

汇聚大爱力量 做新时代雷锋

地区融媒记者 董瑞强

新疆好人

从事公益事业多年,最初靠着一己之力努力践行雷锋精神,到如今成立阿迪力慈善协会,集结社会各界爱心人士助人为乐,一同温暖着身边的孤寡老人、贫困儿童等弱势群体,墨玉县托胡拉乡的阿迪力·麦提成为家喻户晓的模范代表。阿迪力被评为自治区驻村工作2016年度先进工作者;2020年被新疆红石慈善基金会评为“最优秀合作伙伴”,同年又被和田慈善总会授予“疫情防控最美志愿者”。

救助一个孩子,拯救一个家庭

1997年冬季的一天,当时是托胡拉乡派出所民警的阿迪力接到一个紧急电话:“家里失火了,快来救救我的孩子!”

阿迪力急忙赶往事发地,救出了年仅七岁的孩子。

孩子被送往医院救治后,阿迪力心情沉重地回到了家里。“那孩子太可怜了,才七岁,我们帮她吧!”他与妻子商量。妻子拿出本准备生孩子的3000元,递到了他的手里。

当阿迪力把钱送到孩子母亲手里时才知道,这只是杯水车薪。他向单位请了长假,开始东奔西走,联系各地的亲朋好友,发动社会力量,为孩子筹集治疗费用。

10元、20元、50元……就这样,涓涓细流汇成江河湖海,最终他筹得87万元善款,挽救了孩子的生命。这段奔走募捐的故事也成为了当地广为传颂的佳话。

扶起一位老人,结识一位汉族姐姐

“快30年了,我们每年都会相聚,我和陈江珍姐姐越走越亲。”阿迪力说。阿迪力帮助了一名摔倒的老人,没

有想到却因此结识了一个没有血缘关系的姐姐。

1994年夏天,陈江珍年迈的父亲独自一人外出散步,不小心摔倒在地,恰巧被路过的阿迪力和他的妻子看到。他们赶忙走上前去将老人扶起,随后他们发现老人身体有异样后,立即将老人送往医院。

在医院里,因为老人的亲属没有及时赶到,阿迪力一家便为老人缴纳了医疗费用,并担负起了陪护的职责,直到确认老人没有危险后才离开医院。

“当我看到父亲在医院里安然无恙时,非常感动,赶忙打听帮助我父亲的好心人。”陈江珍说。

之后,阿迪力经常去看望老人,一来二去,陈江珍与阿迪力熟稔起来,结成了异性姐弟。2017年底,老人病离世。陈江珍也因悲伤过度倒下了。阿迪力忙前忙后送走了老人,还安慰着陈江珍一家。

陈江珍说:“我爸爸临走前对我们说,永远不能忘记阿迪力的恩情,要一辈子把阿迪力当成亲兄弟,互相帮助,多多走动。”

成立一个协会,用真心和爱心谱写人间大爱

2016年3月,阿迪力成立了慈善协会,专心致志投身于公益事业。

目前,该慈善协会已招募志愿者2000余人,从社会各界募集善款382.8万元,广泛开展“情暖童心 筑梦起航”“情系老人 温暖夕阳”“携手共建大美墨玉”等志愿服务。

2020年疫情期间,协会为抗击新冠肺炎疫情捐款5.5万元;2021年河南省遭遇水患,阿迪力慈善协会的27名志愿者带着23000个馍、300箱方便面、50箱核桃、50箱红枣、300箱矿泉水等总价值21.5万元的救灾物资以及6万元现金,投身抢险救灾行动之中……

从小深受“雷锋精神”感召的阿迪力,用实际行动诠释当代“雷锋精神”的内涵,他一直并仍将继续在公益事业领域里发光发热,将爱心与正能量传递至社会的每一个角落。

“20分钟双圈服务”让居民更幸福

墨玉县



暑期期间,孩子们在同心嘉园社区阅览室看书。地区融媒通讯员 南梦娜摄

地区融媒讯(通讯员 南梦娜 茹柯耶)“喂,您好,是同心嘉园社区吗?我家的水管漏水了,能不能派人帮忙维修一下?”8月13日一大早,墨玉县同心嘉园社区服务大厅的电话就响了起来,随后社区志愿者根据电话中所报的地址不到5分钟就赶到居民阿达来提·萨拉丁的家里,对漏水水管进行了维修。

“以前家里的水管损坏、电路老化、马桶堵塞都不知道第一时间该联系谁。自从有了‘20分钟志愿服务圈’,有困难直接打开小册子,上面都有对应各种需求的电话,一打电话人就到了,太方便了!”阿达来提说。

近年来,同心嘉园社区为更好地服务居民,增设了家电维修、家政、电工安装、管道疏通、就业、法律咨询等服务,着力提升社区标准化、便民化服务功能,以步行20分钟距离为服务半径,打造生活服务区,“线上线下”深入开展各项志愿服务活动。

同心嘉园社区编制了在职党员志愿服务流程图、工作指南、群众“微心愿”清单等,加强志愿服务培训,推行志愿服务人员档案册与志愿服务记录、意见建议及问题收集、服务评价台账“一册三台账”服务管理,着力提升志愿服务质量。截至目前,志愿服务队伍中党员106名、注册志愿者1300名,他们当中大多是享受过志愿服务带来便利的居民,主动要求加入志愿者队伍。

“随着社区服务功能日益完善,居民对于社区服务方式和服务内容的需求也日益增加,我们不仅打造了‘20分钟志愿服务圈’,还在小区门口打造夜市一条街和百姓大舞台,为居民提供家门口的美食和文化服务,在社区服务大厅开设棋牌室、书画室、阅览室、舞蹈室等多个活动场地。”双圈“服务,在满足居民多种生活需求的同时,拉近了干群关系,提升了居民幸福感。”同心嘉园社区第一书记邵涛介绍。

返乡学生义务宣传

提升全民防骗识骗拒骗能力



8月13日,返乡学生在和田团城景区开展“反诈+禁毒”宣传。地区融媒记者 阿米乃姆摄

地区融媒讯(记者 阿米乃姆)“阿姨,您手机有没有下载国家反诈App?”“是否收到过陌生短信,谨防上当受骗?”“请拒绝陌生人赠予的饮食、谨慎交友……”8月13日,和田市纳尔巴格街道结合暑期社会实践活动,组织辖区返乡大学生组建志愿团队走进团城景区,开展“反诈+禁毒”宣传。

宣传中,返乡志愿者发放宣传单页、协助居民安装国家反诈App,讲解网络诈骗手段以及应对方法等,并向辖区居民、商户,讲解了如何识别毒品等基本常识,提高他们的自我防范意识。

“通过系列宣传,增强辖区群众对电信诈骗的安全防范意识,有效遏制电信网络诈骗高发势头,进一步提升全民防骗、识骗、拒骗能力,营造了全民‘防诈骗+禁毒’的浓厚氛围。”纳尔巴格派出所工作人员王璐说。

不仅养得好 还要卖出好价钱

地区融媒讯(通讯员 卢瑛 段仕 马丽娟)8月9日,笔者走进和田县英文日克乡琼提热克村金叶子养殖专业合作社看到,蓝顶白头的牛棚呈“一”字排开,牛圈里一头头毛色光亮、膘肥体壮的肉牛正悠闲地甩着尾巴,吃着草料。

“你看,这是我家的牛,这头12580元,这头11000元……小的这头8600元,五头牛加起来共57650元,还有这边的几只羊……”金叶子养殖专业合作社社员奥布力艾散·库尔班高兴地说。

“如今,我们金叶子合作社发展很快,效益也越来越好,今天这一批就卖了66920元。”奥布力艾散的眼睛笑成了月牙。

“发展养殖业是一条出路,我们要改变‘单打独斗’的家庭经营模式,由合作社统一管理、集中饲养,解放家庭劳动力,使劳动力可以腾出手来外出务工增加收入,还可以提高生产效率及抗风险能力。”和田师范专科学校驻琼提热克村第一书记马合木提·木沙说。2018年,琼提热克村结合“村

集体+合作社+养殖户”的发展思路,在征集村民发展意愿和充分论证的基础上,出资出力、协调土地,帮助合作社申请项目资金110万元,建成占地10亩的标准化圈舍。合作社法人麦提克热木·阿卜杜热伊木是由村民推荐的养殖能手,他带领村里养殖户抱团发展牛羊产业。

合作社建成后,村里还邀请乡畜牧站技术人员到村举办培训班,定期到合作社圈舍现场指导技术、传授经验,组织社员、养殖户到周边乡镇村观摩学习,全面提升养殖技术。目前,合作社里西门塔尔牛存栏121头,和田羊101只,辐射带动全村20多户100多人增收。“我们不仅要养得好,还要卖出好价钱。”马合木提带领村“两委”成员积极联系市场,固定销售渠道,和肉食店、金葡萄特色餐厅等多家餐饮公司开展直销合作,实现销售稳定、收益稳定。2022年,合作社年收入达15万元,社员户均增收1.1万元,预计今年合作社收入17万元。

标准化养殖 88人就业

于田县有一个远近闻名的“养鸽村”



于田县加依乡巴什英阿瓦提村肉鸽养殖专业合作社工人忙着收蛋,给鸽子喂食、换草垫。地区融媒通讯员 司热皮力摄

地区融媒讯(通讯员 司热皮力 阿热孜古力 梁蕊蕊)

于田县加依乡巴什英阿瓦提村是远近闻名的“养鸽村”,独特的地理环境优势也为鸽养殖产业蓬勃发展提供了保障。

初秋时节,万物繁盛。巴什英阿瓦提村肉鸽养殖专业合作社内一片繁忙景象,工人忙着收蛋、给鸽子喂食、换草垫。一排排鸽笼里,雪白的鸽子形体丰硕、毛色光滑,走近鸽笼还能看到肉粉色的雏鸽在母鸡的呵护下打盹。

“我在这里工作3年了,合作社离家近,工作很方便,月工资2000元左右,我对现在的生活很满意。”合作社员工肉孜汗·买买提明说。

据了解,巴什英阿瓦提村肉鸽养殖专业合作社现有标准化鸽棚24栋,种鸽7万余只,每栋鸽舍由20至25户养殖户组成一个集中饲养联合体,合作社有88人实现了就近就地就业,还带动3198人年均增收4000元以上。

近年来,于田县紧紧围绕“乡村振兴 产业先行”理念,在发展特色养殖产业上下足功夫,采取政策引导、金融支持、技术扶持等措施,因地制宜引导村民发展特色养殖业,推进肉鸽养殖产业转型升级,让村民从全产业链增值中受益。

天津援疆专家、地区人民医院中医科主任张旻:

秋季养生以“养、收”为主

立秋后,关于如何做好秋季养生,记者专访了天津援疆专家、和田地区人民医院中医科主任、首席专家张旻。

张旻介绍,秋季养生,凡精神情志、饮食起居、运动锻炼,都应以“养、收”为主要原则。

精神调养

秋内应于肺,肺在志为悲(忧),悲忧易伤肺,反之肺气虚则机体对外界不良刺激的耐受性下降,易生悲忧之情绪,所以秋季在进行自我调养时应注意情绪调养。《内经·素问·四气调神大论》中提到“使志安宁,以缓秋刑,收敛神气,使秋气平;无外其志,使肺气清……”也就是说,在精神调养方面,要顺应秋气,平心静气,做到内心宁静、神志安宁、心情舒畅,切忌悲忧伤感。

运动锻炼

立秋后天气逐渐转凉,人体感到舒适,大家可以依据自身体质和爱好选择散步、太极拳、八段锦等较为平缓的运动项目,既可锻炼身体,也可以舒畅身心。但要注意运动强度适中,运动量不宜过大,切勿大汗淋漓,以防出汗过多造成阳气损耗。

饮食调养

立秋开始,自然界和人体阳气开始收敛,因此从立秋节气开始,饮食应该以收敛为主,要注意滋阴润燥。《素问·脏气法时论》中提到“肺主秋……用酸补之,辛泻之。”可见酸味收敛肺气,辛味发散泻肺,秋气宜收不宜散,所以要尽量少吃过于辛辣之品,适当多食酸味果蔬。常见的辛辣食物有生姜、大葱等,而对于麻

辣香锅、麻辣火锅等食物也要减少食用。在秋季可以适当增加苹果、梨、石榴、芒果、柚子、葡萄、杨桃等酸味水果的摄入。如果出现干咳少痰、便秘等情况,可以多服用一些莲藕、银耳、雪梨、蜂蜜、百合等润凉之品。对于平素体虚的人群来说,还可以在医师指导下适当服用一些具有滋阴润燥效果的中药,比如麦冬、沙参、石斛等,起到保健养生的作用。

起居调养

秋季“天气以急,地气以明,早卧早起,与鸡俱兴”。俗话说春困秋乏,立秋后,夜渐长昼日短,秋季更要注意睡“子午觉”,子时是指夜间11时至凌晨1时,子时阴气最盛,过了子时阴气转衰,阳气开始生发。此时睡眠效果最好,可以起到事半功倍的作用。

另外,张旻指出,“春捂秋冻,不生杂病”,秋天气温逐渐降低,人们应该逐渐增加衣服,不要猛然增添大量衣服。在初秋有意识地让身体冻一冻,让毛孔建立抵御严寒的“屏风”机制,有外寒侵袭就要尽快关闭毛孔,这样可以提高人体的御寒能力,还有利于促进人体的肌肉关节活动能力、促进血液循环,以达到强身健体少生病的目的。当然“秋冻”要因人、因天气变化而异,老人、小孩生理功能差,抵抗力弱,在进入深秋时就要注意保暖。另外“秋冻”还有个技巧,不是要全身受冻,而是要上衣厚,下身稍薄。这是由于进入秋季后天气转凉,而地气变化较慢,尚为温热,所以下身可以穿得稍薄一些。

地区融媒记者 张雅芝 实习生 崔梦诗

于田县

开展短视频培训 为网红创业赋能

地区融媒讯(通讯员 阿迪力江 阿依夏木古丽 萨拉买提)近日,于田县开展短视频网红培训,培养专业技能短视频创作者。

此次乡村网红培训从拍摄技巧、后期剪辑、特效处理及平台如何运营对本土网红进行了系统辅导。培训中,工作人员还分别在龙湖景区、兰干乡葡萄园等地现场教学。“我会用心学习拍摄剪辑技巧,做好电商带

人,销售特色产品,为宣传家乡的美景、美食、文化和特色产品贡献自己的力量。”网红布萨热汗·木明说。“通过这次培训让我学到了很多制作短视频的技巧,今后我会把学到的知识运用到短视频创作中去,帮助企业 and 农民推销特色农产品,更好地宣传于田县的人文和美景。”网红邵远梅说。据悉,这次培训将分批次对全县94名网红进行为期3个月的系统培训。

关注高校毕业生就业

“品质是公司的立足之本,我们一定要保证产品的品质,关注顾客的感受和体验……”8月11日,新疆闽香餐饮管理有限公司负责人阿迪力江·阿布拉江向员工叮嘱食品安全等注意事项。

阿迪力江2017年毕业于新疆大学。在上大学时,听说一名和田种植户有30吨红枣无法销售而犯愁的消息后,萌生了要帮助这位种植户的想法,于是组建团队,自己出运费把这30吨红枣运到天津等地。但是,红枣能不能卖出好价钱,那时他全然不知。

没有想到,红枣运到天津后,非常受欢迎,再加上阿迪力江帮助种植户的善举打动了当地顾客,在短短的几天内30吨红枣销售一空。听到这个好消息,这名种植户非常激动,给阿迪力江打电话连连道谢。从此在阿迪力江心里,要通过创业帮助更多乡亲的念头一下“燃”了起来。于是他一边完成学业,一边帮助种植户联系客户,开网店帮种植户卖和田农产品。

2019年,为了给顾客带来更好的体验,阿迪力江在广东、天津等城市开了实体店。自开实体店后,农特产品订单

卖红枣 热心助农 做餐饮 创业路宽

量与日俱增,不仅帮种植户卖出了农产品,还为20余人提供了就业岗位。

2022年9月,为了发展餐饮业,让更多人品尝到和田美味的烤肉串,阿迪力江注册了新疆闽香餐饮管理有限公司,今年7月在和田团城景区附近开了第一家烧烤店,成功拿下了“和田烧烤”品牌授权。

记者在这家烧烤店看到,前来购买烧烤的顾客络绎不绝,顾客对这家烧烤赞不绝口。

“我们的羊肉都是本地羊。我在外地也尝过烤肉,味道还是不够劲道,我想让更多人品尝到和田烤串的味道。”阿迪力江介绍。

“这家烧烤店停车很方便,抓饭、干炒炒面很好吃,烧烤的味道特别好,出餐快、服务好。”顾客阿迪拉·伊敏尼牙孜说。

“这里的饭菜很有特色,特别是烤肉,跟外地吃的羊肉串不一样,肉嫩、好吃。”山东游客万世清说。

“我打算在和田地区各县市开连锁店,给更多待业青年提供就业岗位,为提升和田烧烤的美誉度作贡献。”阿迪力江说。地区融媒记者 阿米乃姆