



李高峰，河南省扶沟县人，2001年来京务工，现任北京市朝阳区八里庄街道十里堡社区流管站管理员。因志愿服务事迹突出，曾获北京市政府授予的“北京好人”、奥组委授予的“奥运会、残奥会志愿服务先进个人”、中央文明办授予的“全国优秀志愿者”等多项荣誉。2010年被国务院授予“全国劳动模范”。

希望每一位在京务工人员都能当上志愿者，无论来自哪里，都要为别人多想一点，为社会贡献自己的一份力量。

我是一名社区工作者，也是一名从事了12年志愿服务的志愿者。没想到，从2001年进京打工至今，我这个从河南省扶沟县走出来的农民，不经意间踏上公益之路，一步步从一个普通农民工成长为京城环保公益人士。在二道沟河边、社区街道、孤残老人家中、打工子弟学校，我们的志愿者用双手和爱心帮助那些需要帮助的人，并向他们传播了志愿服务精神。

刚到北京时，我住在朝阳区甘露园铁路宿舍，社区附近有条河，人们总是随意把生活垃圾丢弃到河边。时间一久，垃圾堆积，河道变成了臭水沟，臭气熏天。我看在眼里，心里很不是滋味。我想，社区由大家共同居住，大家就有责任来维护社区环境。于是，我自己出钱买来清洁工具，自愿清理河里的垃圾。那年冬天，我遇到了我的“师傅”——被称为“北京市环保之星”的范伯成老人。从

志愿者李高峰——

“八大员”的凡人义举

李高峰口述 韩秉志整理



此，我和范老结伴，沿着这条5公里长的河道巡逻、清理垃圾，一干就是6年，一车车垃圾累计下来，得有几千吨吧。从那以后，社区关注这条河道的人越来越多，往河里倒垃圾的居民越来越少。我也和范老一样，成为了一名“城市环保之星”。2004年，我开始担任社区保洁员。身为北京的“临时市民”，我从来没有把这里当“临时家园”。每天把社区收拾妥当后，我就到街道、河道旁清理垃圾、铲除小广告、帮居民淘厕所，而且不收分文。社区居民都有我的手机号，凡遇到上下水堵了、抓小偷等事情，都会想到我。他

们都称呼我是“社区110”。

社区里有一位王大妈年老多病，我曾经照顾她很多年。因为老人有洁癖，在我之前，照顾她的护工换了20多个。于是，我有空就过去陪着老人，白天帮忙洗衣做饭，半夜打电话上医院也是有求必应。原本挑剔的王大妈，竟把我当亲儿子看待。就这样，我用实际行动融入到社区中。打心底说，居民们没把我当外人，逢年过节，都会有社区居民看望我，送我一些衣物和生活用品。

有一次，我在街上看到一群人围观一位犯病的老太太。老太太一直用头往路边的台阶上撞，满头是血。我

赶紧冲上前去，脱下衣服为她包扎，同时掏出手机拨打“110”和“120”电话，让民警帮助把老太太送往医院。当时在现场，好多人告诫我小心惹上麻烦。但我想，看到别人有困难，就应该主动站出来帮一把。老太太的女儿赶到时，激动得当场掏出500元钱表示感谢，我坚决不收。我说，“你要感谢的话，不要感谢我，今后遇到别人有困难，你也帮一把就好了。”

可以说，支撑我坚持公益事业的动力，源于师傅范伯成老人的一句话。有一天，范老对我说，他从事环保事业几十年，总有干不动的那一天，并问我能不能把这项事业坚持下去。我想，范老在70多岁高龄尚且以公益事业为己任，我作为年轻人更加义不容辞。

后来，我组织了一支志愿者服务队，范围从最初的保安员、保洁员、农民工等扩展到大学生、律师、企业老板、软件工程师等各行各业。每个周末，你都能在京城街头巷尾看到他们清理街头小广告、修车、理发、义务咨询的身影。现在，越来越多的人被我们的行动所感动，加入到志愿者队伍中来，服务队的规模已达到1200多人。

汶川地震发生后，我通过网络号召志愿者前往灾区支援，一天时间内凑足1万元钱，为灾区孩子们购买了书包、羽绒服。奥运会来了，我带领120名志愿者在十字路口、小区附近、场馆周边承担城市安保、医疗救助、语言翻译、信息咨询等任务。国庆60周年，我又和140名志愿者参与治安、环保、咨询等服务。最近，我正酝酿和部队合作，创建一个雷锋精神传承馆，准备“七·一”时在社区弘扬雷锋精神，让更多人参与到志愿服务中来。

现在，我担任北京市朝阳区八里庄街道十里堡社区流动人口管理员，负责为流动人口办理暂住证等工作。我还兼任“八大员”职务：社区保洁员、义务巡逻员、垃圾分类指导员、文明城区创建员、邻里和谐调解员、志愿工作服务员、北京精神宣讲员。但是，我却希望有一天能卸下这“八大员”的帽子。我想，如果每位居民都能自觉维护社会秩序，爱护环境，那就不再需要我这“八大员”了。

12年的志愿服务，苦过，累过，也受过委屈，但我很知足，也很高兴，因为我从中收获了快乐、收获了尊重、收获了社会进步所带来的一次次感动。通过这些年的志愿服务工作，我深深感受到志愿者在环境保护、社区进步、精神文明、重大赛事活动等方面起到的积极作用。我还有一个梦想，就是希望每一位在京务工人员都能当上志愿者，无论你来自哪里，都要为别人多想一点，为社会贡献自己的一份力量。以后的路还很长，我将继续在平凡的岗位上，用自己的实际行动影响更多的人，让首都北京更加美好和谐。

护士蔡蕴敏——

“让病人活得有尊严”

蔡蕴敏口述 李治国整理



蔡蕴敏，复旦大学附属金山医院门诊换药室主管护师。她带领的护理团队以高超的医疗技术和良好的服务态度，治愈了许多难以愈合的伤口，创造了伤口治疗的奇迹。

医护工作是行走在良心上的职业，在这个岗位上，我感悟到了责任的重要、生命的可贵、人生的意义。

我是一个土生土长的上海金山人，小时候由于体弱多病，一直穿梭于各个医院，所以对医务工作者有着特殊的感情，中学毕业后，在父亲的鼓励下报考了卫校。1987年，我从上海金山卫校毕业来到上海金山医院，始终忙碌在临床护理的第一线。

2008年，在院领导的支持下，我有幸成为上海国际造口治疗师学校的首届学员，现在是上海7个全职“国际造口治疗师”之一。所谓造口，就是一些肠道、膀胱等癌症患者，手术后尿道、肛门被迫重新“造口”，如何保证“造口”不受感染，保持通畅，保证功能，这就是造口治疗师的工作。

说实话，在处理病人伤口过程中，经常会经受难以忍受的恶臭和视觉冲击，但是看着病人期盼的眼神，我没有理由退缩。

记得有位家住上海金山石化山鑫公寓的女士，因患假膜性粘液瘤，导致腹部有多处感染伤口。患者需要每天换药，由于居住楼层较高又无电梯，既不能抱又不能背，患者及家属痛苦无助、焦急万分。得知情况后，我就和同事们利用下班后的时间，上门为患者换药。每天一个多小时的床边换药，完全是弓着身子操作，即使在寒冷的冬天，换完一次药也已是大汗淋漓。但是，我们的辛苦换来了患者的理解和信任。

曾经有不少人问过我，“是什么信念支撑你一定要处理完这些发臭甚至生蛆的伤口？”我说，“总得有人去做啊！干上这一行，就要有这个心理准备。看着病人饱受伤口难愈的痛苦折磨，我真的很心痛。要让病人活得有尊严。”

随着病患增多，医院也为我开辟了更广阔的空间。2010年5月12日“护士节”那天，以我的名字命名的“蔡蕴敏伤口、造口护理组”在医院正式成立。到目前为止，我的团队共有6名成员。我深知，伤口特别是造口护理对专业技术要求很高，作为团队负责人，我愿意把我的经验、技术传授给团员。现在，每次门诊和外出会诊，我都会带上一位组员，每个月定期组织讲课，讨论大家遇到的疑难伤口。如今，团队成员个个都是能独当一面的换药“高手”。3年来，我和我的团队成员治疗疑难伤口近万人次，接受院内外伤口护理会诊2000余次，并利用休息时间帮助困难及病重患者上门换药300多次。

更让我高兴的是，越来越多的人开始理解我的工作。一个人全心全意做喜爱的事，并能得到这么多的肯定和支持，我感到愉快和幸福。医疗工作是行走在良心上的职业，在这个岗位上，我感悟到了责任的重要、生命的可贵、人生的意義。

“85后”创业者黄维林——

正装小店大梦想

黄维林口述 何 悅整理



1985年出生的黄维林通过经营寝室小卖部，积累了人生“第一桶金”。后来，他辞去工作，开起了自己的正装店。经过3年多的努力，黄维林已拥有4家分店，业务也在正装销售与租赁的基础上增加了化妆、照相等。

店，那不是既能够养活自己，又能够帮助同学们省钱吗？想到这里，我瞒着父母，带上积攒下来的2万多元钱，在四川大学附近开起了我的第一家“黄老板正装店”。

在四川大学附近的住宅区，我和两位考研的同学合租了一套公寓，客厅就是所谓的店面。没有太多流动资金，我就尽量每天进货以减少库存；宣传多用海报，3分钱一张的传单都裁成两份用。那段日子，我一个人承担起全部的工作，每天早上6点起床进货，上午10点回到店里熨烫陈列，一到吃饭时间，就举着海报在食堂里走来走去作宣传，探查到哪里有宣讲会，就赶紧拿着传单过去分发。

我知道，大多数同学像我一样，家庭条件并不好，求职需要买正装，自己却还没有稳定的收入。于是，我的正装卖得很便宜，一套只要200到400元，租一套只要二三十元钱，很受同学们欢迎。由于店铺位置不容易找到，每位打来电话的同学，我都亲自去接。因为许多同学都是晚上才接到面试通知来选购，我常常要忙到半夜一两点才能睡。

在这个辛苦的过程里，我有时也会埋怨老天真的很不公平，为什么我那么不幸，不能出生在一个不用担心未来前途的家庭。但后来我想通了，一个人的出身是注定的，可命运却把握在自己的手里，只要足够努力，就一定能够如愿以偿。我决心用我勤劳的双手创造出美好的未来。

一天夜里我忙到快1点，正准备清点库存睡觉，一位女同学发来短信说第二天要面试，想租一套正装。那天实在太累了，租一套正装不过赚二三十块钱，我很犹豫。然而，回想起那段求职经历，我也

有过非常焦急的心情，同学面试不容易，能帮就帮一帮吧。想到这里，我默默地将她接到店里，陪她选正装。等她试好衣服离开，已是半夜两点，等待我的还有清点库存、整理账目的工作。没过几天，这位女同学告诉我，她顺利通过了面试，感谢我半夜租正装给她。这样的情况还有很多，能够给同学们提供帮助，让我很满足。

一年的辛苦没有白费，我攒够资金在西南财经大学附近开了第二家分店。2010年底，四川电视台听说了我的故事，为我拍摄了一段创业故事的视频。爸爸妈妈终于知道了我创业的事，我的辛苦与执著让他们很心疼。尽管他们仍然更希望我能够像其他孩子一样找一份普通的工作，但也不再反对。

如今，创业4年的我已经习惯了骑着电动车在相距30公里的店铺间往返。我的正装店从1家变成了4家，不仅能够提供正装租售，还增加了化妆与照相的业务。尽管学校旁边多了许多类似的店，竞争越来越激烈，但我的业绩反而越来越好，一年能赚10多万元。那些经历过的挫折让我比从前更懂得享受创业的过程，吃过的苦让我比从前更加乐观和成熟。

尽管与许多同学的创业相比，正装店只是一份小小的企业，但却是我的梦想。如果说以前只是尝试，那么，现在的我希望把正装店的事业做专做出规模。我正在加紧拓展，未来的“黄老板正装店”不仅能够为大学生们提供物美价廉的正装销售与租赁，还能够提供批发与加盟服务，能够帮更多的大学生解决求职就业的着装问题，让更多人的有机会通过自己的双手实现发展的梦想。