

他们，一群活跃在社区的青年志愿者

沐光而行 志气飞扬写青春

有一群“90后”“00后”青年，空闲时间是这样度过的：她是法律工作者，定期来小区，为居民解答法律方面的疑惑；他从事维修行业，听说独居老人家里的纱窗、门锁坏了，主动上门修好；她是医学研究生，与独居、空巢老人“结对子”，入户量血压、测血糖……他们，是社区的青年志愿者。在一次次志愿服务中，既解决了居民的生活难题，也为基层治理注入“青春动能”。



左上图：志愿者阎雅倩上门为独自在家的孩子辅导功课。左下图：志愿者李鹏红给老人量血压。右图：志愿者李晋阳在社区“快乐学堂”陪伴孩子游戏。

尽己所长 参加公益

24岁的李鹏红学医后，最大的心愿就是用所学知识帮助别人。因此，她主动到和泽苑社区报名，成了一名青年志愿者。

她是山西医科大学的在读研究生，目前在山西白求恩医院神经内科实习。她萌生志愿服务的想法，是受父亲的影响。父亲经常参加环境治理、敬老助残等志愿服务，给她做了榜样。

她与90岁高龄的独居老人史麟台“结对子”，定期与网格员高小梅入户。一人为老人量血压、测血糖、聊天，另一人下厨，给老人准备少油低盐的午饭。时间久了，老人已把李鹏红当成了家里人，喜欢得不得了。有几次头疼脑热，老人“点名”让她陪着去医院，说“有小李陪着，我心里踏实。”

她还建了一个微信群，把很多老年人拉到群里，每天给大家分享合理膳食、科学运动、良好生活习惯等方面的知识。家住涤纶厂小区的胡大爷夸赞：“这个群真有用，我和老伴每天都来‘打卡’，学到不少健康小秘诀。”

“能用所学知识帮到大家，我很自豪，会一直坚持下去。”在她的带动下，有几名同学也加入到社区志愿服务中。

每月之约 不见不散

5月1日上午9时，黄小霞准时来到滨体社区法律服务工作室，履行她与居民的“每月之约”。

“90后”的黄小霞，是山西智渡律师事务所的一名执业律师。2023年，她有了“社区志愿者”的新身份。从此，每个月，她至少来一趟社区，免费为居民提供法律咨询。每次，总

会待一整天，因为来的居民太多。

黄小霞擅长处理婚姻家庭、金融纠纷等方面的法律问题。不过，常有居民问出“超纲”话题，她从不推诿。记下来，回去请教同行或查阅法律条款。下次来，一对一详细解答，直到居民满意。有一次，居民张女士因母亲的遗产分配问题，与亲属产生纠纷。无奈，她来社区求助。黄小霞了解情况后，先后见了张女士和几名亲属，阐明说透相关的法律规定，并提出了相应的解决方案。经过多次沟通劝导，这家人冰释前嫌。张女士感激地说：“一家人和睦和睦最重要，多亏黄律师帮忙。”

如今，很多居民遇到法律层面的事情，养成了“先问问黄律师”的习惯。70岁的王大娘，竖起大拇指说：“有啥法律疑惑，问一下小黄。她会很耐心地讲解，我们老年人一听就懂。”

周末课堂 伴童成长

24岁的阎雅倩是一名小学老师，喜欢与孩子们在一起。

2022年，她从辽宁工业大学毕业后，在当地的培训机构短暂任职，此后还做过平面设计、墙绘。去年，她回到家乡太原。当时，和泽苑社区面向辖区居民招募志愿者，她马上报名。

今年2月份，社区在智诚天和园小区开展了一场亲子互动活动。阎雅倩发现，有几名家长把孩子送到活动现场就匆匆离开。询问得知，他们由于工作太忙，常无法陪伴孩子。于是，阎雅倩找到负责该小区网格事宜的网格员阎玉秀，提出自己在大学读的是绘画专业，希望在周六日、寒暑假开办“公益课堂”，既能解决孩子无人陪伴的问题，也能丰富孩子们的课余时间。

网格员、社区都很支持，当即在业主群发通知，有不少家长报名。仅2个月，绘画公益课已举办了6期，颇受居民欢迎。

“尽己所能，帮助别人，我也很开心。”最近，阎雅倩正与同学、同事沟通，想吸引更多人加入，让公益课内容更丰富。

尽心尽力 关爱老人

“90后”的刘滨杰，2021年主动向滨体社区申请，成了一名青年志愿者。

他曾开过纱窗销售公司，与网格员入户时，留意到有的独居、空巢老人家里纱窗老化破损，蚊蝇、杨柳絮常进到家里。他想起，自己手里还剩下不少纱网材料，正好能派上用场。

今年以来，刘滨杰已为数十户独居、空巢、高龄老人，义务更换或维修了纱窗。独居老人赵大娘家的纱窗，用了很多年，已变得灰蒙蒙的，多处破损，影响通风效果。他得知后，带着材料、工具上门更换。

拆卸旧纱窗才发现，橡胶压条早已老化，粘在窗户凹槽里。他只能用小刀一点点清除，再仔细比照窗框“量体裁衣”，裁出来尺寸合适的纱网。忙碌了2个小时，刘滨杰一口气把卧室、客厅的纱窗都给换了。“小伙子喝水，歇会儿！”看着焕然一新的纱窗，老人乐得合不拢嘴，连声道谢。

滨体社区鼓励有一技之长、热心公益的居民参与志愿服务，有很多与刘滨杰一样的年轻人加入其中。志愿者们各展所长，为社区注入了新的活力。

帮助他人 快乐自己

探望空巢老人、清理楼院杂物、规

范电动自行车停放……山西工学院的大二学生李晋阳，别看只有20岁，志愿服务的时长却不短。

他家住玉门花园A区，小区属于玉园南社区管辖。2021年，社区充实了一批网格员，并向居民招募志愿者。李晋阳正好放寒假在家，当即报名。从此，每次回家，他都主动跑到社区，看有啥志愿服务需要人手。

76岁的崔大爷是独居老人，下楼不慎踩空，导致腿脚受伤。得知后，李晋阳三天两头往老人家里跑，帮老人做点家务。事后，老人见到李晋阳的父母，竖起大拇指夸赞：“你家儿子，是个好小伙！”

去年，社区开设“快乐学堂”，为辖区学龄前儿童提供亲子游戏、手工制作、科普宣传等服务，需要一批老师。李晋阳找到网格员马亚飞报名，说喜欢和孩子们在一起。1年多来，他累计参加社区“快乐学堂”活动30余次，陪着孩子们做游戏、唱歌、画画。他阳光开朗的性格，深受孩子们欢迎。一见面，孩子们就亲切喊他“阳光哥哥”“小李老师”。

今年“五一”假期，李晋阳没有外出旅游，整天待在社区陪着孩子们。他说：“我想做些有意义的事情。志愿服务是宝贵的社会实践，帮助别人，我也收获了快乐。”

每一份青春力量，都是一束时代光芒。时值“五四”青年节，这群年轻人，笑意盈盈，沐光而行，竭尽全力在社会实践过程中发挥更多的光和热。他们，也终将成为自己的光。

记者 李涛 文/摄 扫码看视频

