

大学生写“时间胶囊” 用小目标规划青春

■文/图 本报记者 杨光

11月24日中午，漯河职业技术学院的操场上，艺术系的学生聚在一起，共同打开一年前写给自己的“时间胶囊”（如图）。一张张信纸上，写满了他们刚刚踏入大学校门时，对未来的规划。

艺术系思政课老师陈明杰告诉记者，大部分新生初入大学时，对未来比较迷茫。老师们希望他们通过写“时间胶囊”，制订一些小目标，提高自我管理能力，不浪费大学时光。

当天中午，操场上，陈明杰将一封封信交给学生。“哇！当初我的目标原来有这么多。”打开信封后，不少学生纷纷感叹，他们当初的目标还没有完全实现，一年的时间就已经过去了。

记者看到，学生们有的希望加入社团；有的希望提升社交能力；有的希望增长专业知识，拿到奖学金；还有的只是放



入一张白纸，希望自由发挥……

“刚进大学时，我对未来没有清晰的规划，通过一年的学习，目标才逐渐明确。”学习视觉传播设计与制作专业的莫凯洋告诉记者，入校时，老师要求他们写两封信，分别制订一年后和三年后的目标。当时他们感觉很新奇，一年后才发现当初的目标虽然简单，但还是没有实现。这会督促他们抓紧时间实现目标。

“大学时光是一生中最美好的时光，也是最珍贵的一段时光，需要合理规划。”陈明杰告诉记者，“时间胶囊”计划已经实施了很多年，虽然操作简单，但效果不错。每次开启“时间胶囊”，不少学生都有许多感慨。此后，他还会召集学生开主题班会，让大家各抒己见，进一步提高规划能力，为成为栋梁之材打下坚实基础。

李毅:传播爱和希望



■文/图 本报记者 焦海洋

李毅是市广播电视台的一名普通职工。多年来，他怀着一颗赤子之心，以一次次善行义举，努力传播爱和希望。

李毅常说，他只是在力所能及的事情。“如果每个人都能做到尽自己所能去帮助别人，这个社会就会越来越好。”正如李毅所说，每当遇到需要帮助的人，他都不会绕行。

2021年6月7日下午3点，郾城区龙塔街道新冠疫苗临时接种点，一名正在排队的年轻女子突然晕倒在地。刚刚接种完疫苗正在留置观察的李毅迅速来到女子身旁。他见女子脸色蜡黄，便立即抱起她，送往附近的医院。经过两个多小时的紧急治疗，女子转危为安。李毅这才放心离去。

今年夏天，河南连降暴雨，

多地受灾严重，李毅主动加入我市救援物资运送队伍，驰援受灾严重的新乡市凤泉区，将价值近4万元的物资及时送达。办理交接手续时，由于救援物资多，现场人手短缺，他不顾疲惫，与其他救援人员一起将十多吨救援物资卸运入库。深夜两点多，他才返回漯河。驰援新乡期间，他与凤泉区民政局相关负责人沟通，通过现场直播连线方式，第一时间将该区受灾情况和物资短缺情况通过我市交通广播进行报道，让我市爱心企业、爱心人士准确知晓灾区情况，进行有效捐助。

8月7日，我市开展中心城区全员核酸检测。李毅放弃休息，当天一大早到郾城区龙塔街道和平路社区核酸检测采样点，从早上6点忙到晚上10点，帮助搭建临时设施，对接受采样人员进行信息登记，维持现场秩序，受到群众的一致好评。

多年来，李毅一直在传播爱和希望。“能为社会的和谐发展、文明进步出一份力，我觉得很有意义。一个人的力量有限，但大家的力量凝聚在一起就是大爱！”李毅说。



多「十佳市民」信息
扫描「二维码」可了解

爱心人士伸援手

■本报记者 朱红

漯河日报社第八季“暖冬行动”于11月23日正式启动。不少爱心人士纷纷联系记者，表达自己的心意。

爱心人士谢扬扬曾多次参加漯河日报社举办的“我要上大学——爱心桥”活动，这次又积极联系记者表示要参加“暖冬行动”，并捐款500元。“这是我的一点小心意。感谢报社提供平台，我希望能帮到困难家庭。”谢扬扬说。

志愿者王彦鸽是个热心人，曾多次参加“暖冬行动”，帮忙送物资。她9岁的小儿子姬峻熙也常跟她一起参加活动。“最近一段时间，儿子总问我报社啥时候开展‘暖冬行动’。得知活动开始了，他立即让我从他参加青少年格斗赛获得的奖金中拿出50元，捐给需要帮助的人。”王彦鸽说。

此外，还有一些企业在积极筹备爱心物资。



■文/图 见习记者 刘净琦

香甜的板栗、软糯的红薯、酸甜可口的糖葫芦、热热的奶茶，再加上鲜花点缀，不仅颜值高，还很好吃。11月24日，记者走访发现，入冬以来，我市大街小巷开始流行“入冬四件套”，也就是板栗、红薯、奶茶、糖葫芦（如图）。

“最近店里生意不错。顾客大部分是来预订‘入冬四件套’的。从月初到现在，订单量比过去两个月的总和还多一倍。”市区泰山路一家花店店主张先生告诉记者，入冬以来，订单不断，七成是“入冬四件套”的订单。在市区新天地美食街，一家奶茶店的“入冬四件套”，特意把糖葫芦换成了网红草莓串。

记者走访发现，“入冬四件套”礼盒价格从69元到269元不等。鲜花数量和奶茶的种类，决定了礼盒的价格。红薯、板栗、糖葫芦、奶茶等多种不同的商品，围绕一个主题配成套，对消费者来说很新颖。花店、奶茶店、板栗店等，推出独具特色的“入冬四件套”后，营业额迅猛攀升。

“天冷了，我特意来给媳妇儿买‘入冬四件套’，好吃还不贵。”市民张哲笑着说。

随后，记者登录“抖音”APP，相关话题已有3.4亿次的播放量。有人以此为话题拍摄的视频，已获82.4万次点赞。

这家热干面店坚持不涨价

■本报记者 孙震

近日，有市民拨打本报新闻热线说，如今市区热干面大多卖六七块钱一碗，泰山路沙河桥南一家热干面店，仍坚持只卖五块钱一大碗。

11月24日早上，记者根据热心市民的指引，在牛行街与西大街交叉口附近，找到了这家热干面店。店内东边摆放着4张桌子；西边是操作间；中间有一个窗口，用来递饭、收钱。前来吃饭的客人既可扫码支付，也可以把钱放到窗口的钱盒里，自己找零。早上用餐高峰期，店里有五六个人在吃热干面，一男一女两名中年人在操作间忙活着。

操作间里的中年男子叫王永利，今年46岁，接手这家热干面店已有3年。他们每天早上5点准备，6点营业，一直忙到晚上8点。

记者看到，店内价目表上写着：热干面小碗4元、大碗5元。其他餐食，如鸡丁米线的价钱也比市面上低一两元。“五元钱一大碗热干面，能挣钱吗？”记者问。王永利说：“赚个工钱，谋生嘛，够了。”在一旁洗菜的王永利的爱人说：“挣不了多少钱。近三年，面条、菜、油、芝麻酱等原材料价格都在涨，但我们这儿的饭价格一直没涨，利润微薄。”

当记者问及不涨价的原因时，王永利说：“咱这店在老城区，来吃饭的都是附近的老街坊。不涨价，是对老街坊的回馈。”王永利夫妻二人老家在舞阳，前些年在牛行街买了房，以前在市区其他地方卖胡辣汤，后来就接手了这家热干面店。当时，女儿在上高中，他们想着在家门口做个小生意，方便照顾孩子。现在女儿已上大学，儿子还在上小学，

两人要照顾儿子，就坚持了下来。

顾客李女士告诉记者，她在附近住，每天早上都会来吃饭。一小碗热干面、一个茶叶蛋、一碗面汤，已成为她早餐的标配。

顾客孙先生说，他经常到这家店吃饭。一大碗热干面、一根烤肠、一碗面汤，好吃不贵。



告别不文明养犬 共建美好家园

■王艳东

近日，有媒体报道，武汉一名女子与遛狗邻居发生冲突后跳楼，邻居中有人被狗逼得绕道一年多。安阳“狗咬人”事件也成为公众关注的热点。这再次给我们敲响了警钟。

不文明养犬行为专项整治活动开展以来，我市游园、公园等公共场所不文明养犬行为得到有效治理。但在道路上、小区内，犬只不受约束招摇过市、主人不及时清理犬只排泄物的现象仍然存在。这需要相关部门完善管理制度、犬只主人增强自律意识、公众合力制止不文明养犬行为，共同维护文明城市形象。

完善管理制度，莫让规定成空文。我市出台的养犬管理规定中涉及城管、卫生防疫、公安等多个部门。但在实际执行过程中，还存在许多问题。这需要相关部门细化执法举措，完善管理制度，提升精细化管理水平。

增强自律意识，让文明养犬成为自觉行动。犬只主人无论在何种场所，都要主动按照相关管理规定，做到及时管束犬只、清理犬只排泄物，不影响他人。

凝聚公众合力，坚决制止不文明养犬行为。美好家园，人人共建。若遇到不文明养犬行为，市民可理直气壮地劝阻，若对方不听劝阻可选择报警。有关部门应及时出面制止不文明养犬行为。

于秀玲：情暖特殊家庭

老伴儿长期饱受失子之痛的折磨，突发脑溢血住进医院。如何在这样的劫难中撑起破碎的家？在于秀玲面前的是一条曲折又看不到尽头的路。

4年前，一群志愿者走进夫妻俩的生活。“他们需要的是陪伴。一顿家常饭、一场旅行、一次谈心……我们能做的就是努力让他们从痛苦中走出来，享受正常生活。”暖心家园巾帼志愿服务队的志愿者刘红杰说。

志愿者的良苦用心和努力，夫妻俩看在眼里。“如果不是她们的到来，我真不知道这样的日子怎么过下去。我想和她们一样，温暖别人。”在志愿者的鼓励下，于秀玲跟着她们一起参加志愿服务活动。虽然只是做了一些普通的事情，但她却感受到了前所未有的充实。

如今，于秀玲怀着感恩的心，从帮

扶对象变为志愿者。“我走出来是想帮助更多特殊家庭。”于秀玲说。她积极参与志愿服务活动，多次上门帮扶一位独居老人。

2021年6月，于秀玲参与到帮扶孤儿的志愿服务活动中，从上门走访到结对帮扶，倾注了满满的心血。“这孩子太让人心疼了，从她家回来我一直放心不下。这么热的天，家里没有电风扇，她怎么过夏？”8月5日，她又赶到舞阳县莲花镇李寨村，给孤儿小美（化名）送去电风扇和一些日常生活用品。临走时，她还像对待自己的闺女一样事无巨细地叮嘱小美，并悄悄塞给她200元钱。

于秀玲说：“作为一名志愿者，我愿意多做务实之事，给特殊家庭冬送温暖、夏送清凉。”

友善如公民德行的阳光，为人际关系注入正能量，为社会和谐提供润滑剂。现代社会与传统社会的显著区别，就是人与人的交往突破了血缘地域的限制，构建起一个“陌生人社会”。在这样的社会里，“人人为我、我为人人”的亲善、互助、友爱变得尤为珍贵。

情暖特殊家庭的于秀玲就是我市众多践行社会主义核心价值观的代表之一。

■本报记者 朱红

提起于秀玲，漯河暖心家园巾帼志愿服务队的志愿者们都会竖起大拇指。从帮扶对象变为志愿者，这位母亲让阳光照进了更多特殊家庭。

于秀玲今年58岁，10年前有一个幸福美满的家庭。独生子毕业后到舞钢上班，但一场车祸夺去了他的生命。当时，于秀玲天天以泪洗面，度日如年。

小小烟感器 浓浓爱老情

■本报记者 姚晓晓

“老年人年纪大了行动不方便，记忆力也不好。现在有了这个烟感器能及时报警，我们安全多了。政府为我们考虑得太周到啦！”11月23日，家住祁山路社区幸福巷的吕小莲说。

为守护老人的居家安全，近日，郾城区龙塔街道祁山路社区联合郾城区消防救援大队为辖区内60周岁以上独居老人和困难家庭免费安装了烟感器。

社区工作人员程广力告诉记者，他们此次共为辖区49户居民

安装了烟感器。一旦室内浓烟超标，烟感器就会发出声光报警提示，并能及时自动联系负责消防安全的社区工作人员。社区工作人员接到报警后，第一时间到居民家中检查，24小时保障他们的人身安全。



三轮车侧翻 志愿者救人

■本报记者 朱红

11月23日晚上6点，龙江路上跨京广铁路立交桥东侧，一辆三轮车侧翻。老人、孩子、妇女三人被困车内，事发现场光线昏暗、大车川流不息，十分危险。

志愿者辛光辉、邱新会驾车路过，果断停车施救。两人抬不动三轮车，就拦住两名路人，一起把三轮车抬起来，将被困三人救了出来。

被救的三人连声道谢。辛光辉和邱新会看到他们没有受伤，就离开了。



声 明

漯河日报社所属媒体对发布的原创新闻信息拥有合法版权，未经明确书面许可，严禁复制、转载或引用，违者将依法追究法律责任。

我是创文啄木鸟

如发现身边的不文明行为，可扫描左侧二维码下载漯河发布APP进行爆料。

祁山路与黄河路交叉口附近，人行道施工后螺丝钉未清理。

伏牛山路与汉江路交叉口向南约70米路东，商户在门口堆放杂物。

文化路与人民路交叉口附近，共享单车占道压道。

黄河路与祁山路交叉口向西约50米路北，交通护栏移位。