

## 愿把生命永留人间

# 六旬老夫妻携手捐献遗体(角膜)

星报讯(丁戎 记者 沈娟娟) 家住合肥市包公街道炳辉社区的李志云和周美兰,是一对普普通通的老夫妻,酝酿了十几年,他们携手加入“三献”志愿服务爱心社,共同志愿捐献遗体(角膜)。

周美兰两口子都是1957年出生,今年63岁。“退休后,我喜欢在家看新闻,看到有些人尽管脑死亡了,但器官还可以帮助到别人,我就跟老伴商量以后将遗体捐献出去,即使器官老化,我的遗体还可以用来解剖。”十几年前,李志云就有了这样一个想法。

幸运的是,李志云跟老伴周美兰提起后,老伴满口赞成,“这是帮助别人的好事,你做什么我都支持,夫唱妇随。”

李志云和周美兰有两个女儿,都在外地工作,节假日才能回来,当老两口以为女儿会反对时,女儿却很开明地

投了赞成票,“你们思想怪前卫的,只要你们愿意,我们就支持。”

虽然一直有捐献的想法,但两人始终没有找到组织,很偶然的一个机会,周美兰的歌友说自己认识“三献”志愿服务爱心社的负责人,就把电话给了她,“我们打了电话,他把材料寄过来,我们填好了再寄回去,过了没多久,证书就下来了。”

在周美兰看来,如果能在去世后把遗体或者角膜捐献出去,无论是帮助到他人还是用作医学研究,都很有价值和意义。

“我们身体还健康,去世后希望能继续发挥余热。”如今,李志云和周美兰每天最多的时间就是做志愿服务,而且通过他们的宣传,周围已经有十几个人也志愿在去世后把遗体捐献给医学事业。

## 退休党员组起服务队 劝导小区不文明现象

星报讯(余秀娟 记者 沈娟娟) 在合肥市烟墩街道滨湖欣园社区,今年77岁的姜祥贵是一名热心的退休党员。从2016年1月份参加义务写春联志愿服务开始,姜祥贵开始了自己的志愿服务生涯,他积极参加义务巡逻、纠纷调解、义务写春联等志愿服务工作,将自己的晚年生活都奉献给了志愿服务事业。

“只要组织需要,我会竭尽所能,发挥余热,为社区建设、发展做好服务工作。”这是姜祥贵常挂在嘴边的一句话。2018年3月,姜祥贵带领社区里的老党员、退休干部和热心公益的积极分子一起组建了文明先锋志愿服务队,在滨湖欣园小区开展高空抛物、乱扔垃圾、公共场所吸烟等不文明现象的劝导活动,在他们每天不间断的巡查、劝导下,小区的环境面貌日益得到改善,高空抛物现象骤减,棋牌室也不再“云雾缭绕”。

为破解高空抛物这个难题,姜祥贵带领他的队员们每天开展高空抛物的巡查,并入户进行专门的劝导,反复告诫他们高空抛物的危害性,让邻居们意识到高空抛物的严重危害。此外,他还带领队员们通过开展广场宣传、情景剧表演等多样化的形式开展宣传活动,用邻居们乐于接受的方式,转变他们的行为。经过他们的反复劝说和宣传,居民们逐渐意识到高空抛物的危害性,滨湖欣园小区的高空抛物现象骤减,居民们对小区越来越有归属感和认同感。

2018年夏天,滨湖欣园小区出现了偷盗现象,他带领队员每天穿梭在楼栋,开展义务巡逻工作。此外,姜祥贵还心系未成年人的成长,开展公益书法课、理论宣讲、巡查网吧等活动,培养他们的兴趣,启迪他们的思想,营造良好的成长环境,为青少年的成长贡献自己的一份余热。

## 20年孝心接力

# 姐弟四人悉心呵护父母安享晚年

星报讯(李琴 刘亚萍 记者 马冰璐) 20年如一日,每天轮流上门照顾年迈的父母,在合肥市望江西路社区,提起孝顺的李苏华姐弟四人,可谓家喻户晓,居民们总是不约而同地“点赞”:“都是有孝心的好孩子。”

李苏华今年62岁,她的父亲已是90岁高龄,母亲也有87岁了,“父母辛苦操劳了一辈子,退休后身体一直不太好。”于是从20年前开始,李苏华姐弟四人便每天轮流上门照顾年迈的父母。“早上4点多起床做早饭,做好后,用保温桶装好,骑车送到父母家,风雨无阻。”李苏华说,照顾父母吃完早饭后,还得买菜、洗衣服、打扫卫生、做午饭……“一直要忙到父母睡午觉才回家。”

20年来,李苏华姐弟四人多次劝说父母和他们一起

生活,但两位老人不愿意“打扰”子女们的生活,坚持自己住,“所以我们只能每天轮流上门照顾,父亲和母亲见我们每天轮流奔波,十分辛苦,曾多次提出雇个保姆,让我们不用跑来跑去,忙前忙后。”可李苏华和妹妹弟弟们都不同意,“我们总觉得,自己亲自照顾更放心一些。”

李苏华说,记忆中,小时候家里经济非常拮据,“有什么好吃的,父母全都省给我们吃。”记忆最深刻的是,父亲总是攒着夜班发的餐券,然后兑换一大碗红烧肉带回家给姐弟四人解馋,“每当我们大快朵颐的时候,他和母亲便借故出门。”面对左邻右舍的夸奖和点赞,李苏华姐弟四人十分谦虚,“这都是为人子女应尽的义务和本分。”

## 她将身边事拍成视频上网

# 让普通人也成为“民星”

星报讯(高蜜 记者 沈娟娟) 她曾经是一名广场舞爱好者,在网上搜索广场舞视频时,她想到把身边的人和事拍成视频传上网,让普通人也成为“民星”。今年69岁的张福林家住合肥市云川社区,几年来,她自学视频制作,已累计获得30多万人次的点击量。

“我是一名老党员,退休后和附近的老姐妹们跳起了广场舞,跳着跳着,我的心里就有了一个想法,把她们的光辉形象搬到网上去。”张福林经常上网搜索广场舞,上面很多主角都是像她们一样的普通人,“如果我身边的人都能像她们一样在网上展现自己的舞姿,她们肯定更有积极性,也更有成就感。”

说干就干,张福林利用业余时间,买书学习如何制作视频,从最简单的图片配文开始,她凭着一股好学的劲,慢慢学会了视频制作,“白天学,晚上趁着老伴睡着了学,

夜深人静的时候最适合学习了。”

因为没有任何视频制作的基础,也没有老师教,张福林完全靠自己一点点摸索,每一步都走得小心翼翼。有一次,她研究视频制作整整一夜,凌晨5点接着做早饭、跳广场舞,“我就是想大家的日子能过得红红火火,看到她们网上的神态,我觉得高兴,她们也觉得很幸福。”

从广场舞视频制作,张福林总能收获无数志同道合的伙伴,如今,只要是云川社区大大小小的活动,她总是带着她的装备,把一整场演出录制下来,回去制作后再上传到网上。

截至目前,她制作的视频已经累计获得30多万人次的点击量,仅仅最近两三年,她就做了118个视频,近4万人次争相观看。

## 大妈17年收集千余张养生剪报

# 无私送居民借阅“共享”健康知识

星报讯(余亚明 刘亚萍 记者 马冰璐) 家住合肥市丁香社区的李道香是一位“养生达人”,74岁的她在17年时间里,收集了千余张刊登了养生知识的剪报,最近,她把6大本剪报送给社区,供居民们借阅,让大伙“共享”健康知识。

李阿姨十分喜欢看报,“尤其喜欢看报纸上刊登的养生保健知识。”2002年,老伴突然打嗝不止,“连续喝了几十天中药,但收效甚微。”她想起来,曾在报纸上看到一则养生知识:放一块水果糖在舌根下含服可以止嗝,“当即让他试了一下,神奇的是,很快老伴打嗝不止的症状缓解了。”

从此,她在看报之余,开始收集刊登有养生知识的报纸,并制作成剪报本。一转眼17年过去了,她收集了6大本厚厚的剪报本,“共有养生剪报约千余张。”在这些养生知识的帮助下,她养成了饮食多素少荤、勤加锻炼等良好的生活习惯,“我身体十分健康,就连老年人常得的‘三高’都没有。”

凭着自己积累的养生知识,李阿姨还曾帮助小区邻居改善了睡眠质量,“晚上锻炼时,听到小区一位邻居说,自己睡眠不好,我建议他,睡前用热水或白醋泡泡脚,他回家一试,果然有效。”

## 高龄老人买菜不便 七旬奶奶代买送上门

星报讯(钟萍 记者 祁琳) 每天早上,在合肥瑶海区建设社居委辖区内的建设村小区里,总能看到一群老年人围着张正云,忙得热火朝天。原来,老党员张正云正在为他们用手机APP买特价菜,然后由张正云从店里运回菜……这一幕几乎天天都在上演着。

张正云今年75岁,住在建设村小区很多年了,周围都是她的老邻居。张正云是一位热心人,“这个小区里,住了很多80、90岁的老人。”张正云说,从前她在路上看到这些老人买东西提不动,她总是会去帮忙,“我身体很好,提个五斤、十斤的不成问题。”

而去年,隔壁小区新开了一家生鲜店,用APP买会有优惠,张正云手机用得很溜,就告诉了周围的老邻居们,大家很感兴趣。

“你看啊,黄瓜一块钱特价菜,比外面便宜很多。”张正云告诉记者,所以每天早上,她就会在楼下与邻居们分享这些,然后再在手机上买好,第二天,张正云会去店里取菜,并运回来送给大家,老邻居们都很感谢她,张正云说这些都没什么,她是一名老党员,做一些力所能及的事情帮助大家。邻居们一谈起“张奶奶”,都很感激,觉得张奶奶既风趣又热心。