

凡人善举

“我多累一点,老人就能舒服一点”

——中卫市东方红社区居民祁雪无怨无悔守护瘫痪公公

蔡睿晓

4月22日,在中卫市滨河镇东方红社区大河西区,记者见到居民祁雪时,她正帮公公叠着被褥。听说记者是为她提名社区“最美儿媳”的事而来,她连连摆手,脸微微泛红:“这都是我应该做的,不值一提。”

就是这样一位连连说着“不值一提”的女性,在东方红社区,早就成为邻里乡亲公认的好儿媳。

“人心换人心”

1998年,祁雪和丈夫丁宁结婚。嫁进了家那天起,她就公公婆婆当成了自己的亲父母。那时,两位老人身体还算硬朗,生活能自理。可祁雪依然给自己定了个规矩:一周至少去公婆家两趟。去了也不闲着,擦桌子、拖地、洗衣服,看见什么干什么。有时候自己家里炖了肉,包了饺子,祁雪就用饭盒装好,趁热端过去。邻居们总说:“祁雪又给老人送饭啦?”她就笑笑,脚步不停。

“两位老人对我也很好。”祁雪回忆,“公公和婆婆都是老三线人,在大河机床厂工作了一辈子。工作之余,他们一有时间就来帮我收拾屋子、做好吃的,人心换人心嘛。”日子就这么一天天过着。不算富裕,但一家人和和气的,祁雪觉得,这就够了。

2013年,婆婆因病去世。家里少了一个人,公公丁宁的身体也一年不如一年。祁雪跑得更勤了。以前是一周两趟,后来几乎天天去。给公公做饭、洗衣服、陪着说

话。她怕老人一个人闷着,心里难受。“那个日子,我忘不了”

去年4月的一天,祁雪接到公公打来的电话。电话那头,老人的声音有气无力:“雪啊,我心脏不舒服……”公公早些年做过心脏支架手术,祁雪着急地挂了电话就往跑。中卫当地医院条件有限,她联系了宁夏医科大学总医院,把老人送了过去。经医院多学科专家会诊,老人的情况比想象中复杂——除了心脏的老毛病外,还有一些其他基础病。好在经过治疗,病情稳住了。出院那天,祁雪反复叮嘱公公:不能抽烟,行动要慢,千万不能再摔倒了。

回到家,她每天都要到公公家,盯着他按时吃药。但意外还是发生了。“去年8月18日,我来给公公做饭,一推开门,整个人都懵了。”祁雪说,“公公躺在地上,动也动不了。我急忙打了120急救电话。”

救护车来得很快,老人被紧急送到医院。检查结果出来:脑梗、心梗,加上多年的糖尿病,几种病缠在一起,情况非常棘手。医生找到祁雪说:“老人的情况很复杂。治疗心脏病的药可能会影响代谢,我们不敢轻易用药。建议保守治疗,你们买个护理床,回家好好照顾吧。”

从医院回来的那天晚上,祁雪一夜没睡。丈夫忙工作,每天倒班回来已经累得够呛。公公瘫痪在床,吃喝拉撒都离不开人。家里还

有一堆事要操心,怎么办?第二天一早,祁雪做了决定:辞职。

“我当时也没多想,就觉得老人现在这个样子,身边不能没人照顾。我年轻,工作以后还能再找,可老人就这一个。”祁雪说。辞职以后,她的生活变成了一个固定的点:每天天不亮就起床,为公公做饭、喂饭、擦身、翻身……忙完一圈,出去买菜,又得赶过去做饭。丈夫心疼她,倒班回来也尽力搭把手。祁雪说,两个人一起互相鼓励着,她从来没觉得委屈,“没什么大不了的,要对得起自己的良心,对得起老人。”

祁雪照顾公公,细致到什么程度?每天早上,早饭都变着花样做。中午必须保证有肉,红烧的、清炖的、剁成肉末蒸的,换着来。晚上是一碗热乎乎的面条或者馄饨,从不让公公吃一口剩饭。“老人本来身体就不好,再吃不好,那不是更受罪吗?”祁雪说。最难的是夜里。老人夜里要起夜,有时候一晚上三四次。祁雪就睡在公公家客厅的沙发上,老人一有动静她就醒。

公公腿上有血栓,有时候疼得直哼哼。祁雪就给他揉腿,一边揉一边跟他说话:“爸,再坚持坚持,过两天就好了。”其实她知道,这病好不了,但她不能让老人觉得没希望。

“你知道一个老人瘫痪在床上,心里有多难受吗?”祁雪说,有时

候需要说点“善意的谎言”,“老人开心了,我就开心了。”

“无愧于心就行了”

说起自己的儿媳,79岁的丁肇印虽然听力不太好,但只要有人在他耳边提起“祁雪”两个字,老人总会慢慢竖起大拇指,嘴里断断续续地吐出几个字:“好、好、好……”三个“好”字,每个都拖得很长。祁雪的父母也支持女儿,他们知道女儿不容易,但更知道女儿做的这件事是对的。祁雪的母亲有时候打电话来问:“你公公这几天咋样了?你自己也要注意身体,别累垮了。”挂了电话,祁雪有时候会发一会儿呆,然后洗把脸,继续忙活。

有邻居问她:“你照顾公公比照顾自己亲爹妈还上心,图啥?”祁雪说:“这些年我照顾公公,确实比照顾自己亲生父母还要多。不是说我对自己爸妈不好,是因为公公这边离不开人,我爸妈那边还能自己照顾自己。自己家的老人,你不管谁管?”

采访快结束时,记者问祁雪,累不累?她沉默了一会儿,说:“累。但谁活着不累呢?我丈夫在外面工作也累,社区的工作人员跑来跑去也累,大家都累。但我一想到,我多累一点,老人就能舒服一点,那这累就值了。而且社区经常上门慰问,党的政策也好,医药费也能报销一部分,以前最难的时候都过来了,以后只会越来越好。”



近日,中宁县退役军人事务局联合中宁县人民武装部、人民医院,共同开展“拥军暖军心 义诊献爱心 健康筑防线”主题活动,为50名退役军人开展免费健康体检,并同步开展无偿献血活动,以实际行动传递党和政府的关怀与温暖。中宁县退役军人事务局将持续聚焦退役军人急难愁盼问题,升级服务保障举措,用心用情传递尊崇温度,让广大退役军人共享发展红利、安享幸福生活。 蔡睿晓 摄

沙坡头区政协委员助推开展文化进残疾人家庭公益活动

本报讯 近日,沙坡头区政协委员、宁夏国旅中卫分公司总经理张莉切实发挥政协委员桥梁纽带作用,整合各类资源,自觉扛起社会责任,助推开展沙坡头区残疾人专属文化研学公益活动,用心关爱特殊群体。

为保障出行便利,张莉协调了4辆50座专用车辆,解决来自沙坡头区11个乡镇的180名残疾人出行之忧。在为期两天的文化研学行程

里,大家前往红寺堡创业基地,感受地方产业发展活力;沉浸式体验吴忠早茶,品味地域民俗风情;走进韩美林艺术馆,接受艺术文化熏陶;漫步漫葡小镇,触摸历史发展印记;来到贺兰产业园实地观摩,近距离了解产业发展新面貌,在沉浸式体验中丰富了精神文化生活,放松了身心,陶冶了情操,真切感受到社会的关怀与温暖。

(蔡睿晓)



近日,沙坡头区政协委员、中卫天康口腔医院院长秦文辉免费向当地出租公司捐赠座椅套646套,用暖心善举改善出租车驾乘环境,助力出租汽车行业服务品质提档升级。 蔡睿晓 摄

大武口区丽日社区:“便民十八匠”让“小修小补”服务大民生

本报讯(记者 司冰心)近日,大武口区丽日社区在丽锦公园组织开展“便民十八匠”志愿服务项目,将理发、义诊、缝补等便民服务送到居民家门口。

在义剪摊位前,志愿者们精心为每一名居民修剪发型;健康义诊区,医护人员为居民测量血压、血糖,解答日常养生、疾病预防、用药安全等疑问;义务缝补服务摊位前,志愿者为有需要的居民细心缝补、修改……不用走出社区,居民生活中的小烦恼便迎刃而解。

2023年9月,丽日社区创新推出“便民十八匠”志愿服务项目,通

过每月18日的“匠人市集”,为群众提供理发、磨刀、缝补、家电维修、法律咨询、医疗义诊等18类服务,解决了居民的日常难题,探索出一条志愿服务深度融入基层治理的有效路径,让“小匠人”展现出服务民生、凝聚邻里的“大作为”。

项目运行以来,累计开展集中服务活动50余场,服务时长850余小时;义务理发、健康义诊惠及1400余人次,累计缝补衣物、磨菜刀磨剪刀、维修故障家电900余件(台、把),并为300余名残疾人及高龄老人免费提供上门服务。



近日,兴庆区新民社区组织党员干部及物业公司志愿者齐聚海宝西园中心广场,开展绿植栽种志愿服务活动,以实际行动美化小区环境。扶苗定植、挥锹填土、踏实固土、修整树坑……植树现场一派热火朝天的繁忙景象。大家分工协作、配合默契,栽下片片新绿,为小区再添盎然生机与清新景致。 本报记者 司冰心 摄

跨越千里“热血赴约”

——李海光坚守“走遍全国献血”之路

本报记者 郝婧

一份坚守,让“热血洒遍全国”的誓言愈发滚烫。

前不久,宁夏血液中心献血点内暖意涌动。26岁的河北邯郸小伙李海光背着行囊走进来,挽起衣袖,手臂上的针头刺入,是他3年来跨越山河、践行“物理意义上的热血洒遍祖国大地”心愿,在广袤大地上留下的鲜红印记。

李海光在北京工作,这份朴素的心愿始于3年前的一次触动。“小时候我的世界只有邯郸的田和石家庄的楼,长大后才知道天地之大,心中憋着一股劲儿,总想把没看过的风景一口气看遍。”谈及献血初衷,李海光坦言,他不愿让远行流于形式,于是便选择一边献血,一边看世界。

李海光的行程被赋予了温暖的使命,与单纯的旅行截然不同:周五下班直奔车站或机场,周日凌晨匆匆返京,周一准时出现在工位上,成了名副其实的“周末特种兵”。“每一滴水,都是我给这片土地的无声问候;每一座城,都是我向青春讨还的壮阔诗篇。”他说,“这样的远行,才更有意义。”

3年间,他走过了全国的33个省份,从河北石家庄出发,走过北京的奋斗征程,踏过哈尔滨的冰天雪地,看过海南的碧海蓝天,登过泰山的巍峨之巅,攀过西藏的雪山高原,也驶过新疆赛里木湖的云雾缭绕。

臂弯上的针眼叠着针眼,疤痕覆着疤痕,护士常叮嘱他“你这疤太厚了,扎的时候忍一下”,可这份疼痛里,藏着他与山河签订的“鲜红契约”,也藏着一份纯粹的骄傲。

这场跨越山河的献血征程,并非孤身一人,热血之外,更有温情相伴——海南高速路上独自开车爆胎,陌生人的援手驱散了无助;江西武功山反穿途中,挚友替他分担行李重量;西安城楼下,大学舍友的重聚,让长安的夜晚变得格外浪漫。这些不期而遇的温暖,让原本可能孤独的旅程,变成了一曲滚烫的青春赞歌。

宁夏之行给李海光留下了深刻的印象。不同于其他城市献血点偶尔的热闹,这里格外静谧祥和:几名市民安静地坐在等候区,有人低头翻看手机,有人轻声交谈,没有喧

哗,却处处透着无声的善意与坚守。一位白发老人见他背着行囊,得知他是专程来献血的外地人,还在践行“走遍全国献血”的心愿,主动起身让座:“小伙子,你这心愿了不起,真是有个担当的好孩子。”

李海光连忙道谢,坐下后,与老人攀谈起来。得知老人每年都会来献血,一句“能尽点力就尽点力”的朴素话语,瞬间温暖了他的心底,也更加坚定了他走下去的决心。献血时,护士目光落在他手臂的印记上,满是敬佩:“小伙子,为了一个心愿跨越千里献爱心,太不容易了。”“不算难,能帮到别人就值得。”李海光轻声回应,“我走过这么多地方,每一次献血都能感受到陌生人的善意。献血从来都不是孤军奋战,我一个人的坚守,背后是千万个追光者的同行。”

在献血点,采血护士告诉李海光,在宁夏,每年都有许多像他一样的献血者,他们常常在上班前、下班后或是节假日里,默默走进献血点,一句“我身体可以”“我时间合适”,便是最朴素的承诺。

献血结束后,采血护士递给

李海光一碗宁夏的八宝茶让他品尝。一口下去,甘甜漫溢舌尖,暖意直达心底。“这碗茶,暖的是胃,更是心。”他说,宁夏这段经历,让他更加坚定了把献血这件事做下去、完成心愿的决心。

3年征程,热血为证。李海光用一次次挽袖之举,践行着“走遍全国献血”的朴素心愿,诠释着“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神,用实际行动证明,善意从不分地域,热血总能跨越距离。如今,他的献血地图上,密密麻麻的标记几乎填满了祖国版图,唯独海峡对岸的台湾,还留着一片空白。“等以后有机会,我一定要去台湾献血,完成这个心愿。”他笑着说,那不是遗憾,是期许,是留给未来的最美完整。

“我不想做什么英雄,只想尽自己的力,救更多的人。”李海光说道。他的热血征程仍在继续,还要一直坚持下去,同时也希望带动更多人加入无偿献血队伍,让每一份善意都能抵达远方,让每一腔热血都能照亮生命。

爱心织就书香路 公益护航成长梦

——西夏区芦花洲幼儿园漂流书屋成长记

本报记者 郝婧 李晨雨

今年春季学期开学后,西夏区芦花洲幼儿园里书香氤氲。该园智能书柜里的绘本整齐摆放,孩子们微笑着打开一本绘本……这温情的一幕背后,是一座漂流书屋从简陋雏形到智能空间的进阶,更是社会各界爱心力量携手同行、传递慈善温暖的写照。

2016年初秋,芦花洲幼儿园刚成立时,多数孩子从未接触过绘本,早期阅读几乎处于空白状态。留意到这点,执行园长韩晓燕率先在走廊角落支起简易书架,老师们凑钱捐赠绘本,为漂流书屋播下了第一颗种子。这份微小的善意,很快吸引了社会各界爱心力量的关注与响应,一场跨越10年的慈善接力拉开序幕。

家长们率先成为爱心捐书的同行者,每年毕业季,大班家长自发为漂流书屋捐赠绘本成为该园不成文的传统,多年来累计捐赠图书达600

余册。当书屋的奖励礼物告罄时,家长们则悄悄送来手作饼干、彩绘石头,用朴素而真挚的举动,激发孩子们的阅读热情,也让共享与感恩的种子在孩子们心中生根发芽。

事业单位与社区组织的加入,为漂流书屋的成长注入了坚实力量,让慈善之花愈发绚烂。

西夏区图书馆率先伸出援手,主动将芦花洲幼儿园设为第45个馆外阅读联盟点,定期更新优质读物,让孩子们在家门口就能接触到更多精品书籍,拓宽阅读视野。芦花洲社区、芦花苑社区积极响应公益号召,主动捐赠图书600余册,丰富了书屋的藏书品类。西夏区贺兰山西路街道顾家桥村党支部送来300个漂流书袋,让书籍的流转更便捷、更有序,为书香传递提供了坚实保障。

去年,宁夏图书馆了解到芦花洲

幼儿园的情况后,主动协调对接把幼儿园设立为宁夏图书馆分馆,1000册全新精装绘本同步投放,还会根据孩子们的阅读喜好定期更换书籍,确保藏书的新鲜度与适配性。与此同时,开展的中华优秀传统文化进校园活动,让孩子们在阅读中感受传统文化的魅力,实现了公益阅读与文化传承的双向赋能。

爱心接力从未停歇,慈善力量持续汇聚。

从最初的简易书架,到带着屋顶、可移动的“移动漂流书屋”,再到集借阅、消毒、积分、管理于一体的智能书柜,漂流书屋的每一次升级,都离不开社会各界的爱心滋养。2022年初夏,“移动漂流书屋”亮相幼儿园门口,方便家长接送孩子时借阅,助力培养孩子阅读习惯;去年,在银川市中关村幼儿园教育集团的指导下,智能书柜正

式入驻,可爱的外观、简单的操作让孩子们能独立完成借阅,紫外线消毒程序守护孩子健康,积分兑换勋章机制更是点燃了孩子们的阅读热情,如今智能书柜日均借阅量达800册/次,相当于每个孩子每月至少借阅3本书。

10年光阴,爱心续航。

从老师的零星捐赠到家长的踊跃参与,从社区组织的鼎力支持到图书馆的专业助力,社会各界的慈善力量汇聚成河,让漂流书屋的藏书量突破3000册,让公益阅读走进了249个家庭的日常。“这座小小的书屋,早已不是简单的书籍存放地,它是社会各界慈善爱心的缩影,是传递温暖与希望的载体,更是滋养孩子们心灵的精神家园。”韩晓燕感慨地说,正是无数爱心人士、爱心人士们的默默付出与无私奉献,才让书香浸润童心,让公益之光照亮孩子们的成长之路。