

我是文明市民 要为城市争光 我是燕赵儿女 要为河北争气

市文明办开展“我们的节日·清明”系列主题活动
文明祭扫寄哀思 “绿色”清明情亦浓

本报讯（记者祁洁）近日，市文明办在运河区光荣路社区新时代文明实践站开展清明节主题读书活动——《了凡四训》读书会。“辛未计偕，我嘉善同袍凡十人，惟丁敬字宾，年最少，极其谦虚……”帆船狮城服务中心工作人员带领沧州市第十三中学学生诵读《了凡四训》中的“谦德之效”篇。

诵读后，学生们纷纷分享阅读心得：“我们要谦虚谨慎、戒骄戒躁，积极乐观地面对生活”“我们要孝敬长辈、尊敬师长，遇到困难时多向他人请教”……

这是市文明办开展的“我们的节日·清明”系列主题活动之一。清明节期间，市文明办联合市农业农村局，向全市发布“移

风易俗过清明 文明祭扫树新风”倡议书，我市各地通过多种形式的活动传承中华优秀传统文化，缅怀革命先烈。

新华区开展“制手工花 树文明风 度绿色清明”活动。居民在手工老师的指导下，精心制作手工花，让浓浓的思念以花朵的形式在手中“绽放”。

献县总工会在献县烈士陵园开展“一束鲜花寄哀思 文明祭祀树新风”系列活动，引导广大干部群众以文明、环保的方式缅怀先烈和已故亲人。

海兴县多所幼儿园组织孩子们到县博物馆“红色记忆 旗帜飞扬”主题展厅参观，让孩子们深入了解家乡的革命历史。

市文明办专职副主任张超介绍，清明节不仅是祭奠逝者的节日，更是传承文化、弘扬美德的重要契机。希望每个人能从我做起、从点滴做起，用文明缅怀、关爱他人的实际行动，争做优秀传统文化的传承者、中华美德的践行者、告别陋习的先行者和文明风尚的引导者。

在沧州市新华区交通南大街的志愿沧州爱心服务站,志愿者们办起了“爱心粥屋”,3年多来已为8万余人次环卫工人、低保户、贫困残障人员提供免费早餐——

一碗爱心粥 温暖一座城

本报记者 祁洁 摄影报道

每天清晨五六点钟，当许多人还在睡梦中，几名志愿者却早已赶到位于市区交通南大街的志愿沧州爱心服务站，精心准备早餐。

志愿沧州爱心服务站被人们称为“爱心粥屋”，沧州市区共有两家。其中，位于交通南大街的“爱心粥屋”，由新华区大运河爱心志愿协会负责运行。3年多来，这个粥屋共为8万余人次环卫工人、低保户、贫困残障人员提供免费早餐，参与服务的志愿者达9000余人次。近日，记者走进这个“爱心粥屋”，带你一同感受发生在这里的暖心事。



▲“鸡蛋和馒头都熟了,马上开饭”

▼小志愿者来帮忙



爱心早餐暖胃又暖心



扫码看视频

绿豆、4.5公斤香油……

特设的“爱心专座”

“叔叔阿姨，你们给我买的衣服和鞋子都很合适，谢谢你们。”近日，琳琳（化名）让周淑云帮她录了这样一段视频，发给帮助她的一对热心夫妇。

琳琳今年9岁，父亲去世，母亲改嫁，和奶奶靠低保维持生活。近一年来，每天，琳琳都和奶奶来粥屋吃早饭。

由于每天早上来粥屋吃饭的有六七十人，有时候琳琳和奶奶来得稍微晚些，就没有座了。周淑云怕琳琳上学迟到，便和志愿者商量，为琳琳和奶奶设了两个“专座”。

环卫工人得知这一情况后，不仅没有反对，还纷纷提议：“以后琳琳和奶奶来粥屋吃饭别让她们排队了，孩子上学赶时间”“琳琳有需要帮助的地方告诉我们，我们能帮点儿是点儿”……几位环卫工人给琳琳买了新衣服、新鞋子，粥屋志愿者给琳琳和奶奶买了鸡蛋，还有一些社会爱心人士托周淑云为琳琳和奶奶送去生活用品……得知琳琳和奶奶的情况后，粥屋的志愿者和环卫工人纷纷帮助这祖孙俩。

前几天，琳琳来粥屋吃饭时跟周淑云说：“阿姨，我能帮您干些

什么？”周淑云笑着对琳琳说：“宝贝儿，你当前的主要任务是好好学习，长大后一定要像粥屋的叔叔阿姨们一样，热心帮助身边需要帮助的人。”

不肯透露姓名的鸡蛋捐赠者

“请问这个爱心服务站主要开展哪些服务？”2022年的一天，粥屋运行不久，一位老人走进粥屋向周淑云打听。

“这里免费为环卫工人、低保户和贫困残障人员提供早餐，每天来这儿熬粥、蒸馒头的也都是志愿者。”周淑云介绍完情况，老人接话茬：“我要为粥屋捐鸡蛋，明天我先让人送过来一部分，什么时候鸡蛋快没了，你给我打电话就行。”周淑云再三询问老人姓名，老人却不肯说。

短评

每当晨光划破天际，就是沧州“爱心粥屋”的闪光时刻。志愿者们微笑着为环卫工人盛上一碗碗热粥、递上一个个热乎乎的馒头和鸡蛋，这一幕如春风般温暖着大家，让“好人之城”沧州暖意融融。

一碗爱心粥，承载的是最质朴、最真挚的关怀。环卫工人为城市的整洁默默付出，志愿者们为他们盛饭时的一个微笑、一句问候，都是对他们辛勤付出的认可，更是对他们心理的慰藉。这种关怀，让生活在这座城市的环卫工人深切感受到温暖与爱。

一年后的一天早上，又有一位老人来到粥屋询问情况。“我就是为粥屋捐鸡蛋的人。”老人说，“这两年我一直在外地，粥屋的鸡蛋要是快没有了，你还跟我朋友联系就行。这次回沧州，我过来问问粥屋还有没有需要帮忙的地方。”周淑云再三询问老人的姓名，老人却说：“我的姓名就不透露了，我只是想为需要帮助的人尽一份爱心。”

3年多来，这位老人已为粥屋捐赠了3万多个鸡蛋。

“竞争上岗”的志愿者

4月7日5时45分，志愿者张华到粥屋门口时，粥屋的灯还没亮。“今天可算赶上‘第一名’了。”她高兴地默念道。

张华刚进屋不一会儿，志愿者安风云和王连宗也陆续到了。“明

天我再早来一会儿，争取能赶上‘第一名’，你俩别跟我抢啊！”安风云幽默地说。仁人说笑着，有的熬粥，有的热馒头，有的煮鸡蛋，各自忙碌起来。

为保证粥屋每天6时30分准时开餐，志愿者们“竞争上岗”。

安风云的婆婆需要人照顾，一到粥屋熬粥的日子，她挤时间也过去帮忙。“志愿者们熬粥、蒸馒头式赶落，我过来能帮点儿是点儿。”安风云说。

今年72岁的李广和是粥屋志愿者中岁数最大的。自粥屋运行以来，他只请过两天假，就这两天他还让老伴儿来“替班”。

孙延彬和爱人都是志愿者中的“夫妻档”，他们几乎一天没落。3年多来，粥屋共为8万余人次环卫工人、低保户、贫困残障人员提供免费早餐，参与服务的志愿者达9000人次。

“沧州‘好人之城’的美誉并不徒有虚名！”沧州志愿服务联合会会长、新华区大运河爱心志愿协会名誉会长王成东感慨，“粥屋虽然在运行中遇到过困难，但越来越多的爱心人士加入这个友爱的大家庭，将点滴爱心化作热乎乎的早餐，为‘好人之城’增添了别样温情。希望更多的人接过爱心接力棒，将‘爱心粥屋’承载的爱心传递下去，帮助更多需要帮助的人。”

小小粥屋成为“爱心中转站”

一碗爱心粥的背后，是无数志愿者的默默奉献。“环卫工人起早贪黑清扫街道不容易，我们起早为他们准备饭是应该的。”这是“爱心粥屋”志愿者们常挂在嘴边的话。志愿者们牺牲休息时间，每天起早为环卫工人准备早餐。这不仅是物质上的馈赠，更是心与心的交融。这份不求回报的付出，如同一束束微光，汇聚成了狮城最灿烂的晨曦。

每一份爱心都值得珍视，每一个善意的举动都值得弘扬。一碗爱心粥，已成为引领社会风尚的生

动“教材”。当受助者感受到来自社会的善意，内心的感激往往会转化成对他人、对社会的积极回馈。这种爱心传递形成良性循环，让越来越多的人认识到做公益并非遥不可及，每个人都可以从身边小事做起，为社会尽一己之力。

一碗爱心粥看似微不足道，却承载着浓浓善意；一群志愿者，人数虽有限，却感染和带动更多的人传递爱心接力棒。相信在社会界的共同努力下，这份爱心将持续传递，成为狮城文明最动人的注脚。

小祁

沧州市第十四中学学生与南开大学学生“一对一”通信——
“我找到了榜样”
本报记者 祁洁

“大姐姐，我的数学和物理成绩总是提不上去，心里非常着急，你能分享给我一些学习技巧吗”“大哥哥，我最近有些焦虑，你上初中的时候遇到过哪些困难，都是怎么克服的”……4月5日，南开大学的30名学生，陆续收到了来自沧州市第十四中学八年级学生的信件。信中表达的内容，有学习中的困惑，有生活中的迷茫，也有对未来的期许。

自今年3月起，沧州市第十四中学八年级的30名同学，每月都要与天津南开大学学生进行“一对一”通信，学生们将自己学习生活中的烦恼和困惑与南开大学的哥哥、姐姐进行交流。南开大学学生收到信后，会结合自己的成长经历与心得体会给学弟学妹回信，同时给他们相应的建议和指导。

据沧州市第十四中学校长、党委副书记靳志艳介绍，今年3月，在南开大学上学的一名十四中往届毕业生和她联系，说南开大学正在开展“南风信使”活动，南开学子与中小学生们通过“一对一”通信的形式，互相交流学习与生活的心得体会。这名学生作为活动的一名联络员，想回报母校，帮助学弟学妹们。于是，学校便与南开大学对接，开展了这项活动。

“一纸书信，虽然轻巧，却充满了力量。”靳志艳说，一封封承载真情的信件仿佛成了一条条心灵纽带，为大学生与中学生开辟了交流的平台。当学生在纸上写下小小的烦恼，或天马行空的幻想，他们渴望得到别人倾听和回应。南开学子收到信后，用温暖的文字鼓励学弟学妹，并给予他们精神上的陪伴、行动上的动力。

“通过与南开大学的学姐通信，我找到了学习的榜样。学姐鼓励我在面对挫折时不要轻易放弃。我要努力学习，像学姐一样考上理想的大学。”沧州市第十四中学八年级学生陈奕羽说。



信纸上字字情深

海兴县
“四季村晚”好戏开场

本报讯（记者祁洁 通讯员杨可新）近日，海兴县文化惠民进基层暨“四季村晚”示范演出活动在翟王文村精彩上演。

演出在活力四射的舞蹈中拉开序幕，激昂的鼓点和优美的舞姿博得现场观众的热烈掌声。随后，歌曲、京剧、旗袍秀等节目轮番登场，吸引了众多村民前来观看。

接下来，海兴县将持续开展文化惠民活动，把舞台搭在群众家门口，把更多优秀的文艺节目送到基层。



莫让不文明行为煞风景

当下正值踏青赏花的好时节。记者在市区一些公园、景区发现，大多数游客能够自觉遵守游览秩序、爱护环境卫生，但踩踏绿化带、乱折花枝、乱扔果皮纸屑等现象也时有发生。记者在此呼吁，每个人都应从身边小事做起，对不文明行为说“不”，呵护身边的美丽风景。

祁洁 摄