

退役老兵长江水域勇救落水者

昌乐籍滕增贵的救人义举收获网友广泛点赞



▲滕增贵
▲滕增贵救人视频截图

□文/本报记者 刘晓梅 通讯员 滕风华 滕绍波 图/受访者提供

7月15日，长江日报大武汉客户端报道了潍坊昌乐籍老兵滕增贵在长江边救人的事迹，相关内容收获网友广泛点赞，大家都夸赞他是“了不起的潍坊人”。

7月17日，记者联系到滕增贵的家人，对其救人事迹进行了采访。滕增贵是一名退役军人，老家是昌乐县营丘镇滕家下埠村，今年63岁，身上有一股刚毅和正气。他退役后一直在湖北武汉工作，并积极加入武汉市武昌区长江卫士退役军人志愿服务队。多年来，他始终坚守军人本色、不改初心使命，坚持常态化江岸巡查、江面值守、隐患排查，主动劝阻江边野泳、违规垂钓、临水嬉戏等各类危险行为，默默坚守防溺水一线，守护长江水域平安。

事发时是7月15日6时左右，在武汉平湖门长江水

域，一名男子在未佩戴任何救生防护装备的情况下，独自下水野泳。游泳途中，该男子不慎闯入水流湍急的逆水漩涡水域，受江水冲力与暗流裹挟影响，体力迅速透支，身体失控无法折返岸边，情况万分紧急，该男子惊吓中大声呼喊“救命”。

危急时刻，正在巡江值守的滕增贵与另两位队员听到呼救声后，快速往现场跑去，滕增贵临危不乱、反应迅速，立即携带救生装备快速游向遇险人员位置。抵达险情水域后，滕增贵耐心安抚遇险男子，并凭借娴熟专业的水上救援技能，克服湍急水势，带男子稳步向岸边安全区域转移，最终成功将该男子平安营救上岸，前后只用了约10分钟。

滕增贵奋不顾身下江救人，在场的人都夸他是好

样的，称赞他是当代活雷锋。其实，这并不是滕增贵第一次救人。去年5月份，他还曾救起一位落水的女士。在生活中，他也是一个热心人，只要身边朋友有困难，他都会力所能及地伸出援手。长江水域勇救落水者，滕增贵的义举传递着人与人之间的温情。这种为他人生命安全挺身而出的英勇行为，展现的正是社会所需的正能量。

寻找我身边的
温暖

套圈、玩保龄球、夹珠子……

老人在玩乐中学会科学养老

□文/图 本报记者 刘晓梅



老人正在玩快乐套圈游戏。



老人正在玩巧手夹珠子游戏。

快乐套圈游戏、趣味保龄球、巧手夹珠子……近日，诸城市阳光社会工作服务发展中心在诸城市昌城镇得利斯社区开展“记忆包裹”项目嘉年华活动，通过专业化、精细化、常态化的认知健康服务，让老年人在轻松愉悦的游戏氛围中学习健康知识、锻炼认知能力、收获暖心关怀，守护辖区长者身心健康与晚年尊严。

“记忆包裹”项目是北京韩红爱心慈善基金会发起的公益项目，主要聚焦老年认知障碍群体的健康服务与社会倡导，诸城市阳光社会工作服务发展中心获批推广昌城镇“记忆包裹”项目。

活动中，志愿者结合老年人身体特点、兴趣喜好和认知能力，共设置6项适配老年人的趣味益智游戏，涵盖专注力、记忆力、手脚协调力、思维反应力等多维度认知能力训练。活动实行“游戏集章、积分兑礼”机制，每个游戏项目配备一名志愿者全程指导计分，老年人可自由参与各项游戏，完成对应项目即可获得专属印章，凭集章数量兑换爱心礼品，极大调动了老年人的参与积极性。

活动现场秩序井然，氛围温馨热烈。快乐套圈项目中，每位老人领取5个套圈，瞄准目标从容投掷，在轻松的玩乐中锻炼手眼协调能力；趣味保龄球项目以三角形摆放的球瓶为道具，老人在指定线外滚球击打，每人拥有2次体验机会，击倒3个及以上球瓶即可集章，有效锻炼肢体控制力与专注力；巧手夹珠子是精细动作训练项目，老人使用专用工具夹取物品，顺利完成挑战即可获得印章，针对性锻炼手部精细动作和专注力，助力延缓肢体机能退化；投壶纳福传统趣味游戏深受老年居民喜爱，老人在规定距离外投掷5支箭矢，投中1支即可集章，锻炼老人的专注力与肢体稳定性。

志愿者耐心陪伴、全程引导，还为每一位参与活动的老年人发放认知健康科普宣传页，面对面讲解认知障碍早期症状、预防方法及误区，同时送上暖心小礼品，让老年群体切实感受温暖关怀。

爱心走访入户陪伴

为老人送去夏日关怀



本报讯（记者 刘晓梅）为传承尊老敬老的传统美德，切实守护乡村老年群体的身心健康，近日，寿光市蒲公英公益服务中心在寿光市部分乡村开展“暖阳助老守护站”爱心走访慰问志愿服务活动，志愿者走进乡村，入户暖心陪伴，为辖区高龄老人送去夏日专属关怀。

活动前期，志愿者精准摸排走访对象，梳理乡村高龄老人生活现状、健康情况与实际需求，精心筹备慰问物资，真正做到入户有温度、服务有力量。每到一户老人家中，志愿者将精心准备的慰问物资亲手送到老人手中，与老人促膝长谈，耐心倾听老人的心声，细致了解老人近期的生活难题（上图）。

活动中，医护志愿者还为老人开展基础身体检查，细致查看老人的身体状态，逐一询问老人日常身体状况、慢性病控制情况以及用药情况，用专业、贴心的健康指导，为老人筑牢夏日健康防线。