

8月13日,习近平总书记给“中国好人”李培生、胡晓春重要回信,一封回信,字数不长,却饱含深情、字字暖心、催人奋进。在社会上、生活里、工作中,有千千万万的“中国好人”。他们职业不同、事迹各异,但有着同样的道德品质和价值追求。他们贵在平凡,在日常工作生活中默默付出,平凡中见精神、平凡中见伟大;贵在力行,从身边做起、从小事做起,做的是力所能及的实事,办的是温暖他人的好事;贵在坚守,几十年如一日专心做事、潜心干事,在执着坚守中迸发出耀眼的道德光芒;贵在情真,对家人、对事业、对社会、对国家满怀朴素而深沉的爱,激励和引导更多人传播真善美、传递正能量。

“中国好人”在平凡的工作中创造不平凡的业绩,用实际行动生动诠释了家国情怀,传承发扬了中华民族的传统美德,充分彰显了当代国人昂扬向上的精神风貌,是鲜活的价值观、有形的正能量。今天,我们集中展示首都地区第三季度“中国好人榜”候选人的凡人善举、榜样故事,带大家认识来自北京不同区域、不同领域、有着不同故事的身边好人。

# 我推荐 我评议 身边好人

## 首都地区第三季度“中国好人榜”候选人

### 助人为乐

#### 用青春与热爱书写公益篇章

董汉卿是首都医科大学2019级临床医学专业学生,他热爱公益,勤奋好学,乐于向大家分享医学知识,积极参加志愿服务活动。在志愿北京平台注册成为志愿者后,开启了青春公益篇章。

2020年疫情暴发初期,董汉卿第一批报名参加疫情健康咨询热线志愿服务,为群众答疑解惑,普通岗志愿服务连续15个小时,缓解了热线接听压力。平时,他深入社区普及健康知识,帮助居民了解“健康中国”的目标和分诊制度,让居民能更好地享受到优质便捷的社区卫生服务。2022年北京冬奥会期间,他专门考取急救证,为居民科普心肺复苏术的正确操作和心脏除颤器的用法,推广实用的急救知识。

虽然是在校大学生,但董汉卿积极利用课余时间参与志愿服务活动,累计服务千余人次。就连自己20岁和21岁生日也是在志愿服务岗位上度过的。



付艳丽擦拭坟墓

#### 她用行动“让两个世界的人都满意”

47岁的付艳丽是房山区一家墓园的工作人员。2005年,因工作结识一对失独老夫妇。自那时起她就像闺女一样照顾两位老人。17年“忘年交”的友谊,让他们成为没有血缘关系的“亲人”。

得知老人家里温度低,付艳丽做了两床棉被给老人送去。陪老人到公园散步聊天,请老人吃饭。她带孩子一起拜访老人,让他们感受天伦之乐。

2018年老先生故去,付艳丽协助处理老先生的安葬后事,像女儿一样陪伴抚慰着老太太,给老人最大的心灵慰藉。此后,付艳丽更加关注老太太的身体及精神情况。老太太生病住院付艳丽都会去探望。过节给老太太发红包送祝福,让老人心里感到暖暖的。

付艳丽说:“失独老人需要更多的陪伴和照顾,让心灵得到慰藉。”未来她还会用行动“让两个世界的人都满意”。

#### 10年志愿服务助邻里

他叫宗呈裕,在大兴区天宫院街道筹建“课后时光儿童之家”,为辖区青少年托管照料提供让家长放心的志愿服务,累计接收1200余名中小學生。而这些孩子和家长也在这份爱心感染下,注册了志愿家庭,积极参与垃圾分类、文明交通等志愿活动。为解决社区近500名空巢老人实际困难,宗呈裕组织社工、心理咨询师、中学生陪老人聊天;组织志愿者定期为老人洗澡理发……成立助医、助行、助浴、助聊、助洁+突发事件解决的“海东社区便民服务联盟”。2012年成立志愿服务队以来,宗呈裕带领志愿者们开展上千次志愿服务活动,团队累计志愿服务时长超过21万小时,宗呈裕个人时长超过1.2万余小时;获得“北京市五星志愿者”“北京市孝星”“中国百名社工人物”“北京社会好人”。



宗呈裕参加疫情防控志愿服务活动



2020年3月赵玉春同志捐款20万元支持新冠肺炎疫情防控

#### 八旬老人捐款173万元

今年82岁的赵玉春是平谷区人社局退休干部,也是有58年党龄的老党员。

2008年汶川地震,赵玉春主动捐款13万元;2017年10月,他主动找到区残联,捐赠100万元;2020年新冠肺炎疫情暴发,他第一时间取出20万元进行捐赠;2021年为庆祝中国共产党百年华诞,他捐款20万元。同时,赵玉春还捐款20万元用于区退休职工活动站建设。

平日里,赵玉春教育子女自立自强,却向有需要者慷慨解囊;多年间,赵玉春累计捐款173万元,这样一笔捐款数字直到2022年3月在人社局工作人员与其座谈中才被人们知晓。赵玉春在《玉春说故事》的个人感悟中表示:我不需要很多钱,我有退休金,享受医疗保险,还能免费乘公交,但这些钱捐赠给他人,便能发挥更大的价值,每每想到这些,我便觉得自己一生是值得的。

### 见义勇为

#### 好小伙下水救人不留名

2022年5月13日傍晚,通惠河畔一位小伙子不慎落入河中,情况危急下,途经此处的“90”后青年钟文杰火速骑上自己的摩托车,仅一分钟就赶到了河对岸,拿起岸边捞鱼网的杆子,借着河岸边的斜坡作为缓冲,慢慢下到河里捞人。

由于当时落水者已经完全没入水中,且河内水流湍急,钟文杰在第一次尝试后,并未将落水者捞起。一次不行就两次,凭借着自身不错的水性,他二次潜入水中,终于成功将落水者救上岸。

看着落水者慢慢恢复了知觉,脱离生命危险,钟文杰才松了一口气,推上自己的摩托车默默离开。钟文杰的善良,挽救了一个家庭,也感动了无数人。2022年6月7日,钟文杰的行为被朝阳区民政局认定为见义勇为,并为其颁发证书和奖章。



钟文杰救人现场

### 诚实守信



#### “中国好邻居”教科书式自我隔离

来京4年的张旭与人合租在昌平区北七家镇冠华苑社区。今年4月22日,在接到疾控部门电话告知自己是密接后,他快速平静心情,立即退房回到车里,并告诉前台封闭自己的房间,不能打扫,等待疾控部门过来消杀。

在车里,他主动拨打12345热线报备自己的涉疫信息,下午,他按照疾控部门要求开车回到冠华苑社区门口,等候进一步通知。其间,他用手机订了一份快餐,告诉外卖员将外卖放到路边,外卖员走了自己再过去取,全程和外界没有接触。直到23日晚9点,在车内自我隔离了14个小时后,他最终被120送到地坛医院进行治疗。4月25日,他的核酸检测结果显示为阳性。

张旭的行为让社区4703户、12000余名居民生活没有受到影响。

### 敬业奉献

#### 清洁能源 让奥运之光“飞扬”

2022年2月2日,鸟巢火炬传递保障现场,101所火炬研制技术总师姜联东,看着火炬手高举的“飞扬”火炬,眼含泪花。凭借在101所从事航天发动机试验20年的积累,姜联东大胆提出北京2022年冬奥会以氢作为燃料的想法。他一方面组织队伍,搭建试验条件,得到单位的大力支持;一方面奔走于北京市科委、科技部、冬奥组委之间,最终获得科委立项。

2020年7月氢燃料火炬原理样机试火成功。10月,氢火炬在超低温下点火试验成功。北京冬奥组委专家组当即拍板:冬奥手持火炬采用氢燃料!为确保火炬使用前的安全,姜联东在火炬传递安全保障会上提出方案:借鉴航天火箭发动机校试车交付管理模式,在火炬充装完成后,进行10秒点火试验……话音刚落在场专家竖起大拇指。



2021年6月姜联东在101所进行火炬项目汇报



#### “面人郎”第三代用传统技艺融汇古今

东城区的郎佳子彧是国家级非物质文化遗产北京“面人郎”第三代传承人,他自幼就对面塑技艺产生兴趣,长大后他把承袭传统技艺与时代热点相结合,创新老手艺人新玩法,利用新媒体平台传播和推广中国优秀传统文化。

在坚持创作传统题材的同时,郎佳子彧也会切合时下热点制作面塑,各种颜色的面团在他手中都塑变为独具匠心的创意形象,让大家叹为观止。疫情期间他用《百毒不侵诸邪退散》《巾帼》等作品致敬抗疫天使;冬奥会期间用面塑创作了冠军人物和吉祥物;还为外国元首现场展示“冰墩墩”创作,大受赞赏……

今年2月,习近平总书记在人民大会堂会见参与冬奥开幕式的外国元首,郎佳子彧作为青年一代非遗传承人,为各国元首现场展示了冬奥吉祥物“冰墩墩”的创作过程,向世界展示了中国青年的风采,弘扬了中国传统文化,将面塑技艺带向了世界。

#### 把雷锋精神带进工地

“一座座高楼大厦拔地而起,离不开农民工兄弟的付出。”今年47岁的许涛进入建筑行业25年来,大部分时间都是在建筑工地上度过,打交道最多的就是农民工兄弟。

深知农民工的艰辛不易,2012年,他牵头发起“雷锋精神进工地”志愿服务品牌活动,成立首支“工地雷锋班”,持续开展雷锋讲堂、心理咨询、金秋助学、幸福义卖、温暖回乡路等志愿服务活动,温暖了农民工的心,点燃了他们攻坚克难、干事创业的热情。

来自湖北的农民工程声涛至今记得,2016年暑假期间,工地上组织了“农民工子女首都夏令营”,让他的孩子来到北京游玩。“我是农民出身,8岁成了孤儿,16岁独自一人到北京务工,什么脏活累活都做过,哪敢想象能带孩子来看长城、故宫。”程声涛含着眼泪说。2015年,许涛着手制定和实施农民工工人教育培养计划,以“技能比武”“工地讲堂”“工地夜校”为载体开展300余场培训,惠及农民工8000余人。



许涛与工友一起参加学习培训活动



#### 倾心沥血浸润城市副中心“绿色明珠”

2019年4月8日,习近平总书记来到通州参加义务植树活动,张红丰作为群众代表又一次和总书记一起挥锹培土,添绿大运河两岸。这些经历和习近平总书记倡导的绿色发展理念在张红丰的心中播下了建设美丽中国的梦想。2020年初,张家湾镇要成立新型集体林场,张红丰挺身而出,担任张家湾镇集体林场场长、法人代表。

林场成立之初,张红丰不仅学习政策文件、招募志愿者,还把自己的私车、家用电脑、打印机、办公桌拿出来支援。

林场运营后,张红丰创新生态资源和集体林业经营管理模式,探索新型集体林场经营管理体制,还尝试建设“智慧林场”。他坚信,点点滴滴的努力汇聚起来,就能一步步实现幸福美丽张家湾的美好蓝图,就能浇灌出生机盎然的美丽中国。

### 孝老爱亲

#### 好儿孙用心用爱孝老敬亲

通州区的胡森自幼经历家庭变故,父母相继因病离世,爷爷因病瘫痪,接连的变故给家庭带来沉重打击。中学时期开始就主动扛起生活重担,做爷爷奶奶坚强的后盾。

工作后的胡森每天通勤路程要3个小时,他仍坚持每天给瘫痪的爷爷和体弱多病的奶奶洗衣做饭、收拾屋子。

爷爷奶奶身上的衣物总是勤换勤洗,胡森还细心地经常晾晒老人的被褥,一有时间,就陪他们聊天、看电视、去郊游,不让老人孤单。在他的精心陪伴与照顾下,老人身体逐渐恢复,脸上也有了笑容。面对亲人和村民的称赞,他说:“孝敬老人是中华民族的传统美德,照顾老人就要用心,我会一直用心照顾家中老人。”



胡森照顾老人起居,为爷爷剪指甲



#### 她用爱与双手重组幸福之家

57岁的巩秀枝是居住在北京门头沟区的剪纸手艺人。2006年,巩秀枝和高位截瘫丈夫重组家庭,此后她始终悉心照顾爱人,不离不弃。巩秀枝的母亲诊断出乳腺癌,手术期间她寸步不离地陪护。另一边,儿子考上了大学,巩秀枝尽全力供儿子上大学。那段时间巩秀枝像一个加速运转的陀螺,医院、家里、单位三头跑,每天到家已是深夜。

2007年母亲去世,巩秀枝无法从痛苦中走出来。她拿起剪刀,把对亲人的思念和生活的向往展现在剪纸上。凭借灵巧的双手和精湛的技艺,她成为门头沟区文联艺术协会的剪纸艺人。2022年是两人结婚16周年,夫妻俩拿出珍藏许久的剪纸作品,作品见证了他们苦中有乐的幸福人生。