暖心护航青春 守护少年成长

——宁夏12355青少年服务台用心用情搭建青春暖心驿站

陈美慧

5月正值中高考备考冲刺关键阶段，备考压力之下，不少学子内心积压了负面情绪，失眠焦虑、注意力涣散等问题频发。

面对心理困境有人疑惑，情绪低落是不是抑郁？有人迷茫，莫名落泪该如何自愈？有人惶恐，脑中闪过消极念头该怎样释怀？一声声恳切的追问，道出了青春期的心理困惑，也牵动着共青团的守护之心。

为帮助广大考生正视心理情绪、卸下心理包袱、轻装上阵备战考试，自治区团委组织12355青少年服务台咨询师团队，开展中高考减压进校园、专项心理健康讲座等系列暖心活动。5月12日，记者从自治区团委获悉，当前12355青少年服务台日均接听热线电话40至50通，考前情绪疏导类咨询量持续走高。

12355青少年服务台负责人说："每年中高考前夕，都是青少年心理求助的高峰期。考生容易陷入自我内耗、情绪敏感脆弱。我们不仅要做好热线即时疏导，更要主动下沉校园，把专业心理服务送到学生身边，引导学生科学解压、勇敢求助。"

据了解，12355青少年服务台是共青团服务青少年的一个"窗口"，面向全区青少年提供公益性心理疏导、法律咨询、权益维护、困难帮扶、成长教育等多元化服务。近年来，服务台持续优化升级，去年热线接听量增幅达287%，服务覆盖面与群众知晓率不断提升，已成为青少年身边专业的公益性服务阵地。

为推动心理健康服务走深走实、直达校园，服务台持续下沉服务重心，常态化开展线下心理辅导活动，本次中高考心理减压专项讲座于5月初启动，服务台专门组建由心理咨询师、高校教授、一线骨干教师构成的专业讲师团，计划走进全区54所初高中学校，为2.6万名中高考学生开展线下心理辅导服务。

在中宁县第二中学的活动现场，心理咨询师结合毕业班学生心理特征，开设沉浸式减压讲座。活动初期，咨询师带领学生开展腹式呼吸放松训练，帮助大家平稳心绪、舒缓紧绷状态；随后开展"情绪传递"趣味解压游戏，互动过程中，一名学生在模仿焦虑表情时突然落泪，坦言自己受考试压力影响，长期失眠，闭眼便会联想到考试，心理负担极重。咨询师耐心倾听其倾诉，引导全班同学为该学生鼓劲加油，并"一对一"指导其学习渐进式肌肉放松法。经过专业疏导，这名学生神情逐渐舒缓，负面情绪得到有效平复。在温暖轻松的活动氛围中，其他学生也主动倾诉备考烦恼，学习简单实用的情绪调节技巧，多数学生反馈自身压力得到明显缓解。

多地学校的专项辅导活动各具特色、成效明显。在银川唐徕中学，咨询师以呼吸训练、正念冥想为核心，帮助学生舒缓神经、平复浮躁心态；固原五中设置"悄悄话信箱"，收集并解答80余条学生匿名心理困惑；中卫中学讲座结束后，主动前往心理咨询室求助的学生数量明显增加。一系列暖心服务精准缓解考生备考焦虑，引导青少年科学正视心理压力。服务台数据显示，随着活动有序推进，考生求助观念也发生积极转变，主动寻求心理帮助的意识显著增强。

针对考生普遍存在的自我怀疑、过度焦虑等心理问题，心理咨询师做出专业科普：考前情绪低落、莫名想哭、焦虑多疑等，大多是大脑长期处于高压状态产生的正常应激反应，并非抑郁症。抑郁症由生物、心理、环境等多重因素共同诱发，与个人性格强弱无关。服务台特别提醒广大家长，切勿用"矫情""抗压能力差"等负面言语否定孩子，应耐心倾听孩子心声，接纳其负面情绪，若孩子心理压力难以排解，可及时拨打12355热线寻求专业帮助，以温柔陪伴守护孩子平稳度过备考期。

除常态化入校开展心理服务外，服务台在个案帮扶、心理危机干预方面同样发挥关键作用。此前，兴庆区某学校学生小娇（化名）转学后长期适应不良、安全感不足、惧怕上学，接到求助后，12355青少年服务台咨询师先后3次开展心理干预和疏导，帮助小娇（化名）走出心理阴霾，重返校园，这也是服务台暖心护航青少年健康成长的生动缩影。目前，12355青少年服务台实行24小时人工值守模式，搭配AI智能咨询系统，搭建线上线下一体化服务体系，全方位守护全区青少年身心健康。

一场场心理讲座抚慰躁动青春，一通通暖心电话解开成长迷茫。如今，宁夏12355青少年服务台以专业、温柔、贴心的服务，倾听青少年心事、化解成长烦恼，让每一名考生都能被理解、被接纳、被守护。在炙热滚烫的初夏时节，这串温暖的数字，已然成为宁夏青少年成长路上最安心、最可靠的避风港湾。

12345热线 民声回音壁

宁夏12345政务服务便民热线实行"7×24小时"全天候服务，近日群众有哪些诉求，又是如何解决的呢？

◇ 银川市德成路至永胜东路路口白色标识线不清晰，夜间行车易压线。

回音：自治区12345热线接到诉求后，立即转办至自治区交通运输厅。宁夏公路管理中心第一时间安排工作人员对压覆标线重新施划，将于5月底完成实施。

◇ 大武口区游艺东街商户驾驶车辆在街道使用高音喇叭循环播放广告，噪音扰民。

回音：石嘴山市12345热线接到诉求后，立即转办至大武口区公安分局。该局立即委派社区民警赴该商户店铺进行沟通，要求商家将喇叭音量适当降低，并在非休息时间进行宣传。

◇ 利通区好邻居商店售卖三无产品，影响未成年人身体健康。

回音：吴忠市12345热线接到诉求后，立即转办至吴忠市12315热线。经核实，执法人员于接诉次日现场对被投诉方开展普法宣传教育，责令严格落实进货查验制度，严禁采购、销售无合法来源、无标识标签的不合格商品，切实规范经营行为，杜绝售卖三无商品。（本报记者 **马 敏** 整理）

银川开展第三十六个全国助残日系列活动

本报讯 5月15日，银川市启动第36个全国助残日暨助残月系列活动，围绕"保障残疾人平等权益，促进残疾人融合发展"主题，全力营造全社会扶残助残良好氛围，助力残疾人共享发展成果、安居乐享生活。

启动仪式在舞蹈《中国范》精彩上演中拉开序幕。现场爱心捐赠环节暖意涌动，宁夏残疾人福利基金会捐赠助听器、轮椅、辅助器具等物资，价值共计266.6万元；仲和视觉康复发展中心捐赠30万元助残专项资金，众多爱心企业、单位送来米面油等生活物资，一批康复器材发放至残疾人代表手中，各界爱心汇聚成暖心助残力量。

活动现场同步开展助残惠残政策宣讲、残疾人非遗手工作品展销等便民服务，同步推进困难残疾人家庭走访慰问、文化助残"五个一"项目落地，凝聚多方助残合力。

据悉，银川市将依托助残月开展多元关爱活动，不断健全残疾人社会保障与关爱服务体系，细化帮扶保障举措，吸纳社会组织、爱心力量参与助残工作，涵养平等包容、互助友善的社会风气，推动银川市残疾人事业稳步高质量发展。（刘 媛）

近日，金凤区贺兰山中路街道唐徕社区治保委联合银川市中级人民法院，以"美好生活·民法典相伴"为主题，为辖区居民开展普法宣传活动。

本报记者 **邓 蕾** 摄

自治区人力资源和社会保障厅用心用情助残惠残

本报讯（记者 **马 敏**）5月15日，记者获悉，在第三十六个全国助残日到来之际，自治区人力资源和社会保障厅组织开展助残爱心捐款活动。该厅干部职工积极响应、踊跃参与，共募集捐款1.1万余元，以点滴善举汇聚助残暖流。

近年来，全区人社系统始终将残疾人的冷暖放在心头，用心用情用力解决好残疾人的急难愁盼问题。在就业增收方面，将残疾人就业帮扶纳入全区就业工作总体布局，实施促进残疾人就业三年行动，强化部门协同联动，联合自治区残联等八部门出台16条措施，从培育壮大产业带动就业、强化公益性岗位安置就业等多维度拓宽残疾人就业增收渠道。依托"宁好就业"平台，对有劳动能力和就业意愿的残疾人开展"一对一"精准就业援助。"十四五"时期以来，全区累计新增残疾人就业2.62万人，残疾人就业率从50.6%提高到64.2%。

在技能培训方面，聚焦残疾人就业能力提升，深入实施"技能照亮前程"培训行动和"技能宁夏"专项行动，持续优化培训服务供给，依托职业（技工）学校、定点职业技能培训机构，结合当地企业、园区、特色产业发展实际，采取"订单式、定岗式、定向式"和"直补个人"等方式开展培训，帮助更多残疾人走上技能成才之路。"十四五"时期以来，全区累计完成残疾人职业技能培训758人次，有效提升残疾人职业技能水平和就业竞争力。

在社会保障方面，持续健全残疾人社会保障待遇落实闭环监管机制，严格规范残疾人养老保险、失业保险等社保待遇申领受理、逐级审核、待遇发放全流程管理，切实保障各项惠残社保政策精准落地、直达快享。精准落实困难群体养老保险保费代缴政策，聚焦重度残疾人、低保家庭残疾人等重点缴费困难群体，常态化落实保费代缴帮扶举措，有效减轻个人缴费压力，全力做到应保尽保、不漏一人。截至去年年底，全区残疾人养老保险参保规模达20.37万人，参保率稳定在96.97%，惠残保障覆盖面持续巩固提升。

青铜峡市亲子实践活动启动

本报讯（记者 **梁 静**）5月16日，青铜峡市"非遗润家风 薪火育童心"亲子实践活动暨民生实事项目启动。

启动仪式上，青铜峡市妇联为青铜峡市暖心社会工作服务中心交接了项目启动纪念品，标志着青铜峡市本年度基层家庭教育常态化、特色化服务工作全面铺开。启动仪式结束后还开展了专项赋能培训，专业讲师围绕家庭教育服务、困境儿童帮扶等内容，为村（社区）妇联工作人员授课，进一步提升基层妇联队伍专业化服务能力。

"接下来，我们将在全市35个村、社区陆续开展民生实事项目，持续关爱困境少年儿童，用心用情守护少年儿童健康成长。"青铜峡市暖心社会工作服务中心项目负责人刘何麦说。

沙坡头区发放"两项补贴"资金超百万元

惠及困难老年人8837人次

本报讯 5月17日，记者从沙坡头区民政和社会保障局获悉，今年以来，当地持续推动经济困难老年人"两项补贴"服务项目从"落地见效"向"提质创优"升级，确保符合条件的老年人不仅能"领得上"消费券，更能"用得好"。截至目前，累计发放补贴资金102.98万元，惠及困难老年人8837人次。

据了解，沙坡头区立足老年人实际需要，整合居家、社区、机构养老资源，引导补贴资金重点用于助餐、助洁、助浴、助医、助行、助急等上门服务，以及社区日间照料、短期托养、专业康复护理等项目。目前已培育专业化养老服务组织3家，组建专业服务队伍6支，为失能老人提供个性化服务。

在推进服务的同时，沙坡头区坚持"监管并重、从严把关"，通过购买第三方监管服务，每月按不低于20%的比例对服务对象开展实地走访与线上抽查，精准核实补贴资格与服务落实情况，严防资金虚报冒领。同步建立动态管理台账，定期复核，对不再符合条件的对象及时清退，对新符合条件的及时纳入，实现"应纳尽保、应退尽退"。

沙坡头区将持续优化困难老年人补贴发放与养老服务供给模式，不断丰富服务内容、提升服务质量，用心用情办好养老惠民实事，切实把民生补贴转化为暖心养老服务，全力守护辖区老年人晚年幸福生活。

（蔡睿晓）

兴庆区鸿瑞佳园（天都十六区东区）首张房产证顺利办结

本报讯（记者 **纳紫璇**）近日，在银川市政务大厅不动产登记窗口，一份特殊的不动产权证书顺利办结——兴庆区鸿瑞佳园（天都十六区东区）户主严正清，成为该小区首位拿到房产证的拆迁安置群众。

据了解，因严正清年事已高、行动不便，无法到场，由其老伴和儿媳代为办理，兴庆区"办证难"专班工作人员、中山南街街道及社区工作人员全程陪同，用贴心帮办，让这份期盼已久的"定心丸"顺利送到群众手中。

这份首张证书的顺利办结，不仅解开了严正清一家的心头结，更标志着困扰鸿瑞佳园（天都十六区东区）多年的"办证难"问题取得突破性进展，为后续小区批量办证按下"加速键"。

据了解，鸿瑞佳园（天都十六区东区）共有7栋楼2152套房屋，1800余套为拆迁安置房屋。因房屋抵押查封、产权人认定、税票开具等问题无法办理房产证，成为困扰小区居民的"心头事"，也成了兴庆区"办证难"化解工作的重点攻坚项目。

群众的期盼就是工作的方向。兴庆区"办证难"专班精准聚焦该小区抵押查封、产权人认定、税票开具等核心堵点，靶向施策、合力攻坚，通过多项务实举措，稳步推动办证难题化解。

鸿瑞佳园（天都十六区东区）首张不动产权证书的成功办出，是兴庆区破解"办证难"问题的生动实践，也是专班工作人员、街道社区工作人员协同发力、为民服务的具体体现。兴庆区将持续聚焦群众急难愁盼问题，总结经验、优化流程，切实把"办证难"化解工作做到群众心坎上，不断增强群众的获得感、幸福感、安全感。

守护童心 为爱护航

"爱心妈妈"马彩霞：以坚守赴温暖 以责任护成长

本报记者 **王 茜** 文/图

马彩霞上门看望小城，与她谈心。

在贺兰县广荣村，网格员马彩霞还有一个温暖的身份——"爱心妈妈"。3年来，她用日常的陪伴、实在的帮扶，守护着一户残疾家庭的3个孩子，把小事做细、把细事做暖，让困境中的孩子有人疼、有人管、有依靠。

3年前的一次入户普查，马彩霞走进了这个特殊的五口之家。父亲肢体二级残疾，行动不便；母亲智力三级残疾，难以照料孩子起居。全家没有劳动收入，生活全靠低保与残疾人补贴支撑。3个女儿从小缺少呵护，性格内向敏感：大女儿小娇（化名）中职毕业后在银川打工，早早扛起了生活的重担；二女儿小妹（化名）初中刚毕业，在家待着；最小的女儿小城（化名），正在贺兰县奥莱中学读七年级。

第一次见面，小城一言不发，看着孩子怯生生的模样，马彩霞鼻头一酸：这么小的年纪，本该无忧无虑，却要承受家庭的苦难，连一句贴心的鼓励都很少听到。那一刻，她在心里默默下定决心：一定要多来、多陪、多帮，让孩子知道，有人疼、有人爱、有人守护。

自此，入户走访于她而言，不再是工作，而是与孩子们的温暖赴约。天气转寒，她总是第一时间为孩子们申请帮扶物资，及时送去棉衣、棉袜及各类生活必需品；每次上门探访，她总会带上牛奶、面包和学习文具。看到小城接过物品时露出的笑意，她的心底就满是暖意。

学业上的悉心陪伴，更是增强了小城的自信心。一次走访中，马彩霞发现小城作业字迹潦草、错题又多。孩子低着头，小声哽咽道："我学不会，也没人教我。"这句话深深触动了她。她深知，孩子并非不愿学，只是缺少陪伴、鼓励与正向引导。

自那以后，马彩霞每次入户都会特意多留半个小时，给小城辅导作业。遇到难解的题目，她便细致讲解、耐心点拨，还时常鼓励小城："你很聪明，只要踏实努力、坚持不放弃，一定会越来越优秀。"

在日复一日的坚守陪伴与暖心开导下，曾经沉默内向的小城，渐渐敞开心扉、卸下防备。如今见到马彩霞，她总会主动分享校园趣事，倾诉学习中的困惑与烦恼。从当初厌学怯懦、缺乏自信，到如今认真对待课业、主动追赶进度，小城眼中的胆怯渐渐消散，焕发出自信的光芒。

除了生活上的悉心照料、学习上的耐心帮扶，马彩霞更把孩子们的未来放在心上。小妹初中毕业后，整日闭门不出、无所事事。马彩霞看在眼里，急在心头，一次次主动上门，和小妹促膝长谈："你年纪还小，正是学本领的好时候，掌握一技之长，将来才能立足社会、自食其力。"

为了让小妹重拾求学的信心，她一边反复与小妹的家长沟通交流，一边四处打听中职学校的招生信息、专业设置，精心筛选适合小妹的院校和专业，全程帮忙对接入学事宜，用真诚与坚持，一点点打消小妹的抵触情绪，鼓励她重返校园。

不仅如此，马彩霞还主动当好政策与这个困境家庭之间的"连心桥"，把党和政府的温暖实实在在送到孩子们的心坎上。得知小妹和小城均未满18岁，符合事实无人抚养儿童保障政策条件后，她全力协调相关部门，顺利为两个孩子办理了相关手续。如今，两个孩子每月都能按时领到1200元基本生活费，这份稳定的保障，稳稳托住了孩子们的基本生活，也让这个风雨飘摇的家庭多了一份底气与希望。

对马彩霞而言，"爱心妈妈"从来都不只是一个简单的称呼，更是一份沉甸甸的责任。3年时光，她用细水长流的守护、点点滴滴的付出，为困境中的孩子们撑起了一片晴空，让这个残疾家庭真切感受到了社会的温情与善意，也用实际行动，诠释了"爱心妈妈"最动人、最美好的模样。

近日，兴庆区"心桥"无障碍志愿服务项目第三期非遗手工公益活动在中山南街富强社区开展。活动以非遗辑珠手工培训为载体，搭建残健交流平台，丰富残疾人及孤寡老人文化生活，助力精神文明建设。

兴庆区残联将充分结合全国助残日系列活动，常态化开展非遗传承、技能培训、文化体验等多元化关爱服务，助力构建共建共治共享的和谐社区新格局。

本报记者 **纳紫璇** 摄