

长年扎根志愿服务岗位 伊春赵立

捐干细胞救南方女孩 用行动诠释“最好的公益”

生活报记者 张立

十年前，黑龙江伊春人赵立在志愿活动中留下捐献的承诺，十年后突然接到需要捐献的电话，她用一袋热血兑现了青春的诺言，成功捐献造血干细胞，为一名南方24岁白血病女孩送去重生的希望。赵立用亲身行动诠释着“最好的公益，从来不是口头宣讲，而是躬身践行。”23日，记者联系到捐献后回到家中的赵立，感受来自普通人的那份温暖与善意。



青春埋下善意的种子

1989年出生的赵立，今年37岁。时光回溯到2015年，彼时26岁的她刚参加工作不久，在单位组织的献血志愿活动中，主动登记采样，加入中华骨髓库，而后一直奔走在志愿服务一线。

采访中记者了解到，十年来，赵立扎根志愿服务岗位，从最初参与志愿活动，到进入伊春市委社会工作部工作，牵头组织、统筹推进公益工作。说起自己的工作，赵立很是自豪：“我们开展各类志愿活动，关爱特殊群体、助力捐资助学、服务城市发展。不久前伊春高铁开通仪式的志愿服务，我和二三十名志愿者进行了全程保障。”

今年，赵立还协助完成了伊春市志愿服务联合会的换届，她希望凝聚更多公益力量帮助需要帮助的人。

赴哈捐献 家人暖心相伴

“您是赵立吗？我们看了您提交的捐赠的申请。”2026年5月，一个来自黑龙江省红十字会的电话，让这份沉寂多年的善意迎来生机——赵立与一名白血病患者成功配型。

按照红十字会保密规定，捐献双方信息严格保密，互不相识、互不打扰。赵立仅能了解到零星信息：受助者是一名24岁的年轻女孩，正在南方一所城市的血液病医学中心接受治疗。陌生的城市、素未谋面的姑娘，却让赵立瞬间坚定了捐献的决心。

“我现在是两个孩子的妈妈，听到要捐赠，家里人的态度不一。”赵立坦言，爱人思想开明，全程全力支持她的决定；但父母一辈年纪偏大，对造血干细胞捐献不了解，难免心生担忧、百般顾虑。为了打消父母的顾虑，赵立耐心查阅权威科普资料，一遍遍和父母讲解捐献流程、安全常识，细致解答老人的担忧。在她的耐心沟通和科普讲解下，父母渐渐放下顾虑，全力支持女儿的善举。

此次赴哈捐献全程，家人全程暖心陪伴。提前五天入院注射动员剂期间，母亲专程陪护；正式采集当天，父亲、爱人以及两个孩子悉数到场陪伴。

坚持五小时 为爱续航

10月22日，采集病房里，一场温柔而庄重的生命接力悄然上演。赵立的爱人告诉记者，不同于常规四个半小时的采集时长，此次根据24岁患者的体重匹配需求，赵立的采集工作持续了近五个小时。全程保持固定姿势，长时间不动，让她手脚有些麻，但赵立全程咬牙坚持、毫无怨言，始终平稳配合医护人员操作。

“整个过程很顺利，结束后身体状态很好，只是久坐有些麻木，休息过后就完全恢复了，简单补充营养就能回归正常生活。”赵立轻松地说，“常年做志愿服务工作，天天告诉大家行善举、献爱心、讲奉献，当这份责任落到自己身上，我应当冲在前面、做好榜样。能挽救一个年轻的生命，是我的荣幸，更是我的责任。”

此次捐献，让赵立成为全国第24223例、黑龙江省第297例造血干细胞捐献者。对她而言，这场跨越山海的生命之约，不是公益的终点，而是全新的起点。“接受捐赠，对方是种下了一颗生命的种子，我的心里则是埋下了一颗希望的种子。”赵立说，未来，她将以自身经历为鲜活教材，普及捐献知识、破除认知误区，号召更多人加入中华骨髓库，汇聚微光、点亮希望，让志愿大爱在龙江大地接续传递。

图片由受访方提供

南岗区士课街助老餐厅营业啦

老人就餐有优惠 行动不便还能送上门

生活报讯（记者于海霞 文/摄）饭菜实惠、干净可口、下楼就吃！10月20日，哈市南岗区奋斗路街道士课街3号助老餐厅正式揭牌营业，切实解决辖区高龄、独居老人做饭累、就餐难、吃饭凑合的问题。

据悉，南岗区奋斗路街道通过常态化入户走访、民情收集，多方沟通协调，成功盘活士课街3号闲置场地，高标准打造便民助老餐厅。街道通过公开招标择优选取专业第三方机构负责日常管理运营，同时主动对接市场监管部门，按照食品安全标准化要求规范食材采购、加工制作、环境卫生、食品留样等全流程环节，全程严格监管。

据了解，士课街助老餐厅营业时间为每日10:30至19:30，周日休息。餐厅套餐定价亲民实惠，价格8元至14元不等，菜品搭配科学、荤素均衡，贴合老年人低盐、低脂、低糖的健康饮食标准，菜品软烂适口、口味清淡，适配老年群体牙口和身体需求，店内汤粥免费无限续喝。60岁以上老人享9折优惠，65岁以上老人享8.5折优惠，80岁以上高龄老人享8折优惠。

开业当天，餐厅氛围温馨热闹，不少周边老人专程前来打卡尝鲜、体验就餐服务。“岁数大了，最怕开火做饭，现在下楼几步路就有食堂，饭菜热乎、价格不贵、口味也好，真是帮我们解决了大问题！”今年72岁的居民王大爷吃得格外舒心。住在附近的张阿姨也连连点赞：“这里的菜炖得软烂入味，口味清淡不油腻，特别适合咱们老年人！”

针对辖区独居、高龄、失能、困难老人行动不便、无法到店就餐的实际情况，街道升级暖心服务，每日免费提供20份爱心餐。由社区网格员、志愿者组建专属爱心送餐小队，为特殊老年群体免费上门送餐。奋斗路街道相关负责人表示，今后街道将持续聚焦老年群体需求，收集居民反馈，不断优化菜品种类、调整餐食口味、提升服务品质，精细化做实做细助老就餐服务。

声明·作废
刊登电话13946092977

●黑龙江东然建设工程有限公司遗失预留在中国农业股份有限公司宝清县支行的五九七农场耕地提质改造项目一标段农民工专户财务专用章，声明作废。

公告·公示
刊登电话13946092977

五常市兴隆灌区灌溉站关于催告赵哲在与林国庆返岗并解除人事关系的公告

赵哲在、性别：男，身份证号码：232103196207272115，林国庆、性别：男，身份证号码：232103198410010419，系五常市兴隆灌区灌溉站职工，以上两位职工无正当理由旷工失联，我单位已穷尽电话，短信等方式联系无果。依据黑办发[2015]9号文件要求，现公告：限期自公告刊登之日起30日内与我单位人事部门联系（电话：13904667856），办理返岗或离职手续。逾期将依法解除人事关系，核销编制，并追缴违规所得。本公告自刊登之日起满30日视为送达。

五常市兴隆灌区灌溉站
2026年10月24日

公开道歉信

李彦德、王克峰、吴凤君三人，因法律意识淡薄，违反野生动物保护相关法律，实施非法狩猎行为，已被人民法院依法判处刑罚。经过深刻反省，我们清楚认识到该行为破坏野生动物资源、损害生态平衡，侵害社会公共利益，造成不良社会影响，内心十分懊悔。

在此，我们向社会公众公开道歉，自愿认罪悔过。今后我们会认真学习《野生动物保护法》《刑法》，增强生态保护观念，严格遵守法律，不再实施破坏生态的行为。我们愿意以自身案例警示他人，自觉接受司法机关和社会公众监督，改过自新。

致歉人：李彦德、王克峰、吴凤君
2026年10月24日

注销公告

佳木斯市中医药产业协会（统一社会信用代码：51230800MJY918779U），经理事会决议决定自行解散，拟申请注销登记。经清算确认无债权债务，如有异议请自见报之日起45日内与我方联系。

地址：黑龙江省佳木斯市东风区安庆街555号
联系人：李先生 13836649510
特此公告。

佳木斯市中医药产业协会清算组
2026年10月24日

生活报申缝广告

银行催收公告
银行变更公告
保险公司公告
债权转让公告
解除合同公告
房产公示公告

办理地址 哈尔滨道里区地段街1号生活报社一楼103室
刊登电话 84681180 13104659009 海霞老师 13613600156 王羽老师 18686821585 侯老师

00后准时“线上参会” 有网友称“第一次看剧记笔记”

《伟大的长征》如何刷屏全网

生活报记者 吴海鸥 王晓晨

“00后过来打卡！”“85后带着15后一起来学习！”近日，重大革命题材电视剧《伟大的长征》播到遵义会议篇章，众多年轻观众守在屏幕前准时“参会”，弹幕刷屏满是敬意：“第一次看电视剧，专门拿本子记笔记。”“从来没有一次这么期待看开会。”“遵义会议这几集我重复看了不下十遍。”“我哭了一场又一场。”

《伟大的长征》之所以刷屏全网，是因为它把课本里一段文字记载的历史变得“鲜活”，让大家看见长征是先辈在缺衣少食、四面围困的绝境里拼着性命走出来的远征，让时隔90余年、活在当下的年轻人隔着屏幕看见，当年一群年轻人为信仰义无反顾地投身革命。一场跨越时空的对话，就这样在荧屏内外发生。





减重成剧组“普遍课题” 有人为拍戏瘦50斤

如果说主创重走长征路让剧本扎根史实，演员则是用表演把鲜活的人物带到观众面前。

来自江苏南京、在黑龙江大学读研的李缘亦看过《觉醒年代》，听说《伟大的长征》由《觉醒年代》原班人马打造，她就对这部剧充满期待，但也对于和伟能否演好毛主席有些担心。直到《伟大的长征》正式播出后，李缘亦服气了。“拿遵义会议那段长达六分多钟的独白来说，他不是生硬地背台词，而是真正走进人物的内心。讲到前四次反围剿胜利时的眼神激昂；说到第五次反围剿失败、无数年轻战士牺牲，声音跟着哽咽。那股气吞山河的劲儿，简直就是从历史书里走出来的。”

导演张永新说，剧组工作群的名字就叫“超越《觉醒年代》”。开拍前，他给所有演员看长征时期留存的老照片，照片里的战士个个瘦得嶙峋。从那之后，减重成了剧组演员共同的功课。于和伟在播出前的看片会上说：“我瘦了15斤不算什么，剧组还有人瘦了50斤。”

让张永新骄傲的是，剧组主创没有停留在模仿外形，而是研读史料、还原一个个有血有肉的伟人。

反复推敲还原场景 “真实得让人忍不住落泪”

“这个月我的眼泪都不够用了。”“真实得让人忍不住落泪。”这是年轻观众提起《伟大的长征》时说得最多的感受。“看到毛主席蹲在瑞金红军烈士纪念塔旁，给草鞋不合脚的儿童团员系鞋带，我突然觉得伟人离我们并不远。”黑龙江大学2025级研究生江峰老家在江西吉安，从小听红色故事长大的他，从第一集就开始追这部剧。在他眼里，这部剧不管是妆造、布景，还是演员的表演，都能让人共情。

截至22日16时，《伟大的长征》累计有效播放量已超1.19亿次，全网相关内容累计曝光达4.77亿次。遵义会议篇章播出当天，有效观看人次达1207.1万，不少年轻人都被这个片段打动之后，再静下心追整部剧。

黑龙江东方学院学生古佳佳就是“隔空参会”的一员。当毛主席拿出一个小本子、哽咽着念着历次战斗兵力、战况，说出“1934年4月广昌战役，历时18天，红军共计伤亡五千零九十三人”时，古佳佳的眼泪一下子就流出来了。“作为文科生，课本上早就学过这段历史，也清楚遵义会议有多重要。可看到这里我才真切感受到，这条路红军走得有多难、当年的抉择有多沉重。”

让年轻人动容的这份真实，源自主创团队的“精益求精”：历史上遵义会议开了3天，剧组拍摄这场关键戏份用了7天。在演员第一遍走戏后，脾气一向不错的导演张永新发了火，全剧组停工一天专门研讨剧本。一句台词、一个神态、一处细节，主创们都反复推敲、争得面红耳赤。为了还原历史现场，剧组在横店1∶1复刻遵义会议会址，大到院落格局，小到墙上标语、军装补丁，就连院子里的28株建筑、28棵树，都对照史料原样复原。

而这只是5年创作中的一个“缩影”：为还原长征原貌，主创团队先后3次重走长征路，翻阅沿线博物馆史料，梳理考证3000余万字资料；剧本前后改了六稿，最终形成70多万字文稿；全剧拍摄历时457天，6次跨区域大转场，复原700多处长征实景，动用30多万件道具，4万多名群演参与拍摄……这份扎实的创作，让这部影视作品有了直抵人心的力量。

掀起全民追剧热潮 读懂青春最动人的模样

《伟大的长征》播出后，掀起了一股全民追剧热潮：70后观众王宇感慨：“小时候常听大人说：‘学习苦不苦，想想长征两万五’，这部剧才让我懂得什么叫‘苦’。”80后观众杨洋表示：“这部剧让我们看见，我们的党、我们的红军，在遭遇重创、血流成河的时候，依旧没有停下脚步。想想我们遇到的那些难处，和当年的红军比起来，又算得了什么。”00后甚至更小的孩子也积极追更、认真记笔记……

当年长征路上，普通红军战士平均年龄不到20岁，师团指挥员平均年龄不足25岁，中央政治局委员平均年龄也才34.2岁。正是这样一群年轻人，扛起挽救革命、挽救民族的重担。湘江战役中，红一军团二师五团政委易荡平血战到底，重伤后宁肯自尽也绝不拖累战友，年仅26岁的他得知主力顺利渡江时掷句“大功告成，死而无憾”，尽显革命者的从容；红三十四师师长陈树湘被俘之后断肠明志，29岁的生命兑现了“为苏维埃新中国流尽最后一滴血”的誓言……

九十余年风雨流转，长征精神始终是照亮一代代青年人前行的精神火炬。随着剧情持续推进，四渡赤水、突破敌军包围圈等经典场面，将带领观众在跌宕壮阔的长征征程中，继续读懂信仰的力量、青春的担当，让红色薪火代代相传、生生不息。

图片来源于剧组官微及网络