

天津市文明办 编

志愿者

心得

当代雷锋日记

城市文明缩影

高尚行为楷模

天津人民出版社
TIANJINRENMINCHUBANSHE

天津市文明办编

志愿者 心得

当代雷锋日记
城市文明缩影
高尚行为楷模

天津人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

志愿者心得 / 天津市文明办编. —天津:天津人民出版社,2008. 11

ISBN 978 -7 -201 -06111 -5

I. 志… II. 天… III. 志愿 - 社会服务 - 天津市 IV. D669.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 174544 号

天津人民出版社出版

出版人:刘晓津

(天津市西康路 35 号 邮政编码:300051)

邮购部电话:(022)23332469

网址:<http://www.tjrmcbs.com.cn>

电子信箱:tjrmcbs@126.com

高等教育出版社印刷厂印刷 新华书店经销

2008 年 11 月第 1 版 2008 年 11 月第 1 次印刷

787 × 1092 毫米 16 开本 9.25 印张

字数:100 千字 印数:1 - 5100

定 价:20.00 元

编委会

编委会主任：刘凤银

编委会成员：沈志建 刘春雷
陈英杰 王培军

执行编辑：王培军 李 萌
郑国强

做一个高尚的人

2008年,我国的志愿者作为一支力量出现在国家重大活动的广阔舞台上。

汶川大地震,全国各地的志愿者在第一时间赶往灾区,主动承担最艰苦的工作,为受灾群众撑起一片天。北京奥运会,志愿者真心奉献、友爱互助,为中国赢得了巨大荣誉。

天津的志愿者同样活跃在这个火热的年代。在支援抗震救灾、协办奥运会、实施重点工程、共建美好家园的伟大实践中,天津50万志愿者作出了自己的奉献。

志愿者是不为报酬、不图名利、自愿服务人民、奉献社会的人,志愿精神的主要内容是奉献、友爱、互助、进步。实际上,志愿精神是雷锋精神在当代的新发展、新升华,与我们党全心全意为人民服务的宗旨是一致的。毛泽东同志在《纪念白求恩》一文中,号召我们学习白求恩毫不利己、专门利人的精神,他说:“一个人的能力有大小,但只要有这点精神,就是一个高尚的人,一个纯粹的

人，一个有道德的人，一个脱离了低级趣味的人，一个有益于人民的人。”每每重温这段教诲，总能给我们带来做人做事的标准、勇气和力量。

成千上万的天津人已经行动起来，投入到服务人民、奉献社会的志愿服务中去，在建设美好家园的同时建设着精神家园。志愿服务事业如同春日里的花朵竟自生长着、美丽着、优雅着。市文明办与天津日报、今晚报等开展了征集志愿者心得活动，让志愿者在奉献服务的同时，贡献出他们的真实感悟，今又将志愿者心得编辑成书。读着这一篇篇短文，一缕缕清香沁人心脾，是这样自然、朴实、生动，是这样打动人的心灵。愿更多的人加入志愿者队伍中来，一起享受高尚带给我们的快乐。

作为第一个读者，写下这些感想。是为序。

肖怀远

2008年11月

目 录

点燃激情 传递梦想	孔祥瑞 001
北京奥运会,我在心中默默祝福您	奉龙印 002
我们的微笑,是天津最美好的名片	王成晨 003
梦想起跑	李 斌 004
一切为了机场安全	张 翊 005
总理和我握手	宁克江 006
学好外语 练棒身体 喜迎奥运	赵蕴华 008
一张只有九个字的纸条	杨 颖 009
我最高兴的一件事	孟 婕 010
扮靓城市“名片”	邢来发 011
十个游戏币	曹智慧 012
我心中的奥运梦	汪海旻 013
捐出我的压岁钱	吴宇轩 014
奉献是快乐的真谛	王伟凯 015
我参与 我奉献 我快乐	苏洪禄 016
笑迎天下客	张 梅 017
文明督导员要做到四“勤”	于秀华 018
为奥运火炬传递保驾	吴桐斌 020
让爱心不断延伸	廖怡然 021
我带洋人去扫街	梁张辉林 022
奥运圣火在天津港传递	郑 毅 023
莫道桑榆晚	刘富贵 024
永不言弃	贾 铎 026

我为四川地震灾区献爱心	王秀敏 027
让爱心在这里传递	吕文霞 028
为灾区尽点力义不容辞	李 静 029
不讲条件是真情 不图回报是大爱	孙 利 030
为灾区人民献爱心	张富明 032
我愿收养一个灾区孤儿	邓洪利 033
我用声音传递爱的讯息	赵 园 034
我为灾区三次捐款	李德荣 036
有一分光 发一分热	张春生 037
我要跑出“奥运火炬手”的自豪和威风	朱成玉 038
专治“牛皮癣”	谭春耕 039
争做文明使者	张建生 040
奥运让我更快成长	王 宏 041
舞动生命的节拍	张丽华 042
“奥运火炬手”值得我荣耀	黄 毅 044
“有一个梦,由我启动”	王 磊 045
优质服务从我做起	张志杰 046
退休后我当上居委会主任	张 镔 047
我为“小病号”献爱心	王守振 048
宣传奥运服务奥运	山文怡 049
让爱充满车厢每一个角落	桑晓东 050
我为奥运尽点力	邓 洁 051
我们全家都是志愿者	李毓新 052
我用歌声迎奥运	栗平分 053
向奥运展示天津公交窗口	商胜利 054
珍惜所有的感动	林 田 055
请您关注我办的“栏目”	冯海涛 056
我要精心照料好“叔叔”	赵春丽 057

学会自我加压	赵 联 058
08,08,我们有理由骄傲	金 戈 059
“牛牛”会慢慢好起来的	窦春晓 060
被人需要是一种幸福	王 芳 061
我找到了心灵的归宿	周云燕 062
只要有爱,就能走进他们的世界	程 程 063
助人亦自助 乐人也乐己	苏雪梅 064
我愿做爱的使者	石海波 065
我与孤老“结对子”	孙慧馨 066
我有信心教好这个学生	曹陈诚 067
我的信念持之以恒	宁佳骊 068
我找到了自己的人生坐标	梁建强 069
做一名文明骑行者	李德起 070
让 SOS 儿童村的孩子们从快乐中感受爱	戴 薇 071
我觉得特别有成就感	王岩岩 072
让中外乘客在天津公交车上感受到更多热情与欢乐	马津凯 073
愿车厢里充满爱	高 宏 074
我的心里多了一份沉甸甸的责任	陈 涛 075
在村民中传递奥运精神	王立福 076
只要人人都献出一点爱	喻中群 077
生命在爱中延伸	赵立梅 078
这些收获无法用金钱衡量	孙树旺 079
牵手夕阳情自真	毛君杰 080
从点滴做起	穆洪生 081
播洒一路情和爱	董铁林 082
奉献的路充满欢笑与喜悦	崔日胜 083
把志愿服务当成美的享受	李申元 084
我的志愿者之路	韩 冰 085

文明督导员要具备“四心”	张俊全 086
生活过得越来越充实	单 婷 087
青春无限 爱心永恒	柴树芳 088
我无怨无悔	董 喆 089
我期盼着这一天	苑宝安 090
做一名社区志愿者很光荣	刘淑梅 091
我要把这些小事持之以恒地做下去	赫永春 092
我愿做一辈子“孩子王”	魏连武 093
把小区建成迎奥运靓丽的“窗口”	黄文雅 094
予人玫瑰,手留余香	沈月霞 096
“名誉校长”不为名	侯圣婉 097
生命不息 忙碌不止	韩家千 098
贵在坚持	袁 钧 099
点滴小事见精神	陈秉忠 100
做传递爱心的使者	于泽亮 101
余热生辉暖夕阳	汪宝树 102
认真履行安保职责	郝秀萍 103
一切为了孩子	邹文杰 104
做一个有益于他人的人	陈雅琴 105
我要把志愿服务做到底!	曹瑞林 106
我的退休生活	苗学斌 107
我为社区作贡献	刘奎建 108
我们的志愿服务受到社区居民欢迎	李玉明 109
我成为一名光荣的奥运安保志愿者	全云龙 110
感恩社会 回报他人	周 瑞 111
前方后方救灾忙	王 洁 112
祝愿灾区每一位患者早日康复!	孙 艳 114
感恩与回报	曹文德 115

当好社区调解员	穆桂强	116
练好身体迎奥运	王 韬	117
在奉献中体验快乐	李兰英	118
做名副其实的社区志愿者	李 军	119
这种幸福感无法用语言表达	王 淼	120
社区——我奉献的第二阵地	刘锡康	121
我们春夏秋冬都在忙活着	段连杰	122
为灾区小朋友献出一点爱	陈 诺	123
我随时准备着奉献与付出!	谷莎莎	124
发挥特长 为奥运作贡献	于育才	125
情系奥运	黄 伟	126
事儿虽小意义大	向允莲	127
抗震救灾,社区志愿者在行动	唐锦荣	128
在地震灾区的日子里	刘娜娜	129
灾情牵动我的心	曹辛枢	130
义务献血——我的爱心旅程	沈志斌	131
我也很有爱心	康敏楠	132
送一份爱 暖一片心	李永兰	133
大灾大爱 众志成城	贾金柱	134
后 记	编 者	135

点燃激情 传递梦想

孔祥瑞

2008年8月1日,天津港五洲国际集装箱码头被五星红旗、奥运五环旗装点成欢乐的海洋,到处是“点燃激情、传递梦想”的火热场景。上午8

孔祥瑞,男,53岁,中共党员。天津港中煤华能煤码头有限公司孔祥瑞操作队队长兼党支部书记,奥运志愿者、天津市“十佳文明市民”。全国道德模范提名奖获得者、全国劳动模范、全国优秀共产党员。北京奥运会火炬手。



时整,我从天津市委书记张高丽手中接过“祥云”,开始了奥运火炬在天津的第一棒传递。这一刻,天津港沸腾了!中国加油!奥运加油!天津加油!欢呼声响彻长空。

我是一名普通的技术工人,能成为天津地区奥运火炬传递的首棒,真是备感荣幸。这个荣誉是党和人民授予我的,更是市委市政府对天津港全体员工努力创建世界一流大港的褒奖和鞭策。火炬传递虽然只有短短的几十米,却是我人生中最光彩、最难忘的一刻。那一刻展现的是全市一线产业工人的风采和天津滨海新区人民的风貌。

“更快、更高、更强”的奥林匹克精神不仅感染着绿茵场上的奥运健儿,也深深感染着我们每一位港口工人,奥运会体现的精神与我们天津港倡导的企业精神是一致的。我将继续保持永不满足、勇攀高峰的劲头,带领我的团队向着国际港口城市和世界一流大港的目标迈进。运动员们在竞技场上努力拼搏,勇争第一,我们在自己的工作岗位上更要刻苦钻研,不断创新,当好推进企业又好又快发展的排头兵。

8月3日,我把见证历史神圣时刻、承载丰富精神内涵的第一棒奥运火炬,捐赠给了天津博物馆。

北京奥运会,我在心中默默祝福您

奉龙印



奉龙印,男,24岁,中共党员。天津工业大学外国语学院英语051班学生,女足世界杯天津赛区志愿者。2007年FIFA女足世界杯天津赛区优秀志愿者、三好学生。

我作为女足世界杯天津赛区的一名志愿者,为五场正式比赛做志愿服务工作。其间,感触颇多、收获颇多……

回想起我的志愿者之梦,可以追溯到北京申

奥成功的那一年。从那时起,我就下定决心做一名志愿者。在去年学校组织的女足世界杯志愿者选拔中,我顺利地通过了相关考核,成为一名志愿者,那时候的心情是无法用言语来表达的。

然而,我深知,作为一名志愿者,要把服务社会作为自己的光荣使命。为了圆满完成组织交给的任务,我在学习之余,经常查阅一些与足球相关的知识,以弥补相关知识的不足。同时我还加强了口语练习,锻炼自己的口头表达能力。虽然水平提高有限,但较之以前已经好了很多,基本的交流已没有问题。另外,我还加强了身体锻炼。

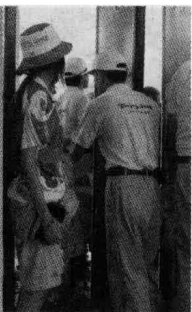
真正的考验终于到来了。正式比赛期间,我和其他几名志愿者负责疏导入场观众,并告知安检程序,特别是对那些外国观众,我们还要充当翻译,以协助安检人员工作。我们被安排在了安检部门,但这次的要求极其严格,特别是中国跟新西兰的那场比赛,整个球场都爆满了,而场外还有很多买不到票的人想进去,其中还有不少是外国人,我们通过耐心做工作,用真诚打动了他们,他们都礼貌、友好地离开了,我们也圆满地完成了任务。

这次经历,让我体验到了志愿者的苦与乐,感受到了志愿者的魅力,也体味到了志愿者工作的真谛,那就是使命和责任!它是我人生的宝贵财富,会留在我的记忆深处,伴随我的一生。

我们的微笑,是天津最美好的名片

王成晨

很荣幸,我被选为北京奥运会天津赛区奥足赛志愿者。我的周末被一场接一场的培训塞得满满的。在经历了一场接一场的培训之后,我意



王成晨,女,21岁,天津工业大学青年志愿者,多次参加学校组织的志愿服务活动。

识到,原来当一名合格的志愿者,并不像我想象的那么轻松。成为一名奥足赛志愿者,与其说是一个荣誉还不如说是一个挑战,这个挑战远比我们想象中的大,但是我要不畏挑战,勇敢地走下去!

最近,我查了一下志愿者的相关情况。早在1992年巴塞罗那奥运会时,国际奥组委就对奥赛志愿者有了清晰的定义:“奥运志愿者是一个在奥运会这个组织里,对集体做出个人和利他承诺的人,他/她承诺将尽其所能完成交与他/她的任务,并且不接受金钱或奖品等类似性质的奖赏。”

国际奥委会主席罗格先生说过:“志愿者是奥林匹克运动的基石。志愿者是奥运会真正的形象大使,他们代表奥林匹克精神。没有志愿者就没有奥运会!”

总而言之,2008全世界都在看中国。不论我们在哪、从事何种职业,我想每个中国人都愿抱着一颗志愿服务的心态去迎接八方来客,而每一名志愿者,不论从事何种岗位的志愿服务都是在默默奉献。相信我们志愿者的微笑将会是天津最美好的名片!

梦想起跑

李 斌



李斌，男，28岁，中共党员，天津港第四港埠有限公司宣传部干事，奥运安保志愿者。

盛夏流火，但天气再热也敌不过我们为奥林匹克运动服务的热忱，工作再苦也阻挡不了我们为祖国、为奥运会奉献的热情。奥运圣火能在我们

中华大地传递，在我们渤海之滨传递，为我提供了终生难忘的机遇。我能代表天津港传递奥运圣火，这是一种无上的光荣。

我深知，光荣背后蕴涵的是责任和付出，来不得半点马虎，容不得半点差错。“被需要是一种幸福”，这种感觉我只有在做过奥运火炬手后才获得并真正理解。无论是在奥林匹克场馆还是在马路边，我都积极为奥运圣火的成功传递贡献着绵薄之力。每当我发现有人乱穿马路时，我会毫不犹豫地向前劝阻；每当我发现社区周围有人非法张贴小广告时，我会勇敢地前去制止；每当我发现公共场所所有垃圾污物时，我会及时拣起……尽管有时也会被人们误解甚至嘲笑，但我无怨无悔。

奥林匹克不仅仅关乎运动，它可以把世界各地不同肤色、不同习俗、不同文化背景的人们联系到一起。8月1日，第29届奥林匹克圣火传递活动在天津港五洲国际集装箱码头起跑，作为一名奥运圣火传递者，我庄重地接过火炬。从此，这激动人心的时刻将闪耀在我人生中的每一步！“同一个世界、同一个梦想”。

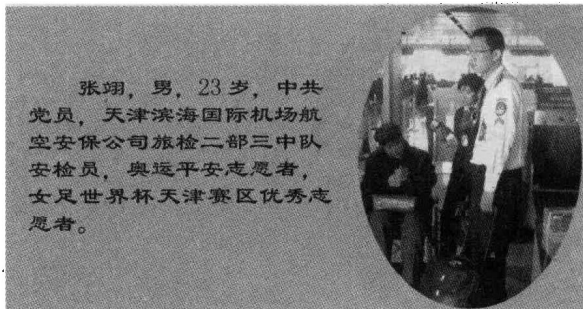
一切为了机场安全

张 翊

天津,作为北京奥运会的协办城市之一,在努力做好各项工作的同时,也感受到了奥运所带来的压力。我作为一名天津机场安保人员,更是对

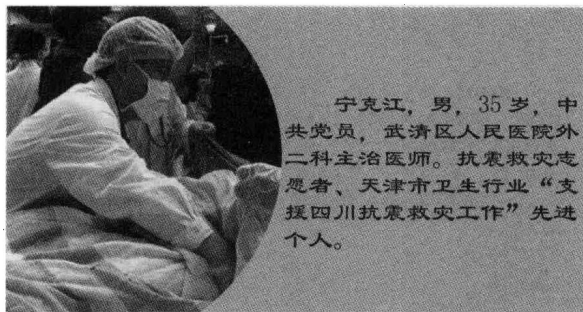
这份压力有着深切的体会。民航在承载奥运航空运输服务保障任务的同时,保障空防安全成为了重中之重,天津机场成为确保奥运航空安全的前沿阵地。为了积累经验、查找不足,我们机场进行了多次针对奥运安保的测试,在各部门的通力合作下,整个奥运保障流程进行得比较顺利。但是在安检过程中,我发现为乘客提供优质服务与坚决执行安全检查规定之间存在着矛盾与困难。

我认为,坚持“安全就是最好的服务”的宗旨,在确保安全的基础上,给予旅客最贴心的关怀、最和悦的态度、最婉转的话语。为了实现优质服务与确保安全双赢,我和同伴们认真学习中央文明办编写的《迎奥运、讲文明、树新风礼仪知识读本》,熟练掌握了許多国家的礼仪礼节,为在奥运会期间,给国内外宾客提供优质服务奠定了基础。与此同时,我们经常加班加点,苦练安保基本功,为的是排除一切不安全因素。我认为,再大的困难除以13亿都是渺小的,再微薄的力量乘以13亿都是巨大的。通过我们的努力,北京奥运会必将给世界人民留下美好的印象,让世界记住中国,为中国而赞叹。



总理和我握手

宁克江



宁克江，男，35岁，中共党员，武清区人民医院外科主治医师。抗震救灾志愿者、天津市卫生行业“支援四川抗震救灾工作”先进个人。

今年5月23日，是我随天津市武清区人民医院赴四川抗震救灾医疗救护队在四川华西医院工作的第5天。这天下午2点多钟，我听同事

说可能有中央领导来看望大家。到了下午3点钟，国务院总理温家宝同志亲自到华西医院慰问医护人员和地震伤员。我看到由于连日在四川地震灾区奔波，我们敬爱的温总理略显疲惫，但还是那样神采奕奕。第一次近距离看到总理，我的心情非常激动，我和在场的同志们一起喊着“总理好，总理辛苦了！”没想到，温总理很快走到我面前，并和我亲切握手，还问我救治了多少伤员。我回答说，今天共诊治了25名伤员。温总理对我的工作给予了充分的肯定，鼓励我要多救治伤员，嘱咐我要注意身体。听了温总理深情的问候和嘱托，我激动得不知说什么好……

我想，四川汶川地震发生后，温总理用最快的速度到达灾区一线，现场指挥抗震救灾，慰问抢险救灾人员和受灾群众。他给我们一线救护人员留下终生难忘的印象，也给全国人民战胜自然灾害带来巨大信心和无穷力量。在随后的几天里，我浑身仿佛有使不完的劲，从5月23日下午到5月29日我们救援队撤离，我亲手救治伤员210名。

在大灾大难面前，我亲眼看到了我们党和国家领导人对人民群众的关心和牵挂，亲眼看到了全国人民“一方有难、八方支援、共渡时难、众志成城”的毅力和真情，也亲眼看到了太多的生死离别，太多的善良和坚强，我的心灵得到了净化和洗礼，这段经历将激励我在今后的工作中不畏