



她带动千人投身公益

文/罗志勇

在郴州，有这样一位活雷锋，把做好事当成了自己的快乐，当作一份社会责任。在她的组织带动下，每年都有1000多人自愿参与公益活动。她就是郴州市义工联副会长、湖南省优秀志愿者、郴州市十佳义工尹春梅。

慰问燃起她的公益心

生活中的尹春梅一直是个热心肠的人。下岗后，她于2009年加入了郴州义工联，从此就没闲过。2011年春节，尹春梅发起主题为“关心特困家庭，关爱留守儿童”的“暖冬活动”，有近千人在这场活动中感受到温暖。走访慰问，爱心帮扶，燃起了她的公益心。

今年2月3日，尹春梅带着节日礼品看望北湖区五里堆社区的独居老人王香姣，令在场的人感动不已。笔者采访时，她正忙着帮老人料理日常生活。尹春梅亲切地叫王香姣“大姐”，两人一坐下来就亲热地聊开了。

“小梅是个热心人，她对我可好啦，比自己的亲人还要亲，我们就像一家人一样。”去年，王香姣通过街道民政办干部认识了义工尹春梅，在她困难和孤独时得到了义工们的帮助。

几年前，王香姣的独生女儿因病去世，留下一笔抚恤金给老人。老人在填受益人的时候却不小心写错了名字，这下可把她急坏了。尹春梅知道这事后，

主动找上门，帮她写报告、打电话、走银行、找单位，四处奔波，想尽各种办法帮王香姣办理此事，没少花时间和精力。王香姣回忆说：“我年纪大了不知道走哪个程序，也不会写，不知道认字。所以，搭帮她陪我一起跑单位，才知道怎么做，真是太感动了。”

王香姣手上的一本存折里有3万元钱，由于存折上的名字不是她本人，连找了好几个部门，但按银行的规定，这笔钱无法取出来。尹春梅得知王香姣的老伴已过世，现在还带着未成年的外孙女，生活困难，便尽自己所能帮帮她。也正是因为走动得多了，她和王香姣日益亲密起来。

周围人纷纷为尹春梅的善举点赞，一位张姓居民说：“虽然尹春梅与这位老人非亲非故，但是她这么热心肠地帮助老人，确实让我们很钦佩。”

爱心让她们结缘

在曾经帮助过的这么多人中，尹春梅印象最深刻的是一位住在棚户区的贫困老人。

今年春节前，尹春梅心里惦记着92岁的老人高金莲。尹春梅带着生活用品，来到北湖区下湄桥街道一居民小区看望老人。高金莲带着五十多岁的儿子生活在这简陋的小屋子里，每月仅靠着低保生活。尹春梅来看望她，是老人生活中最开心的事。高金莲高兴地说：“家里很温暖，米、油、面条，什么东西都有，端午、中秋节的时候，她也买了好多东西来看我。”

每次尹春梅跟高金莲说要去看望时，老人就总是早早在门口等着。老远一看到尹春梅，老人沧桑的脸上就会露出笑容。为此，尹春梅不管多么忙，都会抽时间去看看这位老人。而每当尹春梅觉得自己很疲惫时，她也都会把这位老人的照片拿来看看，提醒自己还有许多人需要关爱、需要帮忙。

扶贫帮困乐助人

近年来，市义工联经常开展敬老爱老活动，义工志愿者们纷纷向尹春梅学习，活跃在福

城老年公寓等市城区的敬老院。2月7日，尹春梅和义工联的志愿者们来到市城区裕后街，看望了94岁的谢柏仙老人、90岁的邓美春老人。每次过来，尹春梅和义工们都会陪老人说说话，帮老人做些简单的家务活。时间久了，尹春梅和两位老人建立起了深厚的感情，两位老人也把她当作亲人看待。

有一位家住下湄桥社区的居民阿燕（化名），家中有两人生活不能自理。为了更好地照顾家人，阿燕辞掉了工作。可是，屋漏偏逢连夜雨，不久前她的丈夫患病去世，悲伤过度的阿燕濒临崩溃，甚至产生了轻生的念头。为了缓解这个家庭的心理压力、经济压力，尹春梅组织对口帮扶慰问，经常组织志愿者去慰问开解她，教一些生活技能让阿燕能自食其力，并带去生活必需品。

在尹春梅的带动和影响下，“敬老爱老”、“扶贫帮困”公益爱心接力棒在市义工联中不断传递。

爱心传递感动人

在尹春梅的影响下，她的丈夫和儿子也主动加入了市义工联。现在，家人都很支持她的工作，一家三口经常一起出去做好事。尹春梅的丈夫李晴是一

位摄影爱好者，他说：“我就帮他们照相，主要是提供一些影像资料，只要她做得开心就好。”

现在，尹春梅在市义工联主要负责“敬老爱老”组以及应急处置等方面的工作。她每年都会积极策划一些大型公益活动，还经常带领大家开展无偿献血、捐资助学等活动。“爱心传递，真情筑和谐”是尹春梅经常讲的一句话。

在平凡的岗位上，尹春梅默默书写着一件件扶弱助残、捐资帮困的感人事迹，身边的人都亲切地叫她“梅子”。尹春梅说：“看到人家感动的、幸福的表情，就认为这个事一定要持续下去。希望能得到大家的理解和支持，让更多的人来参与我们的义工活动。”

聚沙成塔、垒石成峰，善举不分大小，做好事也不分大小。对于我们来说，在日常生活中偶尔做一件善事、做一件好事，其实不太难。不过，要带领大家做好事，一直坚持做好事，这对于一般人来说就有些困难了。雷锋精神贵在传承，对做好人好事的传承与保持，在尹春梅的身上表现得一览无余，而她的身体力行，同样感染着身边的人。

他从广东跑回家，30余名跑友湘潭陪跑



文/陈旭东

益阳市安化县农民邓良华是一名马拉松运动爱好者。正月初二，他以跑步的方式从广东潮州潮安区出发，历经1200余公里，跨越广东、江西、湖南三省，于2月13日下午，在湘潭马拉松运动爱好者的陪跑下抵达了湘潭。

预计，邓良华将在2月18日跑回家乡——益阳市安化县马路镇。

在国道上奔跑，一路陪伴自己的老乡提供手机导航和后勤服务。“由于路况很好，我每天都能按计划跑完70公里。沿途一些城市的跑友知道后，还特意在路边迎接我，陪我跑上一程，并提供一些食宿便利，让我收获满满的感动。”

邓良华回忆，2月6日下午，他跑到了江西省赣州市会昌县，突然遇上大雨，身上被浇得透湿，沿路许多店铺都没开门，又冷又饿的邓良华没有放弃，他觉得，这场大雨是老天爷考验自己的时候，于是咬着牙，饿着肚子跑了50公里才找到一家饭店。

“沿路奔跑，感觉自己跑过的都是风景。我经常一边奔跑，一边拿出手机拍照，一路下来，我手机里多了上千张照片。”邓良华兴奋地告诉我们，他每到一个地方，都要拍一些有特色的景点，在休息时候，再忙也要写上几百字的沿途日记。“总的说来，我还算很顺利，比预定的26天要快，大概21天就能跑回家。”

跑友陪伴

2月13日16时许，邓良华在株洲市万丰湖公园与前来迎接的30余名湘潭跑友会合，沿着天易大道、芙蓉大桥跑向市区，最终在19时30分抵达莲城步行街附近。当天，邓良华跑步的距离是73公里。

“邓良华的顽强精神很让人感动，我们听说他要经过湘潭，就自发组织了三十多位马拉松运动爱好者前去陪跑。”一名陪跑的跑友说。

“我完全没想到，毛主席家乡有这么美的风景，跑友这么热情，沿路阳光温暖，城市道路宽阔平整，还有庞大的跑友团来陪我奔跑，不仅免费为我提供了餐饮食宿，还规划好了第二天去长沙的线路。”邓良华感动地说。

2月14日上午，经过一夜休整的邓良华再次踏上路途，在湘潭跑友的护送下经过体育中心、沿江风光带、三大桥、九华大道离开湘潭市，奔向下一站——长沙市。

跑步回家

邓良华今年45岁，看上去比较清瘦，但精神十足。24年前，他来到广东潮州一家印刷厂打工。2007年，他开始尝试健身跑步。

2015年1月，他首次参加了厦门国际马拉松赛，并以3小时11分跑完42.195公里的全部赛程。从那以后，他对长距离的马拉松运动越发痴迷，两

年多下来，完成了15场马拉松比赛。“后来，我萌发了跑步回家的想法。算一下，全程距离大约1500公里，这对我来说已经是在挑战极限了。”

今年1月初，邓良华想回益阳安化看望母亲，他决定春节期间启程。“潮汕农民跑团”的跑友们获悉此事后，很热心地帮他查地图规划路线。按照计划，1500公里的路程，他每天

要跑70公里，26天才能跑回家。

“有一个老乡知道后，也放弃了坐车回家，特意骑单车陪我同行，我换洗的衣服和干粮都是由他管理。”邓良华告诉我们。

收获感动

1月29日早上8时整，邓良华从潮州市潮安区踏上了漫长的回家路。邓良华说，他基本