

2023-5-5 星期五 新闻热线 17800590268

伸出温暖手 打开爱心门

黑龙江省慈善总会 生活报生活益动基金

账号:08059201040011557

开户行:中国农业银行股份有限公司哈尔滨中山支行

户名:黑龙江省慈善总会

黑龙江省慈善总会

捐赠二维码

公益慈善大使

本报记者 李丹

# 2023 年第一季度“龙江好人”揭晓

生活报讯（记者李丹）记者获悉，根据《关于开展2023年度“龙江好人”评选和“中国好人”推荐工作的通知》要求，经各地各系统推荐、资格审查、网络投票、专家评审、公共信息核查、提交部务会审议通过、社会公示等环节，主友波等45人（组）当选2023年第一季度“龙江好人”。其中，助人为乐12人，见义勇为1组，诚实守信3人，敬业奉献20人，孝老爱亲9人。

牡丹江杨光做公益9年 助老又助学

## 被敬老院老人亲切地称为“女儿”

实习生 吴新穎 生活报记者 刘维娜 李丹  
牡丹江江滨公园里，有一群身穿红色马甲的志愿者，他们有的为江畔石碑年久的字迹描红，有的在公园里捡拾垃圾。在这些忙碌的志愿者中，有一个平凡且忙碌的身影，她总是在队伍的前面带领着大家，她就是爱心帮公益联合会第一志愿服务队的队长杨光。据悉，2014年至今，杨光累计参加志愿服务活动300余次，帮扶老人儿童近百人，救助流浪动物近4000只。近日，杨光荣登2023年第一季度“龙江好人榜”，记者对她进行了采访。

### 志愿多面手 助老助学都参与

“2014年的时候，我在朋友圈里偶然看到朋友去敬老院做志愿服务的照片，当时我就很感兴趣，想着自己也能做志愿活动就好了。”从小就是个热心肠的杨光，遵从着自己的内心，在朋友的带领下加入了爱心帮公益联盟第一部，自此开始了她长达9年的公益之路。从那时起，经常能在牡丹江市爱民区、西安区等地的十多家敬老院里看到杨光忙碌的身影。而杨光的爱心和耐心也让她成为了老人们的好帮手，无论是干活、擦身还是陪伴，杨光总是做的面面俱到，渐渐地，老人们都亲切地叫她“女儿”。

除了帮助孤寡老人，加入团队后，杨光发现还有很多需要帮扶的孩子。“我也是妈妈我也懂孩子，所以我会有针对性的帮助他们，也会从心理、学业、物资等方面入手。像小飞（化名）因为妈妈没了，父亲又忙于工作，疏忽了对小飞的管教，让年幼的小飞特别叛逆。面对志愿者的探访，小飞的父亲也十分抗拒，并直言不需要帮助。

后来，我们为孩子做了心理辅导并经常陪伴她，小飞慢慢变得懂礼貌了，也体谅到父亲的不容易。最让杨光欣慰的是，小飞的父亲也有了转变，从一开始的“我们不需要帮助”到“太感谢你们了”。这些变化，都是通过杨光和团队成员的关心和爱心达成的。

## 计划为 30 人次免费助浴

生活报讯（记者李丹）4月27日，牡丹江市社会福利和社会捐赠服务中心与黑龙江和瑞智慧生活服务有限公司联合开展“沐浴”幸福助老助残公益项目，并在牡丹江市总

工会举行了项目启动仪式。该公益项目计划为牡丹江市10名60岁以上、长期卧床且为老人洗浴困难的家庭提供一年3次，累计共30人次的免费上门全身洗护

助浴服务。助浴服务包括助浴机器、助浴辅材包、基本体质检测、人工清洁服务、头发吹干、涂抹润肤乳/油、衣物与纸尿裤更换等服务内容。

### 做孤寡老人晚年的依靠

“孙妈妈的丈夫和儿子都离开了，她自己又身患多种疾病。2011年，孙妈妈的儿子病危时，善良的他们想要捐献遗体，于是联系到了当地的媒体。”杨光说，孙妈妈的儿子离世后，家里只剩下她一人，身心的双重打击，让孙妈妈一直疾病缠身，心情也郁郁寡欢。

2016年，杨光偶然间听到了孙妈妈的故事，这让杨光心里很有感触。“我第一次听的时候，就觉得孙妈妈太了不起了，她儿子因为善念以另一种方式存活在这世上，她们家所做的一切都令人敬佩。”同年，杨光正式接管了孙妈妈。她像“女儿”一样照顾老人的生活起居。无论冬夏还是节假日，她都会抽时间和志愿者们一起探望孙妈妈。

“空闲的时候，我会去看望孙妈妈，帮她打扫卫生，买菜做饭。没做什么特别的，更多的还是陪伴她，希望她能从我身上感受到老有所依。”不仅如此，杨光还在老人生日的时候，为她精心准备惊喜。在杨光和志愿者们陪伴下，孙桂秀的脸上笑容越来越多，和志愿者们也越来越亲近。“我收获了一大群儿女。”孙桂秀开心地说。

“我不会写字，就说几句心里话，感谢你们这些年的关心和照顾，祝你们身体健康、快乐幸福，好人一生平安！”杨光和志愿者们真心付出感动了孙桂秀，2022年和2023年她拿出600元和1000元交给团队，希望也能公益事业做出贡献。“当我看到孙妈妈拿出钱的时候，我眼睛都湿了，告诉她不用，可她还是一直坚持，说是她的一点心意。”

### 担任队长引领团队前进

在一次次的公益活动中，杨光不断学习进步，2016年，她已经从最初的一名普通志愿者成长为爱心帮公益联合会第一志愿服务队的队长。她时常对志愿者们进行鼓励，带领团队成员通过读书分享来汲取知识，共同进步。“志愿者们都来自各行各业，我们因公益相识相知并成为生活中的良师益友，每个人都积极向上，非常正能量，我在这里成长很多，无论是个人能力和性格上的修养都得到了提升。”

在杨光的带领和志愿团队共同努力下，九年间，爱心帮公益联合会第一志愿服务队精准帮扶老人和孩子百余人，并定期探望回访他们的近况。

“但行好事，莫问前程”是杨光的人生信条，也是她在公益路上不断前行的动力。在每一次活动中，杨光都怀着一颗感恩的心去组织和参与，去感谢所有给予这个世界变好的人。杨光说：“荣誉只代表过去，未来还要继续努力，我希望未来能开展更新颖的公益活动，借鉴外省公益模式，更多元地开拓公益领域。”

生活报

权威资讯  
匠心出品

2023.5.5 星期五 癸卯年 三月十六

主管/主办:黑龙江日报报业集团 出版:生活报社 国内统一连续出版物号:CN 23-0017

总第12064期 今日8版

### 数读“五一”

冰城商品销售总额

96975 万元  
较2019年  
增长20.5%

哈铁发送旅客

201 万人次

全省机场运送旅客

35.3 万人次

黑龙江各地博物馆  
接待游客

74 万人次

### 哈市中考备考 线下报告会来啦

本周日举行 名师主讲

哈市10日-13日

### 两座跨江桥夜间 临时短时段封闭

### 女子患罕见病 四肢反复无力 视力下降

医生用新药帮其治疗

哈尔滨天气预报

5日	日夜	多云 晴		16℃ 4℃	偏东风3-4级 偏北风1-2级
6日	日夜	晴 多云		18℃ 4℃	东北风2-3级 偏西风1-2级
7日	日夜	晴 晴		20℃ 10℃	偏西风2-3级 偏西风1-2级

哈市出台方案提升城市品质 三年后——

## 三分钟见绿 五分钟见园

- 人均公园绿地面积6㎡以上
- 公园绿地服务半径覆盖率85%
- 城市绿道服务半径覆盖率45%

02

### 生活报第11届黑龙江徒步节

物料包领取处

## 7日8日 徒步节开始领装备啦！

领取地点:埃德蒙顿路38号凯德广场一层周大生店铺旁

03

### 有事找帮办

龙头新闻·生活报帮办记者团:

供暖帮办仲亮 17800590258  
旧改帮办梁晨 17800590256  
出行帮办栾德谦 17800590257

水电网购帮办李威兵 17800590259  
教育帮办吕晓艳 17800590263  
医疗帮办周琳 17800590260  
旅游帮办薛宏莉 17800590261

民政帮办于海霞 17800590264  
社区帮办史天一 17800590267  
社区帮办肖劲彪 15590881052  
首席帮办李丹 17800590268

社址:哈尔滨市道里区地段街1号 邮政编码:150010 广告业务办理电话:(0451)84691043 承印:黑龙江龙江传媒有限责任公司

第一叠:时政要闻·活动 今日彩票中奖号码刊发在02版 每份1元 发行服务质量监督热线:(0451)84657610 84671553 读者纠错热线:84652201 代号:13-37