

捐赠热线：0951-5037516 0951-5038256 爱心热线：0951-6033926 0951-6041701 捐赠账号 户名：宁夏慈善总会 开户行：宁夏银行新世纪支行 账号：18000141230000153 户名：宁夏慈善总会 开户行：工商银行银川市西门支行 账号：2902002229200023836

凡人善举

马淑娟：十年如一日以孝持家 视婆如母暖润余生

本报记者 王茜

在大武口区人民路街道建设社区锦馨家园，有这样一家人：91岁的婆婆郭长玲瘫痪在床10余年，儿媳马淑娟守了10余年，翻身、喂饭、擦洗……把“孝”字一点点揉进了琐碎的日常生活里。“我父母都走得早，婆婆就是我的妈，是她把那份母爱补给了我。”马淑娟这份朴素的真情，暖了一个家，也让大家看到孝最好的样子。

心怀感恩 结下跨越血缘母女情

马淑娟身材瘦小，却显得格外精神，说话语速不快但条理清晰，手脚麻利得让人印象深刻。印象中，她有瘫痪老人卧床的家庭，往往难免有些异味和杂乱。但马淑娟家里却是另一番景象：地面干干净净，物品摆放整齐有序，老人的床铺平整清爽，被褥叠放得利利落落，完全看不出这是一个有着10年卧床病人的家。

马淑娟的公公和婆婆都是石嘴山市大武口基建公司退休职工，公公先后亲历抗日战争、解放战争与抗美援朝战争，浴血奋战、保家卫国。1956年，夫妻二人积极响应国家号召，离开河南老家，毅然投身到轰轰烈烈的三线建设。凭着吃苦耐劳、坚韧要强、踏实担当的初心与韧劲，他们默默地为祖国基建事业和地方发展建设奉献一切。

马淑娟童年是缺憾，8岁丧母、20岁丧父，心底始终渴望着一份温暖的母爱。20岁嫁入婆家后，她便一直和公婆同住一处、朝夕相伴。初入新家，年纪轻轻、无依无靠的她内心满是忐忑，是婆婆郭长玲用温柔与包容接纳了她。平日里，婆婆事事惦记她，处处疼惜她，待她胜过亲生女儿，天冷叮嘱添衣、日常

嘘寒问暖，从不让她受委屈、受冷落，一点点填补了她童年缺失的母爱与亲情。

10年前，年近八旬的婆婆受脑梗、高血压、心脏病等基础疾病困扰，身体机能持续衰退，逐渐丧失生活自理能力。2017年，一次意外摔倒，被诊断为股骨颈骨折，需手术置换股骨头。面对医生告知的极高手术风险，马淑娟强忍泪水，坚定选择救治：“只要有一线希望，就要给妈治。”

手术顺利成功，但真正的考验才刚刚开始。术后婆婆彻底卧床不起，伤口剧痛难忍，夜夜难以安眠。为减轻老人痛苦、预防并发症，马淑娟开启了日夜连轴转的照料生活。那段时间，马淑娟几乎没有睡过一个完整的觉。她守在婆婆床前，每隔一两个小时就要帮婆婆翻身、按摩，防止肌肉萎缩和褥疮发生。医生叮嘱的康复训练，她逐项熟记、耐心实操，动作轻柔稳妥，悉心助力老人恢复。

“那几个月，她非常辛苦，整个人瘦了一大圈。”提起那段日子，家人仍然心疼不已。但马淑娟从没有一句怨言，她总说：“妈这辈子不容易，我不能让她受罪。”

温情相伴 平凡善举传扬家风

7年前，马淑娟的丈夫因心脏

病、心梗病史无法工作。儿子婚后和儿媳在外打工，收入不稳定，还有一个3岁的孩子要抚养。一家人的日子，常常是拆东墙补西墙，经济负担沉重，生活十分困难。婆婆每月有4000余元的退休工资，但这笔钱远远覆盖不了每月的开销，降压药、心脏病药、防褥疮的药膏……一样都不能少。

虽然生活困难，马淑娟对婆婆的照顾却没有打过一丝折扣。为了防止长期卧床产生褥疮，她摸索出了一套自己的“护理经”：每日定时为婆婆翻身，用温水擦拭身体，再轻柔地揉搓以促进血液循环。一旦发现轻微红肿，碘伏、红霉素眼药膏、痱子粉就是她的“三大法宝”。

马淑娟是个爱干净的人，她说：“妈虽然躺在床上，但不能让她躺在脏乱的房间里。人干净了，心情也能好些。”每天给婆婆擦身体、更换衣物、整理床铺，这些事她做得一丝不苟。邻居们都说：“看人家马淑娟伺候老人，那真是没得说，家里什么时候去都是干干净净的。”

婆婆身体极度虚弱，有时候更是食欲不振，只能靠灌流食维持。为了让婆婆能吃进一点东西，马淑娟变着法子调配饮食：清淡、忌油腻、蛋黄只能喂半个。每一勺水和食物都喂得小心翼翼，生怕呛着

婆婆。马淑娟的真心付出，婆家人看在眼里、敬在心里。两位大姑姐深知她的辛苦，即便身体欠佳，姐妹二人仍坚持轮流回家搭把手、分担照料压力，姑嫂同心、和睦尽孝，成为邻里称颂的佳话。“现在很难找到这么孝顺细心的儿媳，看着她瘦小柔弱，却扛起了整个家，我们都自愧不如。”大姑姐感慨道。

提到婆婆近况不佳，身体日渐衰弱时，一向坚强的马淑娟几次红了眼眶，忍不住落泪。这泪水里，有辛劳，更多的是对亲人的不舍——正如她所说，这不是婆婆，是给了自己爱和温暖的母亲。

温暖的是，马淑娟并非孤军奋战。建设社区工作人员长期关注这个困难家庭，定期上门为老人理发、修剪指甲、送上便民服务，为这个困难家庭送去温暖，也缓解了她的照料压力。

3600多个日夜，马淑娟把温柔和耐心融进朝夕烟火，串联起最纯粹真挚的孝心。没有血脉相连，却胜过母女情深，这份珍贵的缘分，温柔治愈了婆婆的晚年，也稳稳撑起了整个家庭的温暖与安稳。她以温柔待岁月、以孝心暖亲人，用10年坚守诠释了最美家风，让孝与善意在平凡的生活中静静流淌、生生不息。

党员挺身施援手 市民赠旗致谢意

本报讯(记者 张红霞)“太感谢您了，要是没有您的专业救助和暖心陪伴，真不知道遭遇那场意外会怎样。”日前，银川市市民李女士专程来到宁夏血液中心，将一面写有“党员挺身解危难 赤诚大爱暖人心”的锦旗送到该中心职工官晓龙手中，感谢他在交通事故现场挺身而出、专业施救、暖心安抚。

李女士回忆，前不久她独自驾车送孩子上学途中，与逆行行人发生交通事故，突发的意外让她瞬间不知所措，身旁的孩子也因受到惊吓哭个不停，现场氛围紧张又慌乱。下班途经这里的官晓龙见状及时伸出援手，第一时间询问查看受伤人员身体状况，细心叮嘱伤员切勿按压受伤肋骨，并迅速拨打交警及120急救电话，规范处置事故现场各类事宜。安顿好伤者后，官晓龙又对惊魂未定的李女士进行情绪疏

导，安抚哭闹的孩子，细心宽慰伤者家属，还向交警详细说明事故经过，全程协助医护人员将伤者平稳抬上救护车。直至李女士家属赶到现场、妥善处理后事宜后，他才悄然离开。

经交警告知，正是因为官晓龙现场及时、专业的应急处理，有效规避了伤者二次伤害的风险。心怀感恩的李女士及家属多次电话联系官晓龙，希望登门致谢，都被他以“我是一名共产党员，这是我应该做的。”婉言谢绝。最终，李女士通过交警现场录像找到了官晓龙的工作单位。面对赞誉，官晓龙谦逊地说：“我是医务工作者，救死扶伤是我的天职。共产党员，危难时刻挺身而出是责任。”他以实际行动，彰显了血站工作者“敬佑生命、大爱无疆”的医者仁心，更是共产党员时刻把群众安危冷暖挂在心上的生动实践。



近日，沙坡头区瑞丰社区联合中卫市人民医院、中卫市春暖社会工作服务站，开展“守护折翼天使 法律保驾护航”法治宣传与健康义诊主题活动。活动聚焦残障人士及家庭实际需求，提供普法宣讲、健康科普、现场义诊、手工体验等志愿服务，用心用情关爱特殊群体，传递社会温情。

本报记者 黄蓉 摄

崔金霞：柴米油盐中的温情守护

本报记者 纳紫璇

清晨6时，惠农区憩园社区嘉丰园小区居民楼崔金霞家的厨房灯光准时亮起。她系上围裙，开始为家中两位老人准备早餐。稀饭熬得软糯，鸡蛋羹蒸得滑嫩，再把羊肉热透，一顿简单却用心的早餐，是她十年如一日照料公婆的日常缩影。

在憩园社区，这户人家的故事早已邻里熟知。崔金霞公公挚爱臣、婆婆底朋书均为石嘴山市三线建设退休职工。当年，夫妻二人离开故土，毅然投身大西北建设热潮，将毕生精力与美好青春，无私奉献给了石嘴山市的工业发展与城市建设。

褚爱臣退休后患有严重的肺部疾病，再加上脑梗后遗症让他身体状况愈发不好；底朋书视力三级残疾，从2016年到2020年，腰摔过、腿骨折过、遇过车祸，前后经历大小手术十余次，浑身是伤，连起身、迈步、翻身都要有人搭把手。老两口6个子女，3个已经离世，身边只剩两女一子，3家约好轮流照料，10天一

轮。作为儿媳，崔金霞成了这个家最稳的依靠。

见过崔金霞的人，第一印象都是她的开朗、爱笑、心态好。“日子再难，也不能拉着脸。我笑着，老人心里就踏实。”接受采访时，她快人快语，脸上没有一丝疲惫，只有温和与坚定。她的孝心，从不是挂在嘴边，而是落在一件件不起眼的小事里。

底朋书双目近乎失明，行动全靠摸索，崔金霞便把家里所有物品固定摆放，水杯、毛巾、拐杖、药品的位置常年不变。每天晚饭后，她都会用干艾草煮一大盆水，晾到合适水温，再端给老人泡脚。夜里她和婆婆同屋而眠，老人稍微一动，她立刻醒来，扶着老人上厕所、帮着盖被子，一夜要起身三四次。

在一日三餐上，崔金霞更是从不含糊，每一口吃食都照着老人的牙口和身体细心安排。两位老人在矿上生活一辈子，最爱吃手工面，她就天天现擀，用小白菜和鸡蛋煮成热乎的连锅面，面汤清亮、面条筋

道，老两口每次都能吃完一整碗。天气好时，她会陪两位老人到广场上转转，看看热闹、聊聊天，让老人保持心情舒畅。

疫情期间，褚爱臣和底朋书均被感染，当时社区管控严格，其他亲属不便轮换，崔金霞主动留下来全程照料。那段时间，她既要按时给老人量体温、喂水喂药、定时消杀，又要保证一日三餐有营养，夜里还要随时留意两位老人的身体状况，几乎没有完整睡过一觉。即便身心疲惫，她也从不在老人面前流露半点怨言，依旧像平常一样说笑、宽慰，用平稳的情绪稳住了老两口的心，直到两人顺利康复。

而支撑崔金霞坚持下来的，不仅是孝心，更是多年来一家人相互扶持的情分。多年前，她和丈夫在夜市摆摊谋生，天黑出门、天亮回家，根本顾不上家。儿子从小就是公婆帮着带。尽管当时两位老人已经一身病痛，却依旧强撑着身体给孩子做饭、接送上学，免去

小两口的后顾之忧。这份付出与恩情，她一直记在心里。“他们帮忙把孩子带大，现在他们年纪大了，身体不好，我们照顾他们，都是应该的。”崔金霞说。

在崔金霞的乐观和坚强的支持下，姐弟三人从未因为照顾老人而红过脸。二姐家里忙，她就主动多顶几天；自己有事，姐姐们第一时间来替班。社区也时时牵挂着家人，长寿金、残疾人医保补贴、无障碍改造、家庭医生，一项项帮扶落到实处，让这个历经磨难的家庭，始终被暖意包围。

没有豪言壮语，没有刻意煽情，崔金霞用一双勤快的手、一颗知恩感恩的心，把每天的日子都过成了暖阳天，把“孝顺”二字写进了最平凡的生活里。面对生活的坎坷，她始终笑着面对，用乐观感染着家中每一个人，以最朴素的善良与最长久的陪伴，温暖了两位老人的晚年，也让孝老爱亲的美德，在一砖一瓦、一粥一饭间，静静传承、闪闪发光。

兴庆区银虹社区：“暖宝宝”志愿服务暖民心

本报讯(记者 纳紫璇)“阿姨，您的药到了，平时要注意身体。”近日，兴庆区丽景街银虹社区的楼栋间，几名身着外卖骑手制服的志愿者，扛着沉甸甸的药品箱，敲开了服务居民的家门，他们是银虹社区联合工会“暖宝宝”志愿服务队的队员。这支特殊的志愿服务队，全部由辖区外卖骑手组成，自成立以来，他们把服务辖区行动不便、购药困难的居民列入志愿服务范畴，利用配送间隙的休息时间，上门为居民搬运、配送药品。

“这些药品动辄十几箱，每箱

都不轻，我们多跑几趟，居民就多几分便利。”服务队的队员一边擦着额头的汗水，一边笑着说。自从加入“暖宝宝”志愿服务队后，队员们都会主动挤出休息时间，携手并肩将一箱箱药品从药店配送至居民家中。

从“城市过客”到助力城市治理发展的“共建力量”，骑手们用休息间隙的坚守，让“暖宝宝”志愿服务队成为最动人的风景。他们以爱为鞍、以善为轮，把工会的温暖、社区的关怀，送到最需要的人身边，用实际行动书写着新时代新业态劳动者的责任与担当！

充电站里有个暖心小“家”

近日，在位于石家庄市和平路与西三环交口的交投时代·冀通能源谷充电站，货车司机许哲与同伴将车停进专用车位充电。

插好充电枪，不远处一座颇具现代感的椭圆形建筑引起了许哲的好奇。推门而入，只见500多平方米的空间内设有休息、餐饮、观影等多个功能分区，沙发、电视、按摩椅、医药箱等一应俱全，布置得既温馨又舒适。

“我头一回见充电站里建有服务中心，环境真不错。”许哲惊喜地说。

看到司机师傅进门，服务人员热情地招呼起来：“我们中午推出了简餐，都是现炒的热乎菜，看看有没有爱吃的？”

糖醋里脊、醋溜土豆丝、西红柿炒鸡蛋……一条长桌上，几道家常菜色泽鲜亮、香气扑鼻。许哲和同伴点了两荤两素，共花费15元。“这儿的饭菜不仅看着干净卫生，味道也不错，米饭和汤还免费，比在外头吃实惠多了。”许哲笑着说。

货车司机常年在路上奔波，“饿了啃干粮、累了睡车”是他们的工作常态。为解决货车司机等新就业群体的急难愁盼，近年来，石家庄市

委社会工作部联合市交通运输局等有关部门深入调研，建设“司机之家”“服务驿站”等休憩场所，为他们提供暖心服务。

“我们把充电站与‘司机之家’的功能进行了整合，不仅设有专门的休息室、停车区等，司机师傅们还可凭充电记录在这里免费自助洗车。”交投时代·冀通能源谷项目运营负责人白小伟说。

为进一步拓展服务内容，白小伟告诉记者，他们还与交警部门联动，在充电站即可办理新车上牌、过户、补换牌证、驾期满体检换证等车管、驾管业务，为司机师傅提供一站式服务。

“以前跑长途，吃口热乎饭、睡个安稳觉经常是一种奢望。现在充电站里既能给车辆充电，又能为司机补能，解决了我们的大问题。”许哲说。

小工程体现大民生。截至目前，石家庄市共打造27个“司机之家”等休憩场所。“接下来，我们会同相关部门进一步完善服务设施，不断优化服务供给，为货车司机等新就业群体打造更多温馨港湾。”石家庄市委社会工作部有关负责人说。(据《河北日报》)



近日，兴庆区兴隆社区联动银川蜗牛之梦助残济困服务中心、宁夏和仁堂口腔门诊、自然之声听力检测中心，开展“情暖兴庆 关爱同行”志愿服务活动，为辖区残疾人、老年人等群体开展口腔义诊、听力检测、中医按摩等服务。

本报记者 司冰心 摄

中宁县启动“乐享银龄”暨社区慈善活动

本报讯 5月19日，“乐享银龄·善润杞乡”——中宁县“乐享银龄”暨社区慈善活动在中宁县新堡镇南湾村启动，旨在弘扬尊老敬老传统美德，推动社区慈善事业发展，提升老年人生活质量。

活动现场举行了中宁县银龄志愿服务队授旗仪式，并为社区慈善项目揭牌，向南湾村赠送物资。朱营、杞韵等社区获授“塞上乐龄大学”暨老年大学进社区项目牌匾。活动还为南湾村爱心人士颁发荣誉证书，开展养老政策宣讲，帮助老年人更好享受养老福利政策，维护合法权益。活动还组织了文艺演出及义诊、免费理发、政策咨询、农特产品展销等一站式服务，村民们围坐一起品尝蒿子面，感受传统美食魅力。

近年来，中宁县持续加大养老服务投入：投入720万元新建新堡、

舟塔两个综合养老服务中心，109万元改造提升白马乡互助院，50万元新建石空镇两个老饭桌；精准服务1052名低保失能老年人6267人次，发放高龄津贴406.7万元惠及4245人次，发放消费券743张，带动养老服务消费60余万元；将1099名独居、空巢等特殊困难老年人纳入常态化探访体系，累计投入614万元，连续7年为20多万老年群体投保意外险23万余份；对28个农村老饭桌逐一“过筛子”，规划改造13个社区居家养老服务站。

中宁县民政局相关负责人表示，将继续深化银龄志愿服务活动，重点抓好高龄津贴、“两项”补贴、意外伤害保险、老年消费券等政策落实，聚焦养老机构、日间照料中心、社区食堂、老饭桌等阵地建设，提升老年人的获得感、幸福感、安全感。

(黎睿晓)