

# 28年献血84次,从5人发展到4900余名在册志愿者,做公益不摆样子的董庆泓—— “我行善不图名利,总有一天大家会明白”



天津 2026

董庆泓 助人为乐道德模范

在北辰区的社区街巷、田间地头,总能看到一个穿红马甲的忙碌身影。他话不多、做事实,28年如一日扎在公益里,把一件件民生小事办到老百姓心坎上。他就是北辰区志愿服务协会副会长、北辰区好榜样服务中心党支部书记董庆泓。从自己一个人热血奉献,到带着数千名志愿者一起帮扶,再到守着社区食堂照顾老人吃饭,他用最朴素的行动,写下了普通人行善的温暖故事。

## 道德模范说道德



董庆泓在“雷锋蔬菜大棚”

道德不是挂在嘴边的大道理,而是做人凭良心,见人有难处不袖手旁观。做公益不为争荣誉、图名声,而是实打实帮老百姓解决问题。一个人力量有限,一群人才能走得更远,多帮一户是一户,多暖一人是一人。只要身体允许,这条公益路我就会一直走下去。  
——董庆泓



公益坚守路  
扫码观看



## 一句家常话 开启公益路

1997年,24岁的董庆泓正处在人生迷茫期,年轻力壮却整日无所事事。大姐看在眼里,语重心长地劝他:“年轻别混日子,要是真有担当,就去献血做件正经事。”就凭这句掏心窝的话,也带着一股子年轻人的不服输,董庆泓第一次走进献血屋,就献出了400毫升全血。

护士一句“你的血能挽救他人生命”,深深触动了他。“虽然不知道被我救的人是谁,但那一刻心里特别踏实,觉得这事太有意义了。”董庆泓说,这次献血让他第一次真切感受到,平凡人也能做救人的大事。

第二年,他拉着妻子来到采血车前,夫妻俩约定,每年都用无偿献血纪念相守。妻子的加入,更让他坚定了长期献血的念头。可常年献血并不是一帆风顺,两次因为脂肪肝,他献血时转氨酶超标没能献成。看着化验单,董庆泓没气馁,反倒跟自己较上了劲:“献血是救人的事,我得先把自己身体养好。”他立刻调整生活习惯,坚持清淡饮食,每天雷打不动地跑10公里,两个月硬是减重15公斤,身体达标后第一时间重返献血队伍。

28年来,他累计无偿献血84次,一摞摞无偿献血证,密密麻麻记着他的爱心轨迹。有一次血库告急,距离他上次献血刚刚过去18天,当时他正忙着家里装修,接到电话后二话不说放下手里的活,直奔献血点。自那以后,他的手机从不主动关机:“要是因为没接到电话耽误抢救生命,我良心上过不去。”

真正让他从“一个人做好事”,转向“带着一群人做公益”的,是人生恩师“雷锋迷”刘立勋。一次献完血后,董庆泓身子有些虚,同车的刘立勋老人看在眼里,主动起身给他让座,俩人一路聊起行善的初心。得知董庆泓常年献血,还总帮邻里解决难处,老人语重心长地说:“一个人行善是小善,带动一群人做好事,才是大善,能帮更多受苦受难的人,这才是真的学雷锋。”

这番话像一盏灯,一下子照亮了董庆泓的公益路。“刘老师的话,我一辈子都忘不了,原来公益不是一个人的孤军奋

战,带着大伙一起干,才能帮到更多人。”从那天起,他暗下决心,一定要组建一支公益队伍,让更多人加入行善的行列。

## 一间小客厅 聚起志愿心

建队伍的路,是从一间十几平方米的客厅开始的。没经费、没场地,董庆泓把自家客厅腾出来,两张旧桌子、一部固定电话,就成了团队最初的办公点。最难的是找人,他就利用下班、周末,走街串巷找街坊邻居,拿着手写的帮扶计划,一点点讲独居老人的孤单、困难孩子的不易。

一开始,许多人不理解,说他“瞎折腾”“不务正业”。董庆泓心里也委屈过,可一想到那些没人帮的人,就咬咬牙接着跑:“我不图名不图利,就想实实在在帮人,总有一天大家会明白。”

凭着这股韧劲,队伍慢慢壮大,从5名核心成员,到4900余名在册志愿者,成了北辰区最接地气的公益团队。他没定繁琐规矩,只跟大伙说透一句话:不做表面事,不搞花架子,服务一定要落到实处。如今,他带动2000多名志愿者加入无偿献血队伍,累计献血6万多毫升,团队也成了基层公益队伍中实打实的标杆。

## 百姓烦心事 件件办扎实

团队建起来后,董庆泓心里装的,全是街坊的一桩桩难事。他认准一个理:公益不是摆样子,老百姓有啥难处,就实打实帮啥。

“双减”政策落地,不少双职工、困难家庭的孩子课后没人看管,董庆泓看在眼里,当即牵头办起“博爱自习室”:“孩子是家庭的希望,咱们搭个免费的学习港湾,让家长放心、孩子安心。”他对接高校招大学生志愿者,从1个试点慢慢拓展到49个点位,不光辅导作业,还专门给性格内向的孩子做心理疏导,几年下来,近万名孩子受益。

看到高龄老人买菜舍不得,2013年他牵头建了“雷锋蔬菜大棚”,带着志愿者翻地育苗、凌晨采收,挨家挨户送新鲜菜。后来又在宁河建起新基地,半年就送出2000多公斤蔬菜。每年春节前,他还专门给北辰区50多户困难家庭配送,多年累计送出90吨蔬

菜,让老人在家门口就能吃上放心菜。

了解到腿脚不便的老人出门难,2020年他组建博爱车队,126名志愿者随叫随到,常年为300多名孤寡老人提供免费出行服务。2023年春节,他提前摸排19位独居老人的心愿,带着志愿者一对一陪护,陪老人逛鼓楼、品小吃、夜游海河,帮老人圆了多年的“出门梦”。

这些年,他心里装的全是街坊们的小事。天热了,他带着志愿者上门给老人理发;怕敬老院的饮水不达标,他四处对接资源,为115个点位装上净水设备,还定期上门维护;看着困难孩子求学难,就对接企业帮大学生找工作,一对一帮扶孩子送学费、送物资;作为急救救护讲师,他把急救知识讲得通俗易懂,走进社区校园办讲座,手把手教大家保命技能;闲下来,还带着红色收藏进校园,讲雷锋故事、办公益演出,把温暖一点点送到大家心里。

## 守好小食堂 暖好老人心

如今,董庆泓把更多精力放在了佳园东里社区食堂,这是他心里最惦记的一件事,专门解决老人吃饭难题。食堂菜价亲民,饭菜可口清淡,就为了让高龄、独居老人吃上热乎放心的三餐。

每天早上7点,他准时到食堂,从检查食材到打餐分饭,每个环节都亲自盯着。碰到经济条件不好的老人,他总是借着“食堂免费加餐”的由头,悄悄给老人添一份热菜。“老人节俭了一辈子,帮人得顾着脸面,让他们安心接受帮助,才是真帮到点子上。”

这个200多平方米的小食堂,慢慢成了志愿服务的小据点,董庆泓顺便带领志愿者上门理发、健康查体、陪老人聊天,让老人在家门口就享受到周全照顾。

28年风里来雨里去,董庆泓始终低调踏实、默默做事。从一句家常话开启公益路,到恩师点拨组建志愿队,从一桩桩民生小事的精准帮扶,到守着食堂温暖夕阳,他用普通人的实在善举,活出了道德模范的样子,也带动越来越多的人加入公益队伍,让爱心在北辰大地一直传递下去。

文/摄 记者 穆德旺