

# 登录华声在线, 推荐身边感动人物

感动中国之感动湖南人物评选专题上线, 即时公布评选动态

本报11月24日讯 《感动中国》是中央电视台最重要的年度人物评选活动之一, 自2002年始, 已连续举办11年, 三湘华声全媒体作为该活动在湖南的唯一合作媒体, 承担我省感动人物的评选、报送工作。

今天上午, 由省委宣传部指导, 中央电视台、湖南日报报业集团主办, 三湘华声全媒体独家承办的“2013年感动中国之感动湖南人物”评选专题在华声在线上线, 你可登录law.voc.com.cn向我们推荐身边的感动人物。

由三湘华声全媒体承办的“感动中国之感动湖南人物”评选, 已连续6年推选7名湖南代表感动中国。今年的评选自启动以来, 众多的市民通过电话、微博、信件等方式推荐心中的感动人物, 他们既有让整个行业为之动容的标杆, 如保护协警和群众英勇牺牲的邵阳交警杨洪岗; 也有我们身边那些低到尘埃的感动, 如长沙给孩子们免费读报的公益报刊亭蔡爹……

为了让更多读者与网友参与评选, 评选专题已正式上线, 你可以登录华声在线专题页面向我们推荐、分享身边的感动故事, 本次评选的候选人名单、投票进程、评选结果等相关动态也会即时在网站上公布。

■三湘华声全媒体记者 张明阳

## “他是个好警察, 也是我永远的爱人”

李杨妻子讲述自己眼中的警察丈夫



“我是李杨的妻子朱晋, 李杨离开我已有半年了。”11月24日, 本报热线96258接到这样一个电话, “那么多媒体报道过他的故事, 我也想讲讲我心目中的李杨。”

5月9日, 连续工作18小时的社区民警李杨倒在他钟爱的岗位上, 经过6天抢救, 还是没能抢救过来。5月16日, 黎郡、东山等几个社区的数千市民自发走上街头, 为他送行。但妻子眼中的李杨是怎样的人? 我们听朱晋慢慢讲述。



7月18日, 忆及李杨, 朱晋几度落泪。(资料图片) 童迪 摄

### 还房贷的钱拿去帮人

2003年, 我们刚有了自己的新家, 我专心在家照顾儿子, 全家人都靠李杨的收入过日子。生活虽然拮据, 却很温馨。

每个月的10日是还房贷的日子, 去年的11月9日, 李杨在工作中遇到一名需要帮助的辖区群众, 心里一热, 就把刚发的工资全都给了他。回到家, 我让李杨去还房贷, 他才想起我们当月的生活费都没了着落。他一遍一遍地跟我解释, 那名群众家里情况有多么困难, 多么需要帮助。

我又气又急, 可钱已经给了人家, 总不能再去要回来, 我只好回老家向年迈的爸妈借钱来还房贷。这些年, 他这样帮别人不知道有多少次了, 我也只好精打细算, 日子过得紧巴巴的。

其实我介意的不是这些钱, 最重要的是, 李杨把大多数时间用在工

作上, 连陪家人吃顿早饭都是奢望。

### 工作比儿子还重要吗?

还记得儿子3岁那年, 有天晚上, 外面下着瓢泼大雨, 李杨在所里值班, 我一个人带着孩子在家。后半夜1点多钟, 儿子突然喊肚子痛, 小脸通红, “哇”地一声开始呕吐, 浑身没力气。我急忙给李杨打电话, 可他只讲了一句“走不开”就让我自己想办法带孩子去医院。

我无助地放下电话, 抱起儿子出门, 一个人没法打伞, 好不容易冒雨拦到一辆的士赶到医院, 医生说要打吊针, 我又独自陪着儿子在输液室, 一边看儿子吊水, 一边担惊受怕。李杨直到第二天早上下了班才赶过来。

那时候, 要说心里不委屈那是假的。他总说要做个好父亲, 可儿子生病他都不能来看一眼。就算工作再

忙, 别人的事情再重要, 难道比自己的亲生儿子还重要吗?

### 他是我永远的爱人

然而, 在李杨住院的一周里, 我终于见到他一直苦心经营的、更大的家庭。

他毫无征兆地倒下, 我手足无措, 甚至不知道是否应该通知年迈的父母。最艰难的几天, 突然有那么多我认识的、不认识的人赶到医院探望他。他们帮我忙前忙后, 给李杨送汤送水, 问我有什么困难, 有什么需要帮忙。他们拉着我, 告诉我李杨是个多么善良多么好的警察, 曾经在怎样的危急关头帮助他们, 帮他们找回失散的家人、失窃的财物, 帮他们解决身边的烦难, 走出人生的低谷……

如果他能听到, 我想对李杨说, 我永远的爱人, 我会坚强地生活下去, 像往常一样孝敬好老人, 好好地把他儿子带大。我要让儿子长大以后, 做一个像你一样的男子汉。

■三湘华声全媒体记者 张明阳

# 活出精气神 中老年人也要营养“加餐”

俗话说, 家有一老, 如有一宝。如何充实老年人的文化生活, 是儿女们都关心的话题。近日笔者探访了伊利欣活学院特别为老年人开设的一系列课程, 如跳舞、唱歌、运动、电脑等。在欣活学院众多的课程设置中, 舞蹈课是最受中老年人欢迎的课程之一。舞蹈不仅让中老年人找回了激情、活力和自信, 更让这些曾经怀揣舞蹈梦想的“行动家”再次圆梦舞台。

“跳舞一直是从小坚持到现在的爱好, 年纪大了之后, 也常常在社区公园里随便练练, 没有老师教。这下可好了, 在欣活学院里, 我有了系统学习舞蹈的机会, 我一定要好好把握这次学习机会, 好好和我的同学一起享受上学的乐趣!” 70岁的李奶奶笑容满面地说。

今年3月, 由全国老龄工作委员会办公室发布的《中国老龄事业发展报告(2013)》指出, 预计2013年我国的老年人口数量将达到2.02亿, 老龄化水平达到14.8%。在未来, 这个群体的规模还



会不断壮大。因此, 保证这些老年人在心理上甘之如饴, 在身体上健康舒畅, 不仅是政府的一项重任, 也是需要社会机构积极关注

的一项慈善工程。

身体是革命的本钱, 也是老年人幸福生活的基础。但是随着年龄的增长, 老年人会体质下降, 也疏于运动。最近一项“老年营养餐”的专业服务正在一些大城市迅速兴起, 并受到了老年人的一致热捧。该服务主要是根据老年人的体质特点、健康状况、口味需要等制定一对一的营养方案, 并配备有机食材, 选派合适的厨师定期提供上门服务, 为老年客户做适合的营养餐。

其实, 关注老年人的健康, 早已从餐桌延伸出更为丰富的含义。在这方面, 以伊利为代表的爱心企业就做出了先例。通过开设

伊利欣活学院, 伊利为老年人提供身体和精神双重“营养餐”, 让老年人身体上营养均衡, 不易生病, 在心理上更有所寄托, 感受到生活的无限乐趣, 心理身体双平衡, 从而快乐地颐养天年。作为一个持续关注社会事业的企业, 伊利在为中老年人提供均衡营养的同时, 也很注重老年人的心理健康。9月份, 在分析老年人的心理特点和内在需求的基础上, 特别推出了一道“老年精神营养餐”——伊利欣活学院, 让很多老年人从此开始了一段追梦之旅, 焕发出了人生新的光彩。

欣活学院的成立为他们打造了一个生活新圈子, 在这个圈子

里, 他们可以共同分享生活的点滴、畅想人生的晚景。在欣活学院特设的公开课及嘉年华中, 老年人还能够与家人分享他们的喜悦与学习成果。同时, 随着欣活学院各项活动的开展, “欣活精神”作为一种“年轻”的生活方式, 一种自在健康、追求梦想的中老年新生活态度, 迅速在中老年人中传播开来, 它激发了中老年人隐藏内心多年



的美好梦想, 越来越多的人开始打破常规, 主动地投入到精彩的生活当中, 享受追逐梦想的快乐。通过这个舞台, 他们的精神得到了滋养, 心态得到了调整, 精气神得到了很大提高, 感觉活得越来越有奔头, 他们逐渐成为了一股鲜活的力量, 即“欣活族”。难怪很多老年人说欣活学院给他们提供的不是课程, 而是丰富的“精神营养大餐”, 这大餐让他们精神吃得饱饱的, 感觉越活越年轻!

注重身体和精神双营养, 实现身体健康、精神丰富, 是老年人幸福的晚年生活的两大支柱。我国老龄化已呈现出明显的趋势, 要使这一大批老年群体离退休后幸福感不减, 除了政府继续完善对老年人的各项社会保障制度, 让老年人老有所养、老有所依之外, 社会机构的积极引导、老年人自身的调节也至关重要。

