



9年前，海外留学归来的德庆玉珍怀揣梦想返回家乡西藏，希望为困境儿童提供更多支持。如今，德庆玉珍及团队针对西藏困境儿童、妇女、孤寡老人等开展了千余场公益性活动，惠及10余万人次。作为西藏自治区、拉萨市两级政协委员，她说：“未来希望借助政协的力量，让公益性服务惠及更多雪域群众，让每个需要的人真正被看见、被支持。”

# 让高原“格桑花”绽放在爱的阳光下

## ——访西藏自治区政协委员、西藏星光社会工作服务中心理事长德庆玉珍

本报记者 郭帅

### 一场延续9年的爱心“接力”

近日，拉萨市迎来入冬的首场降雪，处处银装素裹，尽显雪域高原之美。降雪过后，气温骤降，但西藏自治区、拉萨市两级政协委员，西藏星光社会工作服务中心理事长德庆玉珍和社工伙伴们却忙碌依旧。

接通记者电话时，德庆玉珍正在爬楼，声音有些气喘，笑着说：“会议、活动不断，只能把采访安排在空档期，路上的时间也不能浪费。”

“为什么这么忙？”面对记者的提问，德庆玉珍打开了“话匣子”。自从9年前一脚踏入社会工作服务领域，她交出了很多不斐的成绩单：创办西藏民间第一个专注于女性教育的公益项目“青墨斋”，创办具有西藏社区特色且系统推广的社区青少年项目“阳光社区”，关注在押青少年的教育矫正，帮助大学生们创新就业……

去年，她和团队还参与到拉萨市民政局19个社工站的建设工作中。“一直在持续入户走访。我们通过建立数字化系统，充分了解困境群众的动态变化。”德庆玉珍说，“希望通过精准的数据分析，为他们争取更多的政策支持。”

德庆玉珍一直是周围人眼中的“学霸”。如果没有选择社会工作，德庆玉珍可能已经在纽约从事金融行业。从北京大学毕业后，她有去过一段去陕西乡村支教的经历，“那个村子风沙很大，大部分孩子不上学的路上都要翻山越岭。虽然条件艰苦，但孩子们对知识渴望的眼神让我至今难忘。”

此后不久，德庆玉珍选择了继续深造，攻读纽约大学教育与社会政策专业的硕士学位，“出国前就已经想好，我是要回来的，要用自己所学助力家乡发展。”德庆玉珍说。

2015年初，德庆玉珍怀揣梦想返回家乡。那时，“公益创业”在西藏还是一个新鲜概念，但她义无反顾地和朋友组建了公益团队。

德庆玉珍团队的第一个项目名叫“青墨斋”，旨在通过教授阅读和写作相关的课程，帮助女孩提高自我认知。德庆玉珍语气中满是自豪：“作为一个探索性项目，每次服务的人数并不多，但是它有特别的意义和价值。”

除了教授阅读、写作，德庆玉珍还带领团队不断进行新的课程设计，希望帮助更多学生拓宽未来的选择路径。

为此，德庆玉珍专门请来老师，开设编程课、为困境女孩提供公益心理咨询服务等。“我想多引入一些



德庆玉珍入户为牧民孩子辅导功课。受访者供图

课程，学生也能多拥有不同的视角和体验。”德庆玉珍说，她希望有更多西藏女孩打破对自身的固有认知，拿出亮眼表现，变得更加自信。

“教育是涓滴成河的事，很难在短期内看到明显变化。但这近9年的时间里，我们的身边一直在发生着改变。很多女性告诉我们，从我们身上看到了一种力量。”德庆玉珍笑着说，“不久前在活动中碰到一个做得很好的女性，她告诉我她曾在9年前参加过‘青墨斋’项目。”

“没法形容当时那种激动之情，9年快过去了，我们对服务对象的路上都要翻山越岭。虽然条件艰苦，但孩子们对知识渴望的眼神让我至今难忘。”

这些年，她和伙伴们服务了千余名“青墨斋”女孩，他们的付出和汗水也被更多人看到，德庆玉珍先后荣获“西藏青年五四奖章”“全国青年岗位能手”“全国三八红旗手”等荣誉，“很感恩这些肯定，更感谢受助者对我们的认可，让我们前行的路上充满了动力。”

### “姐姐，我以后要像你们一样”

“青墨斋”项目的成功，让德庆玉珍和团队更加坚信，有爱、专业、坚持，能够点亮更多的生命。于是，他们又将目光投向了更广泛的群体，致力于为更多的困境人群提供帮助。“无论服务对象是谁，我们最终的目的还是推动社会良性发展，看见并理解更多有需要的人。”德庆玉珍说。

“姐姐，我很迷茫，不知道未来的方向在哪里……”说话的孩子叫扎西（化名），曾经是一名在押青少

年。即使已经过去7年，德庆玉珍的梦中还是常会闪现初见扎西时，他说出这句话时惶恐而困惑的眼神。

2016年，共青团拉萨市城关区委找到了德庆玉珍，希望她能前往拉萨市看守所，给予看守所内的未成年人以教育支持。在那次活动中，她见到了扎西。

那天，她告诉扎西：“不用害怕，我们会再来。”为了这句承诺，德庆玉珍开始了一项针对预防青少年犯罪以及在押未成年人矫正教育的创新项目，名为“星光计划”。“我觉得，影响仍然在持续，并且将影响我们的西藏女性。”德庆玉珍说，“这是一场爱的‘接力’，比任何褒奖都更有力量。”

德庆玉珍与团队在课程设计中引入普法环节，并围绕家庭关系、同理心、同伴认知等重点内容开展课程，他们还向孩子家长讲述陪伴和关怀对孩子成长的意义，希望能够弥补教育环节中的缺失，让孩子拥有更完整的家庭教育环境。

在“星光计划”中，德庆玉珍为很多孩子上过课，她永远忘不了一个孩子在看守所认真地说：“姐姐，我以后要像你们一样，做一个对社会有用的人。”德庆玉珍略带哽咽地说：“以前也曾怀疑，我们的这份坚持究竟是否有意义。孩子的这句话让我们建言更加通畅，能为每个需要的个体发声。”

在德庆玉珍的教导和感化下，扎西对自己的未来也有了积极的规划——想学做咖啡。2019年，一家名为“檀佳”的咖啡馆在拉萨开张营业，这是德庆玉珍对一名曾经迷途

的少年最大的支持和鼓励。

### “为每个需要的个体发声”

2020年8月，星光社会工作服务中心作为自治区首家专业社会工作服务机构应运而生。

今年8月，由星光社会工作服务中心研发的“社会工作一体化数据平台”上线。“随着服务项目拓展，我们的服务对象越来越多。我们需要通过数字化赋能，让困境人群得到更精准、更有效的服务。这个平台可以为服务对象建立数字化档案并且追踪服务进程。”德庆玉珍自信地说：“留学时，这也是我们的主修课程，是我的强项，也是我想带给家乡公益更多不一样的内容。”

早在2019年，德庆玉珍就已经尝试以数据引领社工服务，采集构建困境儿童和青少年教育成长的相关数据。“支持社工的同时，我们也希望这些数据能够为相关单位工作开展及制定政策提供一些支持。”德庆玉珍说。

近9年来，德庆玉珍及团队针对西藏困境儿童、妇女、孤寡老人、残疾人等开展了千余场公益性活动，惠及超10余万人次。她的团队也从最初的两三个人发展到40余个全职社工。

“公益创业的过程很难，我要逼着自己学习和成长。”德庆玉珍说，团队虽然遇到过很多困难和挑战，但始终在螺旋式上升，“每一个顶点都让我们更进一步，而每一个低谷也正是我们潜心修行、砥砺前行的时候。”

这些年，除了西藏星光社会工作服务中心理事长，德庆玉珍还多了很多社会身份：西藏自治区、拉萨市两级政协委员，西藏青年联合会常务委员……“每个身份背后，都是一份沉甸甸的责任。”德庆玉珍告诉记者。

从拉萨市政协委员到西藏自治区政协委员，德庆玉珍也在一步步学习、成长，“从最初对政协工作的些许陌生，到学会做一名‘懂政协、会协商、善议政’的合格委员，有很多的收获。”近年来，她围绕本职工作积极建言献策，性教育进课堂、妇女儿童保护、预防未成年人犯罪等都是她重点关注且常年调研、鼓舞的问题，“很感谢政协这个平台，让我们建言更加通畅，能为每个需要的个体发声。”

这些年，德庆玉珍的故事也被当地更多人知晓，西藏很多民间公益慈善组织应运而生。德庆玉珍说：“未来属于这些含苞待放的‘格桑花’，希望携手更多公益伙伴，让高原的‘格桑花’们绽放在爱的阳光下。”



凡人善举  
fanrenshanju

# 只为守护更多人的平安……

## ——一位基层政协委员的公益救援之旅

本报记者 郭帅

“月牙湖附近疑似有8人被困于黄河中间浅滩……”还没听到电话后面的内容，正在吃晚饭的宁夏回族自治区石嘴山市平罗县政协委员、县蓝天救援队队长翁建华马上放下手中的碗筷。他一只手往身上披着蓝色队服，另一只手挂断电话，在微信群中发布救援任务。很快，7位队员集结完毕，迅速赶往现场。

不久前发生的这一幕，对于翁建华来说，已经是家常便饭。

抵达现场，湍急的河水下隐藏着暗礁。队员们穿好救生衣，熟练地上了冲锋舟。寒风刮过脸颊，队员们一刻不敢放松，认真观察着每一寸河面。“做公益救援是件和时间赛跑的事，得抓住救援宝贵的黄金时间。”翁建华的声音爽朗：“很快8个人全部营救成功。我们少吃一顿饭，换来这么多人的平安，太值得了。”

在平罗县，很多人对这支蓝色队伍并不陌生。不管严寒酷暑、黑夜白昼，有危险和险情的地方，就能看到这支蓝色的身影。“县里多了这样一支专业救援队，我们也感觉很安心。”每一次救援，当地群众都会竖起大拇指。

说起公益救援，翁建华一下打开了“话匣子”，第一次作为石嘴山市蓝天救援队队员参与救援的经历让他至今难忘。“一个很小的孩子在河中溺亡，家属们哭得撕心裂肺。第一次面对一个幼小生命的逝去，心里说不出的难受。”翁建华说，那时他就在心里发誓，要在公益救援路上一直走下去，守护更多人的安全。

“在加入蓝天救援队之前，我对专业的救援知识几乎一无所知。”翁建华说：“做这件事需要热情，但热情只是入场券，要想真正为更多人撑起一片蓝天，更需要过硬的救援技术。”最初几年，为了提高专业能力，翁建华自费参加各类理论和技能培训，多次到其他地区的救援队取经学习，并考取了相关资格证书。

水域救援、山地救援、城市救援……从2017年正式参与公益救援任务以来，翁建华不断积累救援经验，成了石嘴山市蓝天救援队员中的“排头兵”。2022年，他萌生在了家乡建立一支救援队的想法。“我的家乡平罗县在黄河岸边，每年溺水事件频发，当地急需这样一支专业的救援队。”

那段时间，翁建华没日没夜地奔波，四



善行录  
shanxinglu

# 南昌慈善总会助力河北灾后重建

本报讯（安之舟 记者 王磊）12月12日，南昌慈善总会捐赠善款支持河北省石家庄市赞皇县许亭镇小吕村灾后重建仪式在赞皇县慈善总会举行。

据了解，今年七、八月间，京、冀等地出现极端降雨引发洪涝和地质灾害。南昌慈善总会迅速发动江西赣电投资集团有限公司等爱心企业踊跃捐款。经石家庄市慈善总会协调，该项捐款定向用于受灾较严重的赞皇县许亭镇小吕村灾后重建。

处筹措资金，并自掏腰包购买专业救援设备。3个月后，平罗县蓝天救援队正式成立，从此平罗县有了一支“蓝色卫士”。一年多过去，翁建华带领的蓝天救援队已成为平罗县抢险救灾工作的中坚力量，无论风雨，他们始终坚守，逆行而上。

如今，救援队办公室的一面墙上已经挂满了鲜红的锦旗。翁建华个人也先后荣获“宁夏好人”“宁夏青年五四奖章”“中国好人”等荣誉，“这些锦旗和荣誉，是群众对我们的认可，更不辜负这份信任，把这个充满爱的事业做好。”翁建华说，“每面锦旗背后，都是一段惊心动魄的救援故事。”

让翁建华记忆最深刻的一次救援，发生在2022年春节前。那是大年初五的下午，翁建华接到贺兰山王泉“驴友”的求助电话，和其他34名队员一起迅速到达事发点。整整一天一夜的时间，队员们安全救出14名“驴友”。

“之所以对这次救援印象深刻，是因为我们宁夏对‘初五’这天很重视，家家户户都会准备丰盛的晚餐，一家人团团圆圆。”翁建华说，“但为了救人，我们基本都是10个小时左右没有吃过东西，直到第二梯队队员就位，才有时间吃口面包。”

“很多人不理解我们为什么要做公益救援，又累又危险。我们其实为的就是守护更多人的平安。”翁建华补充道，“这不仅仅是一句冠冕堂皇的话，那么多队员在工作之外做这样一件不求回报的事，确实都只是为了这个目标。尤其是在应急救援行动中，找到被救者后，对家属有了交代，我们所有的疲惫都会在那一刻烟消云散。”

经费不足、设备不足、专业人员不足……建队一年多来，种种困难摆在翁建华面前，但他没有放弃的理由。没有经费，他就带头捐款；没有设备，就自掏腰包购买，“很多队员也会主动捐款。”

“在队里，大家的爱心善举已经成了一种习惯，不分大小。大到翻山越岭的野外救援，小到为困境群众送些米面粮油，队员们都会把这些事认真做好。”翁建华说，“有时看到微信朋友圈里的求助信息，大家也都会顺便搭把手。”

“接下来，我想围绕防溺水、交通安全等问题在家乡加大防灾减灾宣传力度。同时，作为一名政协委员，我会积极做好调研，用心撰写相关提案，为加强家乡的应急救援能力建设贡献力量。”翁建华说。



暖心故事  
nuanyangushi

# “做公益，只为一份踏实和心安”

本报记者 顾磊

安徽省广善公益服务中心负责人、合肥市善水环境保护发展中心理事长张军近日收到一枚特别的纪念奖章：由壹基金颁发的“京津冀暴雨洪涝灾害救灾行动”纪念奖章。“不久前我们还重聚河北涿州，参加了由壹基金主办的京津冀洪涝灾害总结会。”张军告诉记者。

这枚纪念奖章，也将张军的思绪拉回到了几个月前的救灾现场。“每次灾害面前，总会有一群默默付出的公益伙伴的身影，大家用爱和责任迸发出了最动人的力量。”张军说。

“不只是救灾，每一次公益

活动都为我们带来更多的成长，让我们在这条路上走得更远。”甘肃兰州、浙江杭州、湖州、江苏苏州、河北涿州、上海、北京……这是张军一个多月以来的公益足迹。自从20年前一猛子扎进公益领域，张军的脚步就从未停歇。“每天好像都很忙。”他笑着说。

张军的家乡在安徽巢湖边，那里有着占合肥湿地面积43%的那地公园，生于斯长于斯的他对家乡有着深厚感情。但他发现，儿时的河流不知从何时起不再那么清澈见底，河面上好像总是“蒙着一层灰”。

2003年，他刚从安徽中医学院毕业，在一家医院有着稳定的工作。

“但每次一想到那些河流，就觉得自己失去了很多童年时珍贵的东西，将来我们的后代难道就再也见不到那一汪碧水了吗？”想到了，这个“80后”决定

“要做些什么”，从此便走上了漫漫公益路。

“真正开始做环保公益活动才发现，几个人能做的工作、能推动的事情其实很有限。”多年的公益学习和探索后，2014年，张军组建了合肥善水环境保护发展中心。他希望能够带动更多的公众参与到河流保护的行动中来，“我们会在社区设立‘绿色银行’，鼓励居民们通过践行环保理念兑换积分；也会带着小朋友们观测湖面上漂浮的垃圾，用专业的试纸来检测水质情况。”张军说，每次看着孩子们围成一圈仰头看着他讲解时，眼里流露出的纯粹和信任，都让他觉得他和伙伴们走在一条正确的道路上。

被潜移默化影响的，除了服务对象，还有张军身边的亲朋好友。“从医学生转做公益，起初父母给的压力比较大。”张军笑言，“现在公益成了自己毕生的事业，公益的理念和意识也在潜移默化地改变和影响着家人和朋友。而我也认识和吸引到了更多的公益同行者，得到了更多的支持。”

“在做环保公益的过程中，我们发现了环境保护和自然灾害之间的密切关系，同时也在环保知识科普的过程中，认识了一些需要帮助的困境、孤儿儿童和孤寡老人。”

在环保公益项目步入正轨后，张军决定拓展服务范围，把工作重心转向帮扶关爱困境儿童、孤寡老人等，并参与自然灾害及突发事件应急救援服务，成了安徽省广善公益服务中心负责人。“希望能让更多人受益。”张军说。

十多年前，张军为合肥环保公益领域开辟出了一条新路。如今，他依然满怀热情地为更多群体服务。很多人问过张军做公益的初心，他总是认真地回答：“因为想要改变，也因为热爱和心安。公益早已成了我的一种习惯。”

近年来，张军先后荣获新华社中国网事“感动2021人物”、安徽慈善奖“慈善楷模个人”等荣誉。作为一名农工党党员，张军还立足本职工作，积极参加提案调研课题，在一批优秀农工党党员带领下，多次参与实地走访与调研，撰写调研报告，积极建言献策。

张军说，他相信“润物细无声”的力量、潜移默化的影响，也相信，有行动，就会有改变。“这些年，公益活动给我带来了很多的感动和思考，其实踏踏实实、一点一滴地做公益，为的不是鲜花和掌声，只有一份踏实和心安。”张军说，这也是所有和他一起做公益的伙伴们共同的心声。



张军在公益救援行动中。受访者供图



黑龙江穆棱：政协委员走访慰问贫困学生

黑龙江省穆棱市政协近日组织教科卫体界别政协委员开展走访慰问贫困学生志愿服务活动。每到一处，政协委员们都详细了解学生的学习和生活情况，鼓励他们树立信心，战胜困难，勉励困境学生奋发图强，用知识改变命运，长大后报效祖国。

委员们表示在今后的履职工作中，将结合自身职业情况，发挥界别委员作用，用实际行动继续帮助更多困境群众，切实把温暖和关爱送到他们心中。图为慰问活动中委员们和受助学子亲切谈心。（林新茹 付欣博）