

“山东好人”张立博——

14年献血 165次

14年,28本献血证,无偿献血165次,献血量达到6.6万毫升!按照一个体重60公斤的人正常血液量约为4200-4800毫升计算,张立博的献血总量相当于14个人全身的血量。

张立博,1986年出生,鄄城县旧城镇西周楼村村民,从事快递业务已有6年,是顺丰速运(宁夏)有限公司银川中转直派大件营业点快递员。张立博14年来无偿献血165次,献血量达6.6万毫升,获“菏泽好人”、宁夏“最美快递员”等荣誉称号,并连年荣获“全国无偿献血奉献奖金奖”,今年6月份当选“山东好人”。

“在我看来,自己就是一个‘血液包裹’,只要有需要,我就会及时‘配送’。”三句话不离本行,张立博这样说。

据张立博讲,目前他只有前两次是献全血,此外每次都是献血小板。

“献血和献血小板有什么不同吗?”面对记者的提问,张立博用多年来掌握的献血知识,现场上了一堂科普课。

“两者都是献血,但献出的血制品成分

不一样。”张立博说,一般献血是把血直接抽出来,称为献全血,每次献血是400毫升左右,用时较短,一般十几分钟就可以完成;而献血小板是通过机器,在全血中分离出血小板,然后再把其他的血液成分输回献血者的体内,处理3500毫升血,才能筛选出400毫升的血小板,用时较长,一般需要90分钟左右。献血前3天还要禁食油腻、禁止用药、不能熬夜……

“第一次献血缘起于2009年在鄄城县参加过的一次无偿献血。市里的献血车来县上采血,我刚好出门遇见,就兴冲冲上去了。”虽是一次无意的尝试,但当了解到献血能救助生命时,张立博就认定了这条路。也正是在这第一次献血时,他当即就做了造血干细胞捐献登记入库。

2011年,为生活打拼的张立博来到银川。这些年,从建筑工人、公司内勤到快递员,工作几多变化,但他一直坚持无偿献血。在银川第一次献血是在贺兰县文化广场,那次他献了全血,并通过工作人员的介绍了解到有捐献血小板的项目。2012

年,他打听到能捐献血小板的银川市兴庆区上海东路的献血屋,自此开始每月献血一到两次,每年献血在15次左右。期间,在相关机构组织的献血志愿者和患者联谊会上,他见到了许多献血志愿者同志,也亲眼见到了患者们的痛苦。

“有一次参加一个志愿者的活动,一个患病的小女孩去分享自己受到志愿者帮助、得到治疗的心路历程,她在献血志愿者的帮助下才能让生命延续,这让我很感慨。”这次经历,也更加坚定了张立博参与无偿献血的决心。

“一个人的力量很有限,所以我希望通过自己的行动,带动身边越来越多的人参与无偿献血,帮助更多的人。”在张立博的积极影响下,现在,他的同事也加入了无偿献血的行列。

今年5月29日,顺丰速运(宁夏)有限公司党支部在银川市金凤区上海西路街道工会的大力支持下组织开展了“热血滚烫为生命接力”无偿献血活动。当日,张立博带头组成的16人献血小分队参与了无

偿血。“一人献血百次,不如百人献血一次,我既感动也骄傲!”在献血现场,看到身边越来越多的小伙伴们参与献血活动,张立博激动地说。

如今,在家里,张立博将多年来留存存的无偿献血证仔细地收在一起,珍藏在一个小木盒里。在最新的献血证上可以看到,仅今年以来,他已10次捐献血小板。在爱岗敬业奋战一线的同时,张立博默默为社会奉献着如虹爱心,用爱为生命加油。

张立博说,只要身体许可,他会一直参加无偿献血,让自己的公益之路越走越远,以微薄之力帮助更多的人。

记者 焦同帅



「樊锦诗星」：精神之光闪耀苍穹

茫茫戈壁,莫高窟静立千年。从青春少女到白发苍苍,敦煌研究院名誉院长樊锦诗守望这文化瑰宝长达一个甲子的时光。如今,在距地球4亿多公里的浩瀚宇宙中,一颗以她的名字命名的小行星——“樊锦诗星”正静静运转。

星光之下,是奔赴与扎根的不朽传奇。从北京大学毕业后,坚信“国家的需要就是我的志向”,樊锦诗西去敦煌,从此便是一生的事业。喝咸水、点油灯、住土屋、睡土炕、捉老鼠,成了这个江南姑娘的家常便饭。从“小樊”变成“老太太”的漫漫岁月里,她没有觉得苦:“国家把这么重要的遗产交给我们,我们要对得起国家,对得起祖宗,对得起历史。能为莫高窟做事,是我的幸运。”

荣誉背后,是传承与奋进的动人故事。常书鸿、段文杰等一代代“打不走的莫高窟人”,守护千年瑰宝、传承中华文明,让曾经的疮痍之地成为今天世界文化遗产管理开放的典范。洞窟坍塌损毁时,他们徒手清沙、修筑围墙;世风浮躁时,他们埋首勤学、甘坐冷板凳,终于在敦煌学研究上扬眉吐气;传承中华优秀传统文化,他们开拓创新,以多形式让敦煌文化走进千家万户。

在满头华发的樊锦诗身后,是保护和科研力量日益壮大的“青春敦煌”;望向苍穹,“樊锦诗星”的精神之光,正激励着一个文化自信不断增强的古老民族。时代呼唤更多“樊锦诗”,守一不移、开拓创新,继续推动文化繁荣,建设文化强国,为建设中华民族现代文明作出新的贡献。

施雨岑 张玉洁



外国友人感受魅力菏泽

近日,鲁西新区举行外国友人“文博馆奇妙游 感受魅力菏泽”活动。活动邀请7名德国友人实地参观了菏泽市博物馆、美术馆及地方戏曲传承展示中心,沉浸式感受菏泽深厚的历史文化底蕴。参观结束后,德国友人纷纷表示很高兴了解到中国悠久、灿烂的历史文化,有机会要带更多朋友来感受菏泽的魅力。

记者 黄敬峰
通讯员 赵忠宇 摄

反诈宣传守护群众“钱袋子”



民警借助夜经济宣传反诈防骗知识

本报讯(记者 王燕)一旦听到操作有误差,转账解冻,这类字眼务必提高警惕。“电信诈骗不难防,牢记‘不听、不信、不转账’。”……

7月6日,夜幕降临,鲁西新区公安分局岳程派出所民辅警走进辖区夜市、饭馆、地摊,穿梭在来往群众、摆摊商贩中,通过发放防范电信网络诈骗宣传单、现场答疑等方式,以案说法,近距离向群众详细讲解网络诈骗案例、购物退款、杀猪盘类等电信诈骗案例的诈骗伎俩、识别方法和预防措施。

“吃了一顿饭,还学到了反诈知识,今天收获可真不小。”一市民点赞民辅警用最“接地气”的方式走到百姓身边,不仅拉近了与百姓的距离,也让反诈宣传有了“烟火气”,强化了群众防范电信网络诈骗“免疫力”。

进入夏季,市民的夜生活也变得丰富起来。借助“夜经济”大力“兜售”反诈防骗知识,是鲁西新区公安分局岳程派出所深入推进“铁拳2023”行动,强化治安整治和防范宣讲,全面拓展反诈宣

传深度和广度的有益探索和实践。

为切实提高群众反诈防骗意识,遏制电信网络诈骗多发态势,捂好群众的“钱袋子”,拓宽辖区预防电信诈骗宣传教育渠道,岳程派出所还将防电信网络诈骗宣传内容制成群众喜闻乐见、通俗易懂的顺口溜,利用社区广播、小区门岗反诈“小喇叭”、小区电子屏进行滚动播放“灌输式”宣传,群众足不出户就能了解到最新最全的反诈知识。

为充分发挥群众智慧、凝聚群众力量,不断扩大反诈宣传工作覆盖面,一有时间,“岳程义家亲”的义警队员们就会给身边的人“上课”,教大家识别各种诈骗套路。据了解,自“岳程义家亲”义警队伍成立以来,通过朋友圈、走街串巷、上门入户等方式,广泛介绍电信网络诈骗分子的惯用手法、作案方式以及识别、防范对策,营造了“全民反诈”的浓厚氛围。此外,岳程派出所还聘请122名反诈大使,将村居、企业、学校、小区物业、商铺、集市和汽车4S店纳入反诈宣传新阵地,固化各模块反诈宣传职责,提升反诈宣传的精准性实效性。今年以来,成功阻防防止35名群众上当受骗,电信网络诈骗发案呈下降趋势。



定陶区:开展水上救援演练

近日,定陶区青年志愿者协会在菏泽运河开展防溺水水上救援演练活动,通过实景培训,提高了志愿者水上救援能力。此次演练活动共培训青年志愿者50余人。通过此次演练,构筑一道防溺水安全教育的屏障,赢得了群众好评。

记者 金志华 摄

单县:开展防溺水知识有奖问答活动

本报讯(通讯员 谢丽 记者 王富刚)近日,为增强全县广大人民群众特别是青少年的“防溺水”安全意识,提高安全防范能力,有效预防和减少溺水事故发生,加强青少年防溺水宣传教育,单县融媒体中心联合单县教育和体育局开展全县中小学生学习防溺水知识有奖问答活动。

入夏以来,单县融媒体中心充分发挥新闻媒体主阵地作用,通过电视、电台、微信公众号、魅力单州App等全媒体平台,从6月份开始全面加大了防溺水知识的宣传力度和频次,开设了专题栏目,及时在各平台推送省、市、县防溺水工作动态消息。目前,电视新闻已采编播发防溺水新闻稿件10篇;微信公众

号文章编发12条,营造了未成年学生防溺水工作的浓厚舆论氛围。

单县融媒体中心制定方案之后首先和县教育和体育局沟通,争取他们的支持,利用假期发放通知,要求在两天的时间内全县中小学全覆盖参与答题。

“珍爱生命 远离溺水”防溺水知识有奖问答活动利用魅力单州平台的互动模块问卷调查功能和活动抽奖系统,设置了100个获奖名额,极大地鼓励了学生的参与度。两天时间内,活动累计答题人数9.2万人次,抽奖次数2万多。今年6月份以来,县电视台、县融媒体中心发布防溺水公益广告每天播出8遍,目前,共播出300余遍。

珍爱生命 远离溺水

高速服务区工作人员拾金不昧获赞扬

本报讯(记者 李若生)近日,山东高速服务开发集团菏泽分公司巨野服务区北区保洁员薛玉萍在清理休息区卫生间时捡到一个手提包,环顾四周未有顾客前来寻找后,随即把手提包交给了当日值班经理,他们在视频监控下打开手提包寻找失主线索,经检查包内有现金200余元、四张银行卡、一张身份证等其他证件,因包内无手机,无法联系失主。

正当服务区工作人员调取监控寻找

失主时,值班经理接到一个河南省登封市王女士寻找遗失提包的电话,双方核对了包内钱款数量及物品信息。失主赶到现场后,服务区管理员再度确认对方身份,并将遗失物品予以归还,嘱咐其以后一定要看好自己随身物品。失主看到失而复得的财物非常开心,对服务区工作人员拾金不昧的高尚品德连连称赞,并说:“我要为你们服务区员工的职业素养点赞,今天真是遇见好人了。”

关爱矮小 青春童行

全国百家医院联合义诊大型公益活动在菏泽举行

本报讯(记者 李保珠)7月8日,全国百家医院联合义诊大型公益活动暨矮小症、性早熟等生长发育疾病暑期大型义诊活动在菏泽举行。

活动当天,在市第三人民医院,近200名孩子在家长的陪同下排起了长队,他们在志愿者的引导下,在国内先进的快捷骨龄检测机器前有序拍摄骨龄片。诊室内,市著名生长发育专家程霖教授和院内生长发育专家耐心细致地解答了家长们提出的各种

关于儿童生长发育中遇到的困惑,用实际行动为关注儿童健康提供贴心服务。

据了解,自全国倡导“关爱矮小 青春童行”活动以来,我市已连续多年多次主持开展矮小症、性早熟等生长发育疾病大型义诊活动,累计为近万名家长和儿童提供咨询和诊疗,受到家长们的一致好评,为推动菏泽市对矮小、性早熟等生长发育疾病患儿的关注、普及儿童生长发育知识做出了突出贡献。

垃圾分类 不乱扔

可回收垃圾: 主要包括废纸、塑料、玻璃、金属和布料五大类。(注意:纸巾和厕纸由于水溶性太强不可回收)

其它垃圾: 包括除上述几类垃圾之外的砖瓦陶瓷、渣土、卫生间废纸、纸巾等难以回收的废弃物,通常根据垃圾特性采取焚烧或者填埋的方式处理。

厨余垃圾: 包括剩菜剩饭、骨头、菜根菜叶、果皮等食品类废物,经生物技术就地处理堆肥,每吨可生产0.3吨有机肥料。

有害垃圾: 包括废电池、废日光灯管、废水银温度计、过期药品等,这些垃圾需要特殊安全处理。

可回收垃圾 RECYCLABLE

不可回收垃圾 NON-RECYCLABLE

厨余垃圾 KITCHEN WASTE

有害垃圾 HARMFUL WASTE