，海子珍也从未有过一丝放弃照顾小婷的念头。

5年时光，如静水深流。在海子珍的悉心浇灌下，曾经那个瘦小怯弱的女孩，渐渐长高了，脸色变得红润，眼里也闪烁起了自信的光芒。如今，小婷在一所职业技术学校就读会计专业，每学年按政策还能享受到教育部门的学费补助，

这让她能更安心地专注于学业，对未来充满憧憬。

爱是种子，终会发芽。如今，角色在细微处发生了温暖互换。当海子珍生病输液时，小婷会为她熬粥，并一遍遍叮嘱她“按时吃药”；学校元旦晚会发的水果和零食，小婷舍不得吃，小心翼翼地攒起来带回家，塞到她手里。小婷用自己的方式，回应着这份沉甸甸的爱。“大伯母抚养了我，等我工作了也要每个月给大伯母生活费，好好孝顺她。”真挚的话语，承载着质朴的感恩之心。

## “大家庭”的温暖接力

抚养小婷，从来不是海子珍一个人的独行，而是一场“大家庭”的温暖接力。

老伴马明义生前是村里二队队长，平日里帮村民调解矛盾、化解纠纷，是乡亲们心中值得信赖的“老大哥”。他的善良，早已成为这个家庭的底色。老伴走后，海子珍靠每月1800元的退休金生活。患有慢性病的她，每月吃药、打针的固定开销，就要花去退休金的三分之一。生活的苦难没有击垮这位老人，反而让她对小婷的疼惜愈发深沉：“我就想让她感受到家的温暖，让她知道自己不是孤单一人。”

岁月是温柔的，却也带着几分残酷。眼下，海子珍年事已高，糖尿病日益严重，每天都需要按时注射胰岛素。谈及未来，老人数次哽咽：“不知道还能陪孩子多少年，我想看着她顺利毕业，找到好工作，过上好日子。”

令人欣慰的是，海子珍的孙子辈们，也接过了这份爱的接力棒。儿子、女儿常常拎着水果和营养品来看望她们，还不忘给小婷带来新衣服；18岁的孙子和正在上大学的孙女，更是将这个小姑娘视作至亲，每次放假回家，总会给小婷带爱吃的零食，还会领着她出去玩耍、改善伙食。

正是这种跨越代际、毫无保留的接纳与守护，为小婷构筑了一道坚固的情感堡垒。海子珍常对女儿们说：“我老了，还有你们呢。加上党的好政策，总不会让这孩子受委屈。”

一句“我还能动”，是古稀之年的责任；一句“还有你们”，是朴素家风的传承；一句“党的好政策”，是发自内心的信任。如今，小婷是海子珍晚年生活中重要的精神寄托，也是这个历经沧桑的家庭里，正在茁壮成长的希望。海子珍用自己日渐衰老的臂膀，稳稳地托举着这轮蓬勃的朝阳。

## 从军营到地方 用急救技能守护邻里平安

——记兴庆区凤凰北街安秀社区退役军人志愿者李学谦

本报记者 韩瑞利

在兴庆区凤凰北街安秀社区，36岁的退役军人李学谦是邻里口中“最靠谱的守护者”。2019年转业至今，他不仅凭借专业急救技能挽回婴儿生命，更牵头组建民营企业应急救援队、推动智能应急物资储备库落地，诠释着“退役不褪色、转业不转志”的军人本色。

军营淬炼初心  
转业扎根急救一线

曾经的军营岁月，在李学谦身上刻下了深深的烙印。一次执勤途中的意外经历，让李学谦与急救事业结下不解之缘。当时，他偶遇一起交通事故，伤者因未能得到及时有效的急救处理，生命一度垂危。这一幕深深刺痛了李学谦，让他认识到掌握急救知识的重要性。“如果当时有人能懂专业的急救技能，或许就能为伤者争取更多救治时间。”李学谦回忆道。

怀着“多一分技能，就多一分希望”的坚定信念，李学谦毅然加入到宁夏红十字志愿服务队伍，开启了急救知识的学习之路。军人的认真与毅力在他身上展现得淋漓尽致，为了熟练掌握每一项急救技能，他主动报名参加红十字会组织的各类培训，课堂上认真记录要点、反复揣摩动作要领，

课后利用休息时间查阅资料、模拟实操，甚至主动向医护人员请教专业问题。

为了攻克心肺复苏、海姆立克急救法等核心技能，李学谦对着模型反复练习，手上磨出了茧子也毫不停歇。“急救动作差之毫厘，可能就会错失生命抢救的最佳时机。”他深知急救工作的专业性和严肃性，每一个动作都力求做到精准规范。凭借这份执着与坚持，短短几个月内，李学谦便熟练掌握了各类急救技能，先后顺利取得红十字救护员证、救护师资质证及专业机构颁发的急救证书，成为一名专业的急救志愿者。

薪火传大爱  
筑牢基层安全网

“救命啊……孩子快不行了。”2022年的一个上午，正在社区忙碌的李学谦突然听到一阵撕心裂肺的呼救声。一名形色慌张的女士飞奔过来，李学谦迅速了解情况，并与这位女士来到出事地点。只见一位年轻母亲抱着婴儿瘫坐在地上，孩子面色发紫、呼吸困难，嘴角还残留着食物残渣，情况十分危急。“大家别慌，让我来。”李学谦一边安抚家属情绪，一边迅速观察孩子的状况，凭借专业判断，

他确定婴儿是发生了气道异物梗阻。时间就是生命，李学谦立即接过孩子采取头低臀高位，迅速采用海姆立克急救法，单手叩击孩子背部。一次、两次、三次……十秒后，随着一声啼哭，卡在婴儿喉咙里的异物被成功排出，孩子的面色逐渐恢复红润，呼吸困难的症状也得到了缓解。

这次成功施救的经历，让李学谦更加坚定了推广急救知识的决心。“一个人会急救不够，大家都会更有意义。”为了让急救知识走进千家万户，李学谦的足迹遍布银川市的社区、企业、学校、乡村等各个角落。他结合自身实操经验和群众日常需求，精心设计培训内容，涵盖心肺复苏、海姆立克急救法、常见外伤处理、突发疾病应急处置等多个方面，让培训内容更具针对性和实用性。为帮助大家了解常见疾病的应急处理方法，每次培训时，李学谦都耐心细致地解答大家提出的问题，示范每一个急救动作，确保大家都能听懂、学会、用得上。“李老师的培训课特别实用，能听懂，通过这次培训，我学会了心肺复苏和海姆立克急救法，以后遇到紧急情况也会应对了。”一名参加培训的社区居民说道。截至目前，李学谦累计开展急救知识

培训121场，培训覆盖超过8000人次，发放急救知识宣传手册5000余份。通过他的努力，越来越多的群众掌握了实用的急救技能，在日常生活中能够及时为自己和他人提供帮助。

随着参与志愿服务的深入，李学谦发现，基层应急救援不仅需要普及急救知识，更需要专业的救援队伍和充足的物资保障。“遇到重大突发事件时，仅靠个人的力量远远不够，必须组建一支有组织、有纪律、有技能的专业队伍。”2022年，李学谦牵头组建了一支民营企业应急救援队，队员主要由企业员工中的退役军人、急救志愿者组成。无论是突发事故救援，还是自然灾害防范，应急救援队都能迅速响应、高效救援，成为基层应急救援的重要力量。为了让应急救援队的防汛防疫物资做到储备充足、管理规范、调配及时，李学谦积极推动建设防汛防疫物资储备库，引入智能管理系统，对各类应急物资进行分类存储、动态管理，实现应急物资的快速调配和高效使用。如今，储备库已储备防汛沙袋、救生衣、消毒液、口罩等各类应急物资2000余件，为守护人民群众生命财产安全贡献了更多力量。

## 利通区:志愿服务情暖万家

本报讯（记者 梁静）日前，利通区团委联动利通区残联等部门，开展“青春志愿润利通 同心携手贺新春”——利通区敬老助残新春联谊暨大学生志愿服务西部计划总结活动。活动中，志愿者们精心组织“五个一”微服务：开展一次促膝长谈的亲情陪伴，倾听老人讲述往事，慰藉心灵；完成一次细致有序的房间清洁，让居住环境焕然一新；提供一次贴心的读报或智能手机使用教学，助力跨越“数字鸿沟”；进行一次喜庆的节目布置，用窗花、灯笼、福字增添浓浓年味。

联欢环节精彩纷呈，西部计划志愿者率先登场，献上年味十

足、节奏欢快的节目，展现青春朝气与团队精神。老年大学旗袍走秀班学员优雅亮相，一举一动尽显东方韵致与岁月沉淀的从容，赢得满场敬佩的目光。利通区残疾人托养中心与尚之学残疾人之家的伙伴们分别带来手语舞与管弦演奏，充满感染力的手势与激昂旋律引来阵阵掌声，传递出对美好明天的坚定向往。

利通区团委相关负责人现场宣读“青春志愿伙伴”计划启动倡议书，相关负责人共同签署“青春志愿伙伴”计划结对承诺书。该计划通过定期、定向、定内容的方式，将短期的志愿服务活动转化为日常的持久关怀机制。



新春佳节来临之际，盐池县青山乡红十字会精心组织开展2026年“博爱送万家”新春慰问活动，以真情传递温暖，用爱心守护民生，让困难群众祥和过节。

青山乡红十字会将持续聚焦困难群众急难愁盼问题，不断拓宽救助渠道、凝聚爱心合力，推动关爱帮扶常态化、长效化开展，让博爱之光点亮千家万户，为保障和改善民生，助力乡村全面振兴、建设和谐美丽青山贡献更大力量。

张晓耀 摄

## 宁夏义工联合会为30户困难家庭送去新春关怀

本报讯（记者 郝婧）近日，宁夏义工志愿服务联合会携手自治区自然资源厅督察与执法监督局、宁夏公路桥梁建设有限公司，走进金凤区逸馨苑社区及红寺堡区红阳村，开展“快乐雷锋工程——雷锋饺子计划”新春公益活动，为30户困难家庭送去新春大礼包与诚挚祝福。

作为宁夏义工志愿服务联合会常年开展的志愿服务品牌项目，“雷锋饺子计划”已连续实施多年，始终以“物质+服务+精神关爱”的方式，为特殊困难群体送去关怀，用实际行动践行新时代雷锋精神内涵。

次活动精心筹备的“雷锋饺子”新春大礼包，内含米、面、油等生活必需品，精准贴合困难家庭新春生活需求，切实为他们解决实际困难。

自治区自然资源厅驻红阳村工作队相关负责人表示，今后将继续发挥驻村工作队职能，把关怀与服务延伸到群众生活的方方面面，用心用情为老百姓办实事、解难题。“企业始终牢记社会责任，积极投身公益事业，未来将持续参与此类活动，以实际行动回馈社会，助力乡村振兴与社区和谐发展。”宁夏公路桥梁建设有限公司负责人说。

## 中卫市为30户残疾儿童家庭送去温暖

本报讯 近日，以“暖冬送福 情满新春”为主题的中卫市2026“温暖新春”慰问活动在中卫市残疾人康复中心举办。现场为30户残疾儿童家庭逐一发放米、面、油等慰问物资，将实实在在的关怀送到家长与孩子身边。

活动现场，工作人员与家长亲切交谈，详细询问孩子们的康复情况与生活状况，鼓励他们坚定信心、乐观生活。此次活动，不仅为残疾儿童家庭送去温暖，还为他们送上了生活所需的物质帮扶，更给予了他们弥足珍贵的精神慰藉与前行力量。

近年来，中卫市始终把残疾儿童康复救助与家庭关爱作为民生重点工作，持续健全残疾儿童康复服务体系，常态化开展走访慰问、康复训练、心理疏导、社会融合等暖心服务，用心用情为残疾儿童家庭纾解困难，以实际行动守护特殊儿童健康成长。

2月9日至10日，中卫市妇联组织开展了迎新春走访慰问活动，先后走进中卫市卫民科技有限公司、沙坡头区第一中心敬老院、宁夏蓝丰精细化工有限公司等地，与新兴领域妇女面对面交流，并为她们送上物资与美好祝福。蔡睿晓 摄

## “爱助事实孤儿”年货礼包发放活动温暖90名儿童

本报讯（记者 郝婧）近日，“爱助事实孤儿”项目年货礼包发放活动在银川、中卫两市顺利开展，90名事实无人抚养儿童收到了满载爱心的新春礼物，感受到来自社会的温情与关怀。

据悉，此次活动由成美慈善基金会主办，宁夏昊善社会工作发展服务中心承办。“爱助事实孤儿”项目由成美慈善基金会自2014年发起，专注于事实无人抚养儿童的帮扶工作，通过“爱助成长”“阳光亲人”等板块，为孩子们提供助学支持、情感陪伴、物资帮扶等全方位服

务，助力孩子们健康成长。宁夏昊善社会工作发展服务中心项目负责人介绍，此次发放的年货礼包涵盖学习用品、洗护用品和零食礼包，兼顾实用性与心意。

在成美慈善基金会的支持下，宁夏昊善社会工作发展服务中心已在我区持续8年开展年货礼包发放活动，累计为700余名儿童送去节日温暖与关怀。双方将继续携手发力，深化儿童关爱服务，推动关爱常态化、精准化，整合更多公益资源，让每一名事实孤儿都能沐浴在爱的阳光下。

## 青铜峡市红石榴志愿服务队开展特色活动

本报讯（记者 梁静）日前，在青铜峡市东街社区，一场别开生面的青年公益课程“手工拾趣时光”欢乐开展。青铜峡市红石榴志愿服务队的志愿者们化身暖心陪伴者，指导小朋友用扭扭棒创作创意手工，并在户外开展趣味互动游戏，处处洋溢着和谐温馨的画面。

“第一次参加志愿活动，让我懂得给予人温暖的美好，在孩子们心中种下美丽的种子，教会孩子们责任与担当，陪伴孩子们收获成长的力量。志愿者如同一团火，不仅可以让更多有志于

公益事业的人。”志愿者柴鑫说。青铜峡市红石榴志愿服务队已连续3年参与全国“七彩假期”专项志愿服务工作，独立承接团中央青年志愿者行动指导中心“七彩假期”专项志愿服务工程。近日，该志愿服务队获评“2025年度全国七彩假期优秀团队”。该志愿服务队负责人毛鸿伟说：“未来，我们将持续深化开展特色志愿服务活动，像石榴籽一样，与青铜峡市青年志愿者紧紧抱在一起，争取将每一年的‘七彩假期’志愿服务工程越办越好。”



近日，兴庆区北安社区迎来暖心一幕——社区爱心党员为辖区7名困难党员送去米、面、油等生活必需品，以实际行动为困难群体送关怀。“我们将持续关注困难群众的生活需求，常态化开展爱心慰问、帮扶救助等活动，凝聚更多党员群众的爱心力量，把党的温暖与关怀精准送达每一位需要帮助的人手中。”北安社区相关负责人表示。

蔡睿晓 摄