



雷锋说过的这些话 至今依然闪闪发光

青春啊!永远是美好的,可是真正的青春,只属于这些永远力争上游的人,永远忘我劳动的人,永远谦虚的人。



天津市胸科医院急诊科“成救心生”服务队当生命需要时 愿你刚好伸出手

一场雪下白了天地,初春的寒意挡不住天津市胸科医院急诊科“成救心生”服务队传递温暖与希望的脚步。学雷锋纪念日当天,南开区体育中心街宁乐里社区,“学雷锋月”志愿服务活动正在进行,服务队成员护士刘冠宏正手把手纠正居民的按压姿势,“您听到这个提示音就对了,说明按的深度够了,现在您的频率还不够,还得快点。”这支深耕心肺复苏科普与急救推广的志愿服务队,日前荣获中宣部第十一批全国岗位学雷锋标兵称号,他们以专业为笔,以坚守为墨,在津城大地上书写着新时代雷锋精神的生动答卷。

“72.3%的心血管死亡发生在家庭,10%发生在社会公共场所,医院内的救治水平再先进,也赶不上生命流逝的速度。”这组来自国际医学期刊的扎心数字,成了“成救心生”服务队成立的初心。服务队发起人、医院急诊科主任李春浩介绍:“心脏骤停是人类健康的头号杀手,早在2013年,我们医院就在全国率先启动胸痛中心建设,摸索出规范的转运、救治‘天津模式’,患者从入院到开通血管,平均时间不到50分钟,远低于国际标准。可临床中我们见了太多遗憾——有人胸痛忍一忍,错过了最佳救治时机;有人突发心梗晕倒在路边,路人想救却不会救,眼睁睁耽误了黄金时间。”也正因为这些,服务队下定决心,把专业从医院延伸到社区,到群众身边,让更多人懂急救、会急救,关键时刻能伸手。

从2022年成立之初,服务队就锚定了“专业科普、全民急救”的方向,打破传统急救培训的专业壁垒,让上到八旬老人,下到学龄孩童,都能掌握急救知识。志愿队成员护士李思远说:“每次培训完都有不一样的感动。有次社区冬令营,一个一年级的小男孩听得特别认真,跟我保证‘阿姨我记住了!我劲儿小做不好,但我回去教爸爸妈妈,让他们学’;还有个七八年级的学生,学得又快又认真,实操动作特别标准,他还主动当起小助教,手把手指导身边的同伴;还有一位70岁的爷爷,住院时听了我们的宣讲,没成想回家后遇到老伴儿突发心梗,他跟着120的急救指

导做按压,硬是把老伴儿从鬼门关拉了回来。”“心梗猝死的黄金救治时间只有4分钟,开通血管的黄金时间也不过120分钟。”服务队成员、急诊科副主任医师李昭颖坦言,目前我国院外心脏骤停的抢救成功率不足1%,和新加坡的27%、日韩的20%相比,还有很大差距。为了追上这个差距,服务队动足了脑筋,他们牵头搭建的“新邻居”微信小程序已经上线,融合了国外成熟的培训模式,市民只需花15分钟,跟着视频就能完成急救基础学习;同时,紧跟医学指南更新,把原本2小时的线下心肺复苏培训,简化为重点培训胸外按压,40分钟就能让零基础市民掌握核心技能。李昭颖说:“我们给自己定了个小目标,新加坡的急救科普之路走了20年,我们想用5年时间,让全市15%的人群接受急救科普,5%的人群完成专业培训,推动院外心脏骤停抢救成功率提升至5%。”

如今,越来越多的天津人因这支服务队,实现了从“不敢救、不会救”到“敢伸手、有成效”的转变,生命奇迹正在悄然发生。去年12月份,经过“成救心生”培训的天津地铁调度员姬天顺在羽毛球馆打球时遭遇一位男士心脏骤停、倒地昏迷的情况,经过他长达12分钟的心肺复苏与人工呼吸后,成功将该男子从死亡线上拽了回来。他说:“我在按压时听到他同事说他生于1983年,跟我同岁,我当时就一个念头——必须给他按回来,他背后可有一大家子人啊!”

曾经,“救人会不会担法律责任”的顾虑,像一道坎,让很多人想救却不敢救。为了打消市民的后顾之忧,服务队主动联合律协和多家律所,深入研究民法典、刑法等相关法律法规,彻底打通了这一堵点——明确救人无需担责。同时组建专业法律志愿服务团队,为施救者提供无偿法律援助,让大家救人时更安心、更放心。

从医院诊室到社区广场,从线下培训到线上平台,“成救心生”送来急救知识,埋下雷锋精神的种子,让学会急救不是当英雄,而是当生命需要时,刚好你能伸出手。

文/摄 记者 李梅旭



第63个学雷锋纪念日 本报推出特别策划之三 先·锋

先·锋

他们没想过当雷锋 却活成了雷锋的样子 谢谢你们 让这座城市暖了这么多年



胸科医院急诊科“成救心生”服务队开展急救知识宣讲



东疆海事局“卫海锋舟”政务服务团队



快递小哥万海波

将乐于助人 的美好品质代代相传,用平凡坚守诠释雷锋精神

有人说:人生在世,吃好、穿好、玩好是最幸福的。我觉得人生在世,只有勤劳,发奋图强,用自己的双手创造财富,为人类的解放事业——共产主义贡献自己的一切,这才是幸福的。

我愿做高山岩石之松,不做湖岸河旁之柳。我愿在暴风雨中——艰苦的斗争中锻炼自己,不愿仍在平平静静的日子里度过自己的一生。

东疆海事局“卫海锋舟”政务服务团队 深夜窗口常亮灯 海事服务暖民心

深夜的天津东疆港区万籁俱寂,海事政务中心的一盏灯却始终亮着。一通紧急来电、一次加急审批、一场跨越昼夜的坚守,构成了东疆海事局“卫海锋舟”政务服务团队最平常的工作内容。近日,这支团队荣获第十一批全国岗位学雷锋标兵集体称号。这支扎根港口一线的海事队伍,没有惊天动地的壮举,却把雷锋精神落在每一次耐心解答、每一次加急办理、每一次为民解难里,用日复一日的坚守,在平凡岗位上擦亮了新时代学雷锋的鲜活名片。

船员有难处 窗口伸援手

2026年1月,一名普通船员来到东疆海事政务大厅,想办理船员适任证书。因为对政策流程不熟悉,材料准备得不够齐全,他心里又着急又为难。家里老人需要长期照料,孩子上学也有开支,能不能顺利拿到证书,直接关系到一家人的生活。

窗口工作人员艾亮没有简单退回材料,而是主动坐下来,一条一条帮他核对清单,耐心讲解要求。得知这名船员经济不宽裕,出门办事不容易,艾亮在合规前提下,主动帮他梳理材料,优化流程,最大限度压缩办理时间,全程帮办到底。当崭新的证书顺利送到船员手中时,这位常年在海上奔波的汉子十分感动,特意送来一封感谢信,字里行间都是真诚的谢意。

在采访中,东疆海事局政务中心主任李云斌说:“船员常年在海上奔波,办个证不容易,我们多搭把手,多费点心,他们就能少跑点路、少操点心。”他也常叮嘱团队成员:“不为不办找理由,只为办好想办法。”一句实在话,成了整个窗口的工作信条,没有豪言壮语,只有真心实意。

企业怕停航 他们抢速度

帮船员解难是日常,为企业护航是常态。对航运企业来说,船舶停一天就有一天的损失,最怕因为办证耽误船期。

2025年的一天,天津惠桥船务的3艘船舶急需办理所有权转移手续。按照传统流程,船舶必须停航等待,企业将面临不小的经营压力。了解到这一情况后,李云斌带着团队主动靠前服务,把“企业等审

批”变成“审批追着企业跑”,创新推出材料预审、容缺后补、并联办理的工作模式,能压缩的环节全部压缩。最终,原本需要较长时间办理的证件,仅用两天就全部办结,实现了船舶“不停航办证”,运营一天都没耽误。企业负责人感慨地说,海事窗口的速度,真正救了企业的急、稳了大家的心。

从帮船员排忧解难,到为企业抢时间、保生产,东疆海事局“卫海锋舟”政务服务团队的服务始终围着群众转、跟着需求走。而在这些看得见的故事背后,还有一份更辛苦的坚守,藏在无数个不眠的深夜里。

夜间不打烊 坚守显担当

在东疆海事政务窗口,没有“下班”这一说,更没有“节假日休息”。船舶进出口岸审批不分昼夜,不管是夜里1点、2点,还是后半夜的紧急申请,只要电话一响,工作人员立刻就位。

记者采访中了解到,团队实行7x24小时不间断值守,绝大多数业务不用船员、企业跑现场,线上受理、极速审批,紧急事项一小时内必办结。深夜的灯光,急促的电话,快速响应的审批单,成了这支队伍最鲜明的标签。面对国际航行船舶、重点物资船舶、邮轮母港船舶等重要保障任务,他们开通绿色通道,提前预审、全程护航,让船舶靠泊离港“零等待”。

李云斌说:“我们这个岗位,就是要守得住、扛得起,群众什么时候需要,我们就什么时候在岗。”别人休息的时候,他们在值守;万家灯火的时候,他们在坚守。没有惊天动地的成绩,却把每一件小事做到极致;没有轰轰烈烈的宣言,却把每一次服务做到群众心坎上。

从帮助困难船员的艾亮,到带头攻坚的李云斌,再到整个东疆海事局“卫海锋舟”政务服务团队,他们把雷锋精神化作日常行动,把为民初心落在岗位一线。没有高调的宣传,只有低调的坚守;没有空洞的口号,只有实在的行动。在天津建设世界一流港口的征程上,这群默默坚守的海事人,正以最朴素的方式,传承着永不褪色的雷锋精神。

记者 穆德旺 图片由受访者提供

44岁快递小哥 平凡岗位践初心 社区里的“贴心人”

万海波 44岁 天津通无阻商贸有限公司快递员

人物小传:九年坚守社区派送一线,日均工作14小时,实现快递派送零差错、零投诉,获评全国五一劳动奖章、全国劳模及全国岗位学雷锋标兵。他扎根基层、热心服务居民,主动帮扶老年及特殊群体,用平凡坚守诠释雷锋精神,是新时代新业态劳动者的优秀代表。

我说雷锋:我心中的雷锋精神,是照亮前行道路的指路明灯,希望大家都能主动学习和践行雷锋精神,将无私奉献、乐于助人的美好品质代代相传,让温暖与善意洒满生活的每一个角落。

3月3日中午1点,天津市红桥区三条石街道尚都家园社区内的中通快递网点一派忙碌。快递员万海波正俯身分拣包裹,扫码、分类、码放,动作麻利有序。刚整理好一摞快件,社区居民刘阿姨就匆匆走进站点,语气焦急:“小万,我网购了两单东西,可是只收到一个件,咋办呢?”

面对老人的困扰,万海波停下手中的活,耐心接过手机,一步步指导刘阿姨联系网购平台卖家,协助拍照上传货品照片与快递单号。几番沟通后,卖家当即同意补发商品,不到10分钟,刘阿姨的难题便迎刃而解,脸上露出了舒心的笑容。“多亏了小万,不然我真不知道该找谁帮忙。”刘阿姨连连道谢。

这是记者在采访现场看到的真实一幕。在随后一个小时的采访中,万海波又先后为两位社区居民解决了网购售后难题,全程面带微笑,语气温和。“现在很多老年人都会网购,但是遇到售后问题不知道怎么沟通,咱年轻,眼里的小问题,对他们来说就是大难题,能帮就帮一把。”万海波挠了挠头,语气憨厚朴实。

在尚都家园社区,几乎家家户都认识这位热心的快递小哥,居民亲切地称他“小万师傅”,年长的老人更是直接喊他“小万”,如同呼唤自家孩子一般亲切。今年44岁的万海波,出生于河北省邯郸市一个普通农民家庭,2017年来到天津,成为中通快递大胡同分部的一名快递员,负责尚都家园社区的快递派送工作。这个社区面积大、人口多,涵盖居民楼、商铺与酒店,派送任务繁重。

九年如一日,万海波每天清晨6点准时抵达分拣中心,忙碌到晚上9点多才结束工作,日均工作时长超过14小时。寒来暑往,他累计派送数十万件快递,实现零未达、零投诉、零差错,用坚守与负责守住

了快递服务的“最后一公里”。出色的工作表现,让他收获了沉甸甸的荣誉:2024年荣获全国五一劳动奖章,2025年被评为全国劳动模范,2026年又被中宣部命名为第十一批全国岗位学雷锋标兵。面对满柜的奖杯与证书,万海波没有豪言壮语,只是平淡地说:“我只是做了一名快递员应该做的事,咱得保证大家能早点收到东西。”在他看来,快递工作没有捷径,唯有专注细节、用心服务。卸车、录入、分拣、派送,每一个环节都不能马虎,生鲜、药品、冷冻食品优先派送,大件、超重包裹主动送货上门,早已成为他的工作习惯。

尚都家园社区的23栋居民楼,哪一户住着老人,哪一家有残障人士等特殊群体,万海波都记在心里;小区的最优派送路线、不同季节的快递量波动规律,他更是烂熟于心。“有几户老人,子女常寄吃的用的,我必须亲手交到老人手里才放心。”对于社区里坐轮椅的残疾居民,万海波不仅上门派送自己负责的快递,还主动帮忙捎带其他快递公司的包裹,用点滴行动温暖着特殊群体。

采访不知不觉接近尾声,万海波又投入到新一轮的分拣工作中。“下午要把商户和单位的快件提前挑出来,他们下班前拿不到快递会着急。”他告诉记者,服务中的误解与矛盾,往往出现在细节里,多站在客户的角度思考,就能赢得理解与认可。

说话间,万海波的手机再次响起,电话那头传来王姨的求助声:“小万,你大爷感冒了,我下不了楼,能帮我买盒感冒药送过来吗?”“王姨您别着急,我这就去买,送快递时给您带过去。”

代买药品、帮忙跑腿、解答疑问,这些早已超出了快递员的本职工作,却成为万海波的日常。额外的付出让他每天下班都比同事晚,但他从未有过怨言。“客户的需求就是头等大事,能帮上忙,心里就踏实。”

记者采访期间,万海波的电话不断响起,前来寻求帮助的居民接连不断,采访数次被打断。这断断续续的一小时,恰恰勾勒出这位快递小哥的初心与坚守:没有惊天动地的壮举,只有日复一日的坚守;没有耀眼夺目的言辞,只有全心全意的服务。作为新时代新业态劳动者,万海波以快递员为舟,以热心为桨,在平凡岗位上践行雷锋精神,用脚步丈量责任,用温暖传递真情,成为社区里最动人的“城市信使”。

文/摄 记者 姚华