



白血病少年急需相匹配的血小板及治疗费用 志愿者联合接力挽救少年 用实际行动诠释“你的‘微心愿’我来圆”

封闭小区居民想找心理老师减压 辽阳 20名志愿者来了



受访者供图

1.疫情期间，紧张、焦虑和无奈考验着每一个人。为此，沈阳浑南区的多个社区发布了“微心愿”，征集心理咨询方面志愿者为大家调节心理状态。

2.疫情期间，葫芦岛市全体学生都在线上学习。有些小学生注意力保持的时间较短，自我管理的能力也还在形成阶段，因此部分家长对孩子网课的学习效果有些担忧，发布“微心愿”希望得到一些心理辅导方面的建议。

3.抚顺市新宾满族自治县一名4岁女童与母亲相依为命，母亲又经历了开颅手术，家里非常困难，连幼儿园都上不了，发出“微心愿”：希望得到救助。

4.辽阳市文圣区的一些家长发布“微心愿”，希望找一位心理专家，给孩子们疏导一下疫情在家时的波动心理。

5.辽阳市宏伟区龙翔社区的居民受疫情影响，心理有些焦虑和恐慌，发布“微心愿”：希望有心理老师帮助他们排解心理上的焦虑。

志愿者利用音乐绘画 帮福利院员工心理减压 阜新



受访者供图

1.辽宁蔚蓝心理咨询有限公司认领“微心愿”，加入“浑南志愿心理师”队伍，利用心理学专业技术，通过转变认识、认识情绪、观察自我等方式帮助参与者摆脱疫情期间的心理困境，共计在线开展了8场主题沙龙活动，心理疏导40余次，累计服务450余人。

2.葫芦岛市第二实验小学心理助力团的13位教师志愿者均是取得心理咨询师职业资格的教师，她们认领了家长的“微心愿”，提供学习方法和指导，解决了疫情期间家长和孩子间的实际问题。

3.抚顺新宾永陵派出所和雷锋志愿服务队得知消息认领“微心愿”，为家庭困难的4岁女童捐款，登门看望，帮助母女俩。派出所所长为女童准备早餐、驾车送女童上学、为女童交校车费等等。

4.辽阳文圣区妇联认领了家长们的“微心愿”，找到心理专家通过线上腾讯视频会议的课堂方式，帮助500名家长和学生进行心理辅导。

5.辽阳市宏伟区应急救援队认领了龙翔社区居民的“微心愿”，第一时间找来专业的心理老师，成立了宏伟区应急救援队心理援助组，有20名心理老师加入到了这支心理志愿服务队中，义务帮助居民。

当志愿者找到相匹配的血小板时，全家人从崩溃的边缘又重拾了生活的信心……
当好心的叔叔、阿姨送来捐款时，父母又看到了孩子活下去的希望……
当全班同学为他送上祝福时，他说等病好了就回到校园同大家一起学习……
他是鞍山市一所小学的4年级学生，他叫小豪（化名），因为患上了白血病，体内严重缺少血小板导致生命垂危。

源。曹建军表示：“当我得知孩子的情况后，我马上同一些自愿献血的志愿者取得了联系，把孩子的情况告诉了他们，希望他们赶紧帮着找血型相同的血小板。可大家找了好多人却没有同孩子相匹配的血小板，情急之下，我找到了鞍山红十字会血站。果然，功夫不负有心人，血站有其相匹配的血小板，这下大家才放心下来，因为孩子有救了。”

在鞍山红十字会血站终于寻找到相匹配的血小板后，第一时间就输送到孩子体内，孩子的病情迅速得到了控制，而且还有好转的迹象。

小豪的病情不仅牵动着叔叔、阿姨的心，他的同学同样牵挂着他的病情。同学们在卡片中写下了许多的祝福语：祝你早日康复、加油，不要放弃；我的心永远跟你连在一起，期待着你早日回到校园；我要给你捐款，希望你快点好起来；希望你早日战胜病魔，我们都在等你回来……

看着这些暖心的卡片，小豪早已热泪盈眶，“谢谢同学们对我的关心，我一定不辜负大家对我的关爱，我会好起来的，我一定会返回学校，同往常一样跟你们一起学习，同学们，你们一定要等我回去呀”。

孩子的父亲给朱宏妍、曹建军、魏金凤、鞍山红十字会血站、童梦同圆公益协会等好心人送去了锦旗，以表达对这些人的感激之情。小豪的父亲动情地表示：“正是这些志愿者的付出和帮助，让我们又重拾了生活的勇气，最重要的是，孩子也看到了光明。孩子说，等他病好后一定要报答这些好心人，感谢这些好心的叔叔、阿姨。”

为了能让小豪早日康复，家人准备带孩子到天津做进一步的治疗。

曹建军二话没说，立刻开始积极帮孩子寻找血人。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 贾琼

带头捐款捐物，亲自到社区当“大白” 沈阳 霍刚：“疫情防控没有旁观者！”



霍刚（右二）赴社区一线捐赠防疫物资。 受访者供图

以“义”战疫 带头捐款捐物

“越是特殊时期，越要扛起特殊责任、拿出特殊担当。”本轮疫情发生之初，霍刚第一时间带头捐款3万元，开始筹备防疫物资送往社区一线，并以一名普通志愿者的身份来到杏林、天光等社区参与疫情防控。与同事们一起收集物资、装车、卸货、配送、联络，“一条龙服务”，每一个环节都付出巨大努力，一切只为社区工作人员尽早拿到生活物资，为沈阳战胜疫情尽心尽力。

宗老师介绍：“这次活动首先通过心理学方法，让职工了解自己的情绪状态，关注心理健康。之后，用音乐绘画的方法帮助职工释放压抑在心里的各种负面情绪。”

职工们隔空向心理咨询师倾述了心声，用图画的形式，表达了压抑的情绪。最后，心理咨询师用音乐治疗的方法，引导职工释放压力，将压力转化为动力，职工的脸上也露出了久违的笑容。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 崔晋涛

当向日葵心理志愿服务队得知这个情况后，为了稳定职工情绪，释放压力，守护院里的孩子健康，近日为他们开展了主题为“放松心情、抗击疫情，做孩子守护神”的心理减压活动。

看到一线防疫人员艰苦的工作条件，霍刚心有所感。他立即带领部分队员赴铁西区爱工街道社区捐赠了总价4000元的防疫物资，将口罩、食品、矿泉水送到了社区防疫一线。霍刚动员广大民营企业践行“义利兼顾、以义为先”，紧急捐款捐物40余万元，分批次将防疫物资及食品送达。

据悉，疫情期间霍刚所在的沈阳河区阳光事业部会共计捐赠N95口罩共63800只、一次性医用口罩共73000只、一次性医用手套共20000双、面罩共20000个、方便面共520箱、牛奶共280箱、矿泉水430箱、自热小火锅500盒、盒饭2000份。

辽沈晚报、辽宁文明网见习记者 高品一

缓解老年人心理焦虑 盘锦 从教用智能手机开始



辽沈晚报、辽宁文明网记者 徐刚 摄

“咱们大伙儿都出把力，一定要让媛媛和其他小朋友一样能上幼儿园，圆她这个‘微心愿’！”永陵派出所副所长金博表示。随后，他联系永陵满族幼儿园为媛媛办理入学。

4月16日，媛媛第一天上学，金博开着私家车接送，“因为平时工作比较忙，我就想以后媛媛上下学咋办。”金博联系了跑线客车，约定每天到媛媛家门口接送，志愿者们每月拿出300元公交车费。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 李毅

“打开微信下拉菜单，找辽事通健康码。”“行程码可以记录你出门到过的地方。”4月23日，盘锦市双台子区双盛街道盘锦“阳光”心理疏导志愿者服务队志愿者们开展了“智慧助老心理防疫”志愿服务活动。

若发现自己存在疫情防控方面出现恐惧、焦虑等负面情绪，先试着接纳自己的这种情绪，然后通过家人向“阳光”心理专家志愿者诉说，放松训练等方式进行排解。

“疫情防控下，在做好身体防疫的同时，也要做好老年人‘心理防疫’。”志愿者活动负责人李明说：“心理防疫讲座已经开展了10场，500多名老人受益，为进一步缓解疫情给老年人心理带来的影响，我们‘阳光’心理疏导志愿者团队的微心愿就是心理防疫讲座将一直进行下去，直到身边的老年人完全解除疫情带来心理阴影。”

活动中，志愿者们从智能手机的基本操作对微信行程码和辽事通健康码的查询和使用进行了一对一、手把手地辅导。志愿者们讲得非常仔细，老人们也学得很认真。“今天学到了很多，手机防疫的知识内容很实用，心理阴影也驱散了，不疑神疑鬼的了，希望以后这样的活动多多开展。”张红梅阿姨在学完之后高兴地说。

老人们学会使用智能手机后，志愿者服务队开始针对疫情防控中老年人容易出现的心理问题开展讲座，首先让老人们通过官方媒体了解准确的疫情信息，不传播和轻信来自非官方渠道的疫情信息，以免造成不必要的盲目乐观或恐慌心理。

若发现自己存在疫情防控方面出现恐惧、焦虑等负面情绪，先试着接纳自己的这种情绪，然后通过家人向“阳光”心理专家志愿者诉说，放松训练等方式进行排解。

“疫情防控下，在做好身体防疫的同时，也要做好老年人‘心理防疫’。”志愿者活动负责人李明说：“心理防疫讲座已经开展了10场，500多名老人受益，为进一步缓解疫情给老年人心理带来的影响，我们‘阳光’心理疏导志愿者团队的微心愿就是心理防疫讲座将一直进行下去，直到身边的老年人完全解除疫情带来心理阴影。”

辽沈晚报、辽宁文明网记者 徐刚

助力群众“微心愿”

这个团队一直在行动



葫芦岛市文明办供图

从帮助10名困难家庭学生实现“微心愿”，到实现古城敬老院老人们想看看书的心愿，再到开展“微心愿”助农活动，加入百万志愿者圆百万“微心愿”活动的建昌阳光爱心志愿团队，兵分多路，有序开展圆梦计划，帮助有需求的群众实现心愿。

“一位叫王宝利的叔叔认领了你的‘微心愿’，这是他亲自给你买的自行车。”“谢谢你叔叔！好漂亮的车子呀，以后我就可以骑着车子玩啦！”4月19日，建昌阳光爱心志愿团队的副团长翟兴利将一辆崭新的童车送到本街村邢思怡的家中，孩子看着梦想已久的礼物很是开心。

在这次“微心愿”活动中，有20位建昌市民和兵团内志愿者认领了10名家庭困难的学生发出的27张“心愿卡”，从彩笔、书包、词典等学习用品到球拍、行李箱、自行车等生活用品，翟兴利带领志愿者团队从认领到采购，再到一一派送，获得了学生和家长们的一致好评。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 金松

抚顺

女童想上幼儿园 民警圆她“微心愿”

由省精神文明办组织、辽沈晚报协办的百万志愿者圆百万“微心愿”活动开展以来，抚顺市新宾满族自治县永陵派出所雷锋志愿服务队积极响应。今年3月以来，志愿服务队在永陵派出所辖区内开展了助学圆梦活动。走访中，4岁女童媛媛（化名）的“微心愿”紧紧揪住了大家的心。

“孩子和母亲相依为命，而她的母亲做完大手术不久，家里经济紧张，孩子上幼儿园都成问题……”4月22日，永陵派出所民警夏铭说，媛媛看着别人家的小朋友都去上幼儿园，眼里充满羡慕。

“咱们大伙儿都出把力，一定要让媛媛和其他小朋友一样能上幼儿园，圆她这个‘微心愿’！”永陵派出所副所长金博表示。随后，他联系永陵满族幼儿园为媛媛办理入学。

4月16日，媛媛第一天上学，金博开着私家车接送，“因为平时工作比较忙，我就想以后媛媛上下学咋办。”金博联系了跑线客车，约定每天到媛媛家门口接送，志愿者们每月拿出300元公交车费。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 李毅

本溪

50年老党员“微心愿”达成 家中电线被重铺

本溪满族自治县碱厂堡村一组89岁的王广余是一名“在党50年”的老党员，如今患上了脑瘤，再加上孙女、孙女相继因遗传疾病年纪轻轻就去世，伤心哭泣，双目失明，生活不能自理。妻子汤玉芹86岁，也患有高血压和听力障碍。和老两口住在一起的儿子王永春，因小儿麻痹腿脚不利索没法工作。王永春说，他和父母现在住的房子已经50多年了，房子的用电线路从来没有更换过，“有好几家邻居都因为用电线路老化过火，我们担心家里也因此失火，一直希望能有机会把家里的用电线路规整更换一下，可是因为家里困难，没能如愿。”

由省精神文明办发起、辽沈晚报协办的百万志愿者圆百万“微心愿”活动开展后，本溪民心连心志愿服务队在征集“微心愿”时，王永春向志愿者表达了自己一家三口的想法，志愿者们当即表示要为“在党50年”的老党员王广余一家圆上这个“微心愿”。

23岁的青年志愿者马佳皓花费1万多元购买了电线电缆、开关、插座等电材，因为本人在沈阳，委托家乡的父亲把这些东西送到了本溪民心连心志愿服务队。

4月12日上午，服务队队长李飞龙和电工郭海峰等6名志愿者带着工具和材料赶到了王家。一直忙活到下午3时，王家的整个用电线路大翻新，彻底解决了安全隐患。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 金松