


 志愿者帮助200多名学生  
用九宫格画心路历程

锦州



陈爽老师带领志愿者团队录制心理微课。 访者供图


 辽沈晚报记者徐刚  
新时代好故事的好写手

顺序画上你们的心情,需要最真实的感受,“锦州‘暖阳’心理防疫团队负责人陈爽,国家二级心理咨询师,锦州市第三批基础学术学科带头人告诉记者,“通过九宫格绘画确实发现了一些孩子心理上的阴影。”

“疫情再次来袭,打乱了平静的校园生活,给同学们也带来恐慌,居家学习见不到同学怎么办?老师,我的妈妈总唠叨让我学习,我快崩溃了。”听到学生们的心声,陈爽老师立刻带领“暖阳”心理防疫志愿者团队10名志愿者录制心理微课“给心情画个画”,通过线上微课的形式让更多孩子表达自己的心情,学会与父母进行沟通。

“通过给心情画个画系列心理防疫讲座,同学们的心情开朗了,坚定了战胜疫情的决心。”陈爽老师表示:“团队的心理防疫专家还给家长和家长都在认真观看“暖阳”心理防疫讲座,专家们献计献策、科学指导,为学校师生和家长筑起了抗疫的心理防线。”

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”活动启动后,锦州“暖阳”心理防疫志愿者团队积极参与认领“微心愿”,帮助学生和家长一起走出疫情的阴霾成了他们最大的“微心愿”。

“同学们,请你们在九宫格里按  
辽沈晚报、辽宁文明网记者 徐刚

 两名小朋友希望获得课外书  
志愿者安排 孩子笑了

抚顺


 辽沈晚报记者李毅  
致力于消费维权的热心小李


小朋友从志愿者手中接过课外书。 抚顺文明办供图

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,抚顺市清原满族自治县土口子乡本着征集“微心愿”主要体现实用性、时效性、微小性的原则,依托全县11个新时代文明实践所站,广泛征集辖区群众的“微心愿”,动员辖区志愿者和志愿服务组织,采取一对一、多对一、一对多等多种方式,积极认领实现群众“微心愿”。

通过前期摸排征集、梳理审核、发布认领阶段,征集到2名儿童渴望课外图书的“微心愿”,这个“微心愿”最终由乡新时代文明实践所的2名志愿者认领。4月23日是世界读书日,志愿者们为这两名儿童赠送课外图书23本,帮助他们实现一个小小的心愿,满足他们在学习中多读好书的愿望。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 李毅

 第第一书记展身手 助力村民“微心愿”  
他上门为患者进行康复治疗

葫芦岛

他是葫芦岛市黄土坎村的驻村第一书记,派驻前是辽宁省金秋医院康复科的康复师,得知有位村民脑出血术后需要康复治疗,他马上认领“微心愿”……

两个半月前,葫芦岛市南票区黄土坎乡黄土坎村的一位村民突然脑干出血,虽然经过一系列抢救后脱离了生命危险,可是脑干出血带来的后遗症让患者的家属们备受困扰,后续康复疗程让家庭陷入困境。正当患者的姐姐对此发愁时,她得知省精神文明办发起、辽沈晚报协办的百万志愿者圆百万“微心愿”活动,她立刻通过新时代文明实践站发布了帮助弟弟恢复健康的“微心愿”。

清明防火期间,当地驻村第一书记崔巍然在进行防火任务时了解到了患者的相关情况,立即认领了此项“微心愿”并第一时间联系患者家属,表示自己可以帮助患者进行康复治疗。原来,崔书记在派驻前是辽宁省金秋医院康复科的康复师,正好了解脑出血后的康复流程,他向患者家属进行了康复治疗的普及,为他们讲解了如何能更好地帮助患者恢复健康,每隔两三天,崔书记还会专门来到患者家,为他进行康复治疗。

崔巍然在休息时间还经常开展爱心讲座,讲座主要针对农民群体,内容多是如何缓解因常年劳作而易患腰肌劳损、颈背肌筋膜炎等病症,为了确保大家都能听得懂、学得会,崔巍然经常手把手授课,他的讲座内容不仅生动有趣,又缓解了农民眼下的实际需求,获得广大群众一致好评。

辽沈晚报、辽宁文明网见习记者 赵金石



葫芦岛市文明办供图

 600吨生姜困窖中  
村民发出求助“微心愿”

朝阳



辽沈晚报记者崔晋涛



地窖中滞销的生姜。 访者供图

“去年年末收了将近600吨生姜,因为疫情运不出去,眼看着要烂在窖里,我们着急啊。”4月25日,朝阳市龙城区大平房镇东街村书记刁玉宏代表村民发出了“微心愿”,希望有能力的人能够帮助村民。

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,得到朝阳市各方的响应。日前,记者通过朝阳市龙城区就业局了解到,该区有香菇、生姜以及大樱桃等作物滞销。龙城区就业局副局长刘家辉收到村民的“微心愿”后,告知记者。

“每天窖里的生姜都在烂,我们看着既着急又心疼。”刁玉宏向记者介绍,原本生姜挖出来便可以出售,但是去年年底因为运输和雨水比较大的原因,刚挖出来的生姜没得到充分的晾晒就被存放在了地窖中,结果保存时间打了折扣,目前急于出售。

记者看到这些生姜包裹着一层泥土,村民来不及处理,连土带姜一同出售。“这样的泥姜4元一公斤,就想尽快卖掉,要不然损失太大了。”村民介绍。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 崔晋涛

此外,龙城区还有24吨香菇(8元/公斤)、10吨滑子蘑(10元/公斤)以及10吨大樱桃(60元/公斤)滞销,有需要的爱心人士可以致电咨询。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 崔晋涛

## 欢迎爱心人士、爱心企业、志愿者团队加盟 一起助力“微心愿”



点点微光,聚能成炬!因而,百万志愿者圆百万“微心愿”活动,呼唤更多的助力元素加入,从而聚合出更大的力量,脚踏实地的圆成百万量级的微小梦想。

我们真挚地欢迎来自全省四面八方的爱心人士、爱心企业、志愿者团队以及中小学与高校、踊跃加入:

如果您是乐于助人的爱心人士,在这里一定能认领到符合自己能力特点的求助愿望;如果您代表着一家具有强烈社会责任感的爱心企业,在这里一定能实现更宽广厚重的使命担当;如果您本身就是一家志愿者机构,在这里一定能进一步升华您的公益理想;如果您是不同年级的莘莘学子,在这里也一定能找到更精准的帮扶方向。

欢迎您加盟助力,共圆百万“微心愿”。

“微心愿”活动加盟热线:  
024-22699110

 志愿者为孩子送去体育用品  
“可把他们乐坏了”

本溪

鞍山

 南沙河生态环境遭破坏  
志愿者轮流看管


孩子们高兴地和志愿者围着堆放礼物的桌子边唱边舞。 访者供图


 辽沈晚报记者金松  
正能量故事的挖掘专家

好人“光”的“微心愿”。成功完成后,他们又征集到了本溪阳光家园30多名孩子的“微心愿”。

本溪阳光家园是邢敏在2007年开办的,本来设计的是一家残疾人会馆,因为当年44岁的邢敏也是一名残疾人。可到了2009年演变成了智障人员的托养所,一个个孩子被送到这里。

邢敏说,3月初,王晶等志愿者到阳光家园活动的时候提到了“微心愿”活动的事,自己就把孩子们缺少体育用品的事说了,“他们每天也到室外活动,可是没有体育用品,只能在楼前的空地上‘放风’,不少孩子都表达过想要有体育用品的心愿。”

得知这一情况,王晶等决定圆这些孩子的“微心愿”。于是,志愿者们迅速行动起来,买来了羽毛球拍、乒乓球拍、毽子、跳绳、拔河的绳子等,还从网上订购了一张乒乓球桌。4月25日上午,王晶等30多名志愿者把这些体育用品和水果等送到了阳光家园的孩子面前。

这可把孩子们乐坏了,曾在中央电视台舞台上独唱的付淳带着大家唱起了欢快的歌曲,平均年龄在60岁以上的志愿者和孩子们围着桌子边唱边舞。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 金松

志愿者李兵告诉记者,地笼网是一种隐蔽性很强的捕鱼工具。数量众多的地笼网会导致上游漂浮下来水草、垃圾等杂物堆积堵塞河道,降低水流速度的同时会阻碍河道行洪排涝。

而后,志愿者划船到了其他水域,将河面上的垃圾进行清理。忙活一天后,志愿者共清理地笼网300多米,500多米的挂网7条,将100多斤的鱼类生物放回河里,回归自然。

市民对此纷纷叫好。李兵表示,他们也将安排志愿者轮流看管南沙河的水域,也希望大家一起来守护良好的生态环境。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 贾琼

 大一学生封闭在校园情绪波动  
家乡心理专家电话疏导

铁岭


 辽沈晚报记者隋冠卓  
说法专家, 帮办有法

“疫情以来学校就封闭了,这是她第一次离家这么长时间。我们也没啥文化不会说啥,孩子大了咋想的我们也不知道,一打电话刚说点担心的话就和我们吵,听说还和寝室同学也吵过,咱们‘微心愿’活动能不能帮帮忙啊?”在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”活动中,铁岭市银州区心理咨询志愿团队接到了这样的诉求。

求助的家长是铁岭市银州区的居民,孩子小鹤在外地上学,是一名大一学生,因为疫情一直封闭在校园里。

铁岭市银州区心理咨询志愿团队的傅老师立刻接单,与小鹤取得了联系。

“我也知道他们是为了我好,但是本来没事儿的,他们这一打电话就让我心绪烦乱,非常烦躁。”小鹤表示。

“你可以通过运动、深呼吸等方式来放松自己;二是当父母或家人在倾诉他们的焦虑和担心的时候,可以深深地吸气并且对自己说:‘这个焦虑不是我的,我相信我的家人和我自己,也相信我们的国家和医疗水平,我们的生活会很快恢复正常’;三是相信坏事背后有好事,可以做好规划,有效利用时间,在自己喜爱的方面提升自己的能力;四是和同学多交流倾诉自己的情绪,增进彼此的了解。可以通过看书、听音乐等方式让生活更丰富。”面对“电话烦恼”,傅老师为小鹤提出建议。

通过傅老师的心理疏导,小鹤有有效地应对了情绪问题,同时自己和同学在互相倾诉的时候,彼此更了解了,而且一起合作和学习的劲头更足了!

金妍 辽沈晚报、辽宁文明网记者 隋冠卓

辽沈晚报、辽宁文明网记者 贾琼

 应急保障车队需要帮手  
50名的哥加入

鞍山海城市的疫情依旧严峻,为了方便市民就医,缓解120救护车的运送压力,海城市交通运输局希望有车辆加入应急保障车辆。得知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”的活动后,海城市交通运输局发出了这样的“微心愿”:希望有更多的车辆加入。

海城市一些出租车司机得知这一情况后,表示愿意加入,50名的哥成为志愿者。

志愿者的哥高师傅昨日表示:“大家都是为了疫情防控,服务市民也是我们的义务,本身我们出租车就是服务市民的,疫情防控的关键时刻,城市需要我们,我们肯定义不容辞。我们将遵守相关的防疫规定,帮助那些有需要的人们。”

加入到应急保障车辆队伍后,海城市交通运输局将50台出租车分成五个小组,按照东、南、西、北、中五个方位来配置出车,确保就医市民能够在第一时间就得到服务。

有就医需要用车的市民群众可以拨打急救中心服务专线0412-3207777,海城市急救中心将根据用车人的具体情况进行车辆调配。

辽沈晚报、辽宁文明网记者 贾琼