

陪娃徒步千里,竟是爸爸的“治疗计”

父子辞职休学,45天从湖南到山东,9岁“多动症”娃大蜕变



扫码看视频

11月14日19时,暮色中的山东聊城古城墙下,9岁的小景攥着刚买的冰糖葫芦,脸蛋冻得通红却笑得灿烂。父亲余先生卸下沉重的背包,轻轻揉了揉儿子的肩膀,目光掠过身后绵延的路迹,满是欣慰。11月14日晚,这对从湖南慈利出发的父子,用45天时间走完2000多里路程,在寒夜中迎来了这场特殊旅程的终点。16日,记者采访了这对徒步父子。

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 高煜棋



父子俩徒步到达山东聊城。受访者 供图



宣宣和她收养的小猫。
受访者 供图

风雨兼程,脚下走出成长印记

小景的徒步之旅始于一场父爱里的冒险。

一年级时,“多动症”让小景难以专注,上课坐不住、动作不协调,眼神里渐渐没了孩童的光彩。“看着他明明想做好却力不从心的样子,我心里像被揪着疼。”爸爸余先生说。

今年3月,余先生毅然为儿子办理了休学,辞去深圳月薪2万元的工作,决心用特殊的方式帮孩子找回状态。

今年10月1日清晨,带着简单的行囊,小景和另外两个家庭组成的队伍一同出发,11岁和13岁的两位哥哥成了他路上的榜样。

“最开始几天,孩子确实有点体力不支,但只要同行的哥哥们动身,他就咬着牙跟上。”余先生记得,有段路遇上大雨,3个孩子浑身湿透,小景却仰头喊着“我们是雨中战士”;沿途的善意也温暖着这段旅途:好心人的帮助和鼓励,陌生路人竖起的大拇指,这些瞬间都被父子俩珍藏在记忆里。

每天25公里的路程,成了最生动的成长课堂。小景渐渐学会了照顾他人,看到捡废品的老人会主动递上零食;夜晚抵达住处,会帮爸爸挤好牙膏、收拾行李,甚至笨拙地捶捶爸爸酸痛的肩膀。

“吃饭时,他总是第一个给我拿筷子,这些细节让我觉得所有付出都值得。”余先生的语气里满是感动。

破茧成蝶,千里征途换得大蜕变

11月14日晚,聊城古城下的欢迎仪式格外温馨。同行队友的家人早已给3名勇敢的孩子备好金牌、鲜花和欢迎宴。当沉甸甸的奖牌挂在小景胸前时,这个9岁的男孩异常淡定,仰头对爸爸说:“我能吃冰糖葫芦吗?”

简单的要求,让在场的人都笑了,也读懂了孩子纯粹的快乐。

父子俩的千里徒步让小景完成了肉眼可见的蜕变。“身高长了几厘米,体重也增加了,整个人结实了不少。”余先生细数着变化,“以前动作不协调、反应有点迟钝,现在灵敏多了,眼神里全是光,性格也开朗了很多”。

更让人欣慰的是,小景的多动症状明显改善,不再像以前那样坐立不安,专注力也有了提升。

出发前,有网友对孩子健康提出质疑,可余先生从未动摇:“我们做了很长的准备,孩子提前半年多进行运动训练,打好基础,他们不像大家想的那么脆弱。”余先生想告诉更多家长:孩子的潜力是无限的,越走越精神,能量超乎想象。在他看来,这段旅程带给小景的不仅是身体的变化,更有精神层面的滋养——“脚踏实地、不急不躁,有决心就能达成目标,这种自信会影响他一生”。

“这不是结束,而是新的开始。”余先生说,明年3月,小景将重返校园,而这段千里徒步的经历,终将成为他人生中最珍贵的财富,照亮未来的每一步。(未成年人出镜已经监护人同意)

她用红包换剩菜,让流浪动物吃“喜宴”

提醒:“剩菜加餐”仅为偶尔补充,勿轻易尝试



扫码看视频

“麻烦帮我留一下这些清蒸鱼和白切鸡,我带回去给流浪动物加餐!”近日,云南保山一场婚宴的宾客散尽后,28岁的宣宣背着大号保温箱走到餐桌旁,小心翼翼地将盘中未动过的清淡菜品舀进打包盒。这充满烟火气的一幕,被记录在她的短视频账号“宣宣和她的小可爱”中,一时圈粉无数——单月涨粉超百万,累计收获数百万点赞,让“婚宴剩菜变动物营养餐”的温暖故事传遍网络。11月16日,宣宣和记者聊起了自己做这件事的动机。

约前,宣宣也会准备一份小额随礼,“这是对新人的尊重,也是我的心意,让毛孩子也能沾沾婚礼的喜气”。

为小动物打包剩菜,她得到善意回应

宣宣收养了120多只流浪动物,为它们打包剩菜的想法源于2022年一次婚礼上的触动。

宣宣告诉记者,当时她参加朋友婚礼,看着几十桌宴席结束后,大量几乎未动的清蒸鱼、白灼虾、清炒时蔬等被陆续端走丢弃,内心满是可惜:“那么好的菜,扔了太浪费,而我的小猫们还在等着吃饱饭。”那一刻,她萌生了打包剩菜的想法,“既能减少浪费,又能给毛孩子改善伙食,简直一举两得”。

回忆起第一次向别人的婚宴提出打包请求,宣宣说,当时紧张得手心冒汗。

“我会提前和新人通过电话,说明想打包些清淡剩菜喂流浪动物,他们很爽快地答应了,但到了现场还是慌。”宣宣笑着回忆,“主要怕别人误会,毕竟我每次打包都是好几大袋,正常宾客打包不会有这么大的量。”

有几位逗留的宾客好奇驻足询问,她红着脸如实解释来意,得到了善意回应,还有热心阿姨主动帮她递打包盒、盖盖子。那一次,她足足打包了满满三大包食物,回家后连夜忙着去油去盐处理,看着毛孩子们围拢过来狼吞虎咽的样子,她下定决心把这件事坚持下去。

“我们也是小小宾客”

如今,随着短视频的传播,越来越多保山本地的新人主动联系宣宣,邀请她去婚宴打包。每次赴

释疑

“剩菜加餐”对小动物有影响吗

“人类食物是否适合流浪动物”“重油盐会不会损害动物健康”……面对某些网友的质疑,宣宣在视频中完整展示了打包与处理剩菜的全过程:戴一次性手套挑拣清蒸、白煮等清淡菜品,避开重盐重辣口味,后续还会反复冲洗煮制以去除油盐残留,并剔除鱼肉、鸡肉中的骨头。

针对以上问题,11月16日,长沙市小动物保护协会工作人员刘晖表示,人类食物中的各类调味料会对动物健康产生不良影响,而宣宣剔除骨头、清水煮制去除油盐调料的做法,在一定程度上降低了潜在风险。

刘晖特别提醒,宣宣的流浪动物平时仍以宠物粮为主,“剩菜加餐”仅为偶尔补充,普通人切勿轻易效仿这种喂养方式。“关爱流浪动物,既需要怀揣温暖与同理心,也需要遵循科学方法,唯有二者兼具,才能让爱心真正惠及每一个小生命,让善意在安全、合理的前提下持续传递。”

■文/视频 三湘都市报全媒体记者 蔡银