



## 大学生帮亲助邻反哺家乡

# 返乡做公益 收获圆满假期

中青报·中青网见习记者 王璐璐 记者 陈凤莉

“假期活动让老年人得到关怀，也培养了我们的社会责任感和公民意识。”“小孩子的快乐如此简单。”很多大学生在“圆满假期”平台上传自己春节携带健康包探访老人、陪伴留守儿童的照片，并分享了自己的心得体会。

今年寒假，第21批3000余名大学生带上爱心包裹返回家乡，走进左邻右舍陪伴他们认识的留守困境儿童和老人，并一起贴春联、包饺子、过新年。

“圆满假期”是一个每年寒暑假常态化开展大学生社会实践公益活动的平台，供爱心企业、机构发起各自的公益主题活动，参加的大学生返乡后把收到的爱心包裹送给家乡受助者，并把相关活动的图文、视频发布在平台上。大学生帮扶全过程均以透明化、数据化的方式呈现和传播。

从2014年平台创建至今，已有1931所高校、近5.5万名大学生参与“圆满假期”。

安徽涉外经济职业学院学生刘大勇，大学4年的寒暑假都报名参加了“圆满假期”平台上的活动。他喜欢“圆满假期”帮亲助邻做好事的实践理念。几年来，他成为村民眼里有爱心、懂感恩、有担当的年轻人。不仅如此，他还召集2000多名同龄人组成大学生“战队”加入“圆满假期”。2023年即将毕业的他接到家乡县政府领导打来的电话，邀请他回去创办一个社会机构，继续策划、动员、组织从家乡走出去的大学生和广大乡友，重返故里发展事业，支持家乡建设。

是什么让越来越多的大学生毕业后选择回乡反哺和推动家乡建设发展，对“帮亲助邻就是慈善”产生强烈共鸣吗？

近日，记者采访了深耕慈善事业26年的职业公益人付一然。他在部委的官方慈善组织工作16年后，于2015年辞职创办了一家互联网慈善基金会，构建起大学生公益活动平台“圆满假期”。

在一次次“圆满假期”实践活动中，这些大学生的意识和思想观念逐渐发生转变。

“大学生毕业后进入社会成为什

么样的人，在大学几年的成长尤为重要。通过这个平台助力学生感恩家乡，在走进左邻右舍结伴帮扶和情感互动中，收获家乡人民对他们的肯定，从而产生心甘情愿参与家乡建设和发展的使命感、责任感和荣誉感，无疑是有效引导大学生回乡参与乡村振兴的一种新理念和新方式。”付一然认为，乡村振兴需要吸引从乡村走出来、对家乡和农村既熟悉又有感情的广大青年参与，他们知道家乡有什么、需要什么、自己能为此做什么。

彭发学是北京工业大学的一名学生，2014年他参加了第一期“圆满假期”公益志愿活动，在结伴帮扶家乡时发现11岁吃百家饭长大的留守儿童彭帆，他家的房子多年前被大水冲毁，当时独自一人住在用几根竹竿、一张破木板和塑料布搭的“房子”里。彭发学在“圆满假期”平台上传了彭帆的资料，并将此情况反馈给付一然。在付一然的建议下，彭发学与腾讯公益平台发起《我要为他募个家》公益筹款项目，从爱心人士设计图纸到施工建设、房屋交接，每一步都被记录在“圆满假期”平台上。

来自中央财经大学学生郑启航在参加2015年“圆满假期”的活动中发现，9岁女孩儿方倩因超生没有户口上不了学，便想办法帮她上户口并成功入学。北京语言大学学生柏露在参加2020年“圆满假期”的活动中，发现结伴的10岁女孩儿罗梦琪不仅身处境况，右耳还先天残疾。于是她千方百计筹集到10余万元，四处奔走，先后为罗梦琪成功完成3次手术，再造一只新耳朵。

如今，彭帆成为重庆工贸职业学院的学生，接力彭发学参与到“圆满假期”平台的志愿活动，他们建立了不是亲人却胜似亲人的深厚情谊；方倩在读高中，变成了一个开朗活泼阳光向上的姑娘；柏露与罗梦琪成了无话不谈的好姐妹。像这样利用寒暑假助人乐为乐的大学生，“圆满假期”平台上还有很多。

2014年1月，“圆满假期”第一批由北京大学、清华大学等高校组织的400余名大学生返乡走村入户，把文具、绘画套装、春联等礼物带给左邻右舍的留守儿童。这些学生把做公益的全过程上传至天涯社区，在网上引起

热烈讨论。网友纷纷留言：原来公益还可以这么做。“圆满假期”的出现定义了不一样的慈善形式，付一然也意识到互联网可以把老百姓关心的事儿透明化。

随着队伍不断壮大，2020年，“圆满假期”从公众号的形式转为小程序，参与社会实践的大学生也由北京高校延伸到全国各地的学校。

付一然介绍，“圆满假期”以公益创业模式提供平台与服务，吸引企业、机构入驻平台进行捐赠或购买服务，为他们开设大学生活动账号，实现自主管理和运营各自的活动。通过平台化管理运营，平台上的活动均在后台全流程、全过程一键式管理，确保及时、快捷、透明、有效。捐赠物资管理也有完善成熟的供应商伙伴体系，在物资订制与采购、分装与仓储、运输与配送、验收与签收等方面有全流程管理体系。

他告诉记者，平台活动以高校团委、社团为单位，对大学生志愿者进行统一培训和管理。同时，该平台运营团队对每个大学生志愿者的结伴帮扶情况一对一跟踪服务、指导和监督，促进大学生志愿者及时准确、真实有效地完成社会实践任务。



2月29日，在香河县安平镇运河新村医养中心，工作人员为老人送上午餐。

近年来，河北省廊坊市香河县借助京津冀协同发展机遇，加快布局医养康养产业，优化现代服务业资源配置，打造集养老服务、医疗康复于一体的养老示范基地，方便区域内的老人安享幸福晚年。

新华社记者 王 晓/摄

中青报·中青网记者 胡春艳 实习生 朱瀚清 通讯员 闫瑾

黑洞是宇宙中最神秘的物体之一，任何接近它的东西都会被吞噬，连光也无法逃脱。拥有超强引力的黑洞，也吸引了无数研究者，南开大学物理科学学院大四学生胡瀚文就是其中之一。

不久前，胡瀚文提出了一个演化黑洞模型，首次将正规黑洞融入奇异黑洞的演化终态，以全新的视角解释了正规黑洞并研究了相关的量子效应，该项研究成果在线发表于《欧洲物理杂志C》。

这个从小对世界充满好奇的年轻人，善于用形象的描述来解释一个艰涩的道理：假如一张床单代表着宇宙，那么在中间放一个铁球，床单会自然地向着铁球的地方凹陷。如果此时，在凹陷的地方放置另一个较轻的小球，小球自然会向着铁球运动，看起来就好像被吸引过去了一样。这就是引力的本质。

然而，当一张撑开的床单突然被一个大铁球砸中，那么，一圈圈波纹会以被砸中的点为中心向四周散开。如同在浩瀚的宇宙中，物质受到扰动，引力波就随之产生。爱因斯坦将引力波比作时空的涟漪，好比平静的水面被投入了一颗石子，激起层层涟漪。

这些宇宙中奇妙的时空涟漪，一直牵动着数千光年之外，一颗蓝色星球上一位00后男生的好奇心。

父亲送给胡瀚文的一本科普读物《一千零一个天文学之谜》，是他探索世界的第一颗种子，幼儿园大班时，这本书几乎被他翻烂了。小学时，他盯着电视里播出的嫦娥探月工程的新闻看了许久，用纸和玩具做成了一个飞船模型，“我享受那种探索新知的快乐”。

2020年，胡瀚文考入南开大学，经过二次选拔，他以优异成绩进入了物理伯苓班，如愿在自己喜欢且擅长的物理领域学习。从这里开始，胡瀚文正式推开了物理科研探索的大门。物理伯苓班为年轻学子提供了优质的师资，也聚集了一群和他志同道合的人。

大一上学期，由缪炎刚教授讲授的专业课《数学物理方法》难度非常高，但深深吸引着胡瀚文。“我对引力物理和宇宙学比较感兴趣，随后就顺理成章地加入了缪老师课题组。”找到了一个推动自己加速前进的科研团队，这对胡瀚文而言，是艰难的科研之路上一件最幸福的事”。

在团队的帮助下，胡瀚文有了更高更广阔的科研舞台。每当他的思考或推导走到死胡同，他就会和课题组的师兄师姐或老师讨论。他这样形容：“科研就如登山，学生在老师的指引下，慢慢地修建楼梯、护栏，甚至是搭建起客栈。”老师指引一个方向，至于如何到达这个点，就是每个人自己的事情了。“躺在床上要是突然想通一个（之前没懂的）地方，就会立马起床记录下来。”胡瀚文说。

有人称，“物理是一门很‘劝退’的学科”。胡瀚文则认为，学好物理“是一件挺磨练心智的事”，需要有抽象思维，还要有逻辑思维和推理能力，最重要的是发自内心的纯粹热爱。

如今，当向高中学弟学妹讲述自己的大学生涯和科研经历时，他都会跟大家聊一聊“热爱”这件事。对大部分高中生而言，沉重的学业压力让他们无暇去思考自己真正感兴趣的事情，而胡瀚文常常鼓励他们，一定要找到自己感兴趣的事情，兴趣才是最好的老师，“热爱会驱动你不知疲倦地努力”。

本科毕业后，胡瀚文将进入中国科学院理论物理研究所硕博连读，研究的仍是他热爱的宇宙学、引力波等相关领域。“学理论物理的人一般都是比较有情怀的人。”他说，“有情怀就不会怕吃苦，做自己喜欢的事情，顺便读了个博士学位，是一件非常幸福的事情。”

## 加强和改进人民政协工作 全面发展协商民主

（上接1版）它不仅符合当代中国实际，而且符合中华民族一贯倡导的天下为公、兼容并蓄、求同存异等优秀传统文化，是对人类政治文明的重大贡献。要坚持和完善中国共产党领导的多党合作和政治协商制度，坚持党的领导、统一战线、协商民主有机结合，坚持发扬民主和增进团结相互贯通、建言资政和凝聚共识双向发力，发挥人民政协作为专门协商机构作用，加强制度化、规范化、程序化等功能建设。

文章强调，要全面发展协商民主。协商民主是实践全过程人民民主的重要形式。人民政协在协商中促进广泛团结、推进多党合作、实践人民民主，既秉承历史传统，又反映时代特征，充分体现了我国社会主义民主有事多商量、遇事多商量、做事多商量的特点和优势。要完善协商民主体系，统筹推进政党协商、人大协商、政府协商、政协协商、人民团体协商、基层协商以及社会组织协商，健全各种制度化协商平台，推进协商民主广泛多层次制度化发展。

## 序言

（上接1版）学习党的创新理论的目的全在于运用。各级干部要发扬理论联系实际的马克思主义学风，自觉掌握运用好党的创新理论这一强大思想武器，紧紧围绕以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业这个中心任务，持续解决制约高质量发展问题、群众急难愁盼问题、党的建设突出问题，有效防范化解重大风险，创造性开展工作，不断把党的二十大精神描绘的宏伟蓝图变成美好现实。

新时代以来，党的理论创新和实践创新是十分生动的，我们的学习也应该是生动的。这批教材集中反映了新时代的创新成果，展示了我们党推进和拓展中国式现代化的生动实践。各级干部要学好用好教材，当好中国式现代化建设的坚定行动派、实干家。

习近平  
2024年2月28日  
（新华社北京2月29日电）

# 被黑洞『吸引』的年轻人

## 海上“钢琴师”守护向海通道铁路供电安全

中青报·中青网记者 谢 洋

受强冷空气影响，近日广西气温剧降。2月29日凌晨5时许，广西北海市铁山港专用线距海面20米的跨海大桥上寒风刺骨，气温低至3摄氏度，32岁的薛军带领9名工友搭乘轨道作业车向海面上前进。

“我们今天的任务是铁山港一场向线路设备进行巡检。天气寒冷、海上风大，大家一定要做好安全防护。”薛军是中国铁路南宁局集团有限公司广西沿海铁路公司钦州供电段博白供电车间接触网工区工长，他和工友要对玉林二场至铁山港一场的接触网设备进行巡检。

接触网是沿铁路线上空架设的向电力机车供电的输电线路，受气温影响，接触网绳索由于热胀冷缩会变得过紧或过松，机车受电弓滑过时容易出现电弧或刮网现象。

“快来看，这里需要进行复核检查！”借助头灯灯光，薛军在巡检时发现一处安全隐患。

琴弦调不对，琴音受影响，整首曲调大打折扣；接触网“弦”调不准，则会发生滑轮偏磨、补偿绳磨损等情况，严重时会造成接触线脱落，导致列车运行中断。薛军与工友正是为确保网定期“调弦”的海上“钢琴师”，确保“弦正音准”，设备参数在指定范围内。

“马上行动！”按照作业流程上报，薛军在工友卢朝新协助下，飞速攀爬至作业平台上将近6米高的接触网腕臂。

正值黎明破晓时分，天色晦暗不明，薛军用安全带固定稳妥，把整个身体悬“吊”在半空，脚下是深不见底的海，四面八方的冷风直往衣服里灌。他动作迅速，安装稳固紧线器，快速摇动把手，随着手扳葫芦渐渐收紧，线索随

之晃动起来，远远看去如同在高空上演平衡“杂技”。由于双腿站立在仅有10公分宽的横梁上，他既要努力保持身体平衡，又要迅速收紧绳索，对心理和身体都是极大考验。

7时15分，历时半个多小时，薛军与工友默契配合，顺利完成“调弦”，设备符合标准运行状态。

“天气冷、海风大，吹得耳朵生疼，手脚都快冻麻了。”薛军抖了抖肩说，由于线路临海，海面空气湿度大、盐分密度高，接触网设备易被锈蚀，必须定期进行巡检维修，“这不，新的一年刚好来次‘大扫除’”。

薛军接过工友递来的喷水枪，麻利地登上作业平台，伴随着一条“水龙”喷射，一股股夹杂着盐晶的污水顺流而下，水花飞溅，尽管身穿防水服，他的脸上、身上还是被溅湿了，一阵海风吹过，不由得打了个寒颤。不一会儿，20余根绝缘子全部清洗完毕。

离“天窗”结束还剩半小时，薛军和工友争分夺秒对接触网悬挂各部件进行松、脱、卡带检查。

他们一丝不苟地作业，用力矩扳手挨个对螺栓进行紧固，不厌其烦地重复着每一道检查工序，为春运列车安全运行保驾护航。

玉林至铁山港铁路连接广西北海铁山港，是广西继南钦、钦防、钦北铁路之后的又一条出海大通道，也是西部陆海新通道的重要组成部分。春运期间，年货班列频频发出，保障线路安全尤为重要。

8时许，“天窗”点结束，轨道车缓缓驶离作业区间。“刚来那会儿，这里还是一片平地，随着铁山港铁路专用线投入运营，人流、货流也随之到来，一幅幅厂房拔地而起。”望着场内繁忙的运输景象，薛军感慨道。

本报北海2月29日电



## 冰天雪地求学路的13年变迁

拼版照片：左图为21岁的梁玉锋在就读的西北民族大学图书馆前（2024年2月28日，史大摄）；右图为9岁的梁玉锋在大源小学教室里上课（2012年1月9日，新华社记者黄孝邦摄）。

广西桂林市全州县蕉江瑶族乡大源村位于桂北高寒山区。每年隆冬时节，孩子们都要在老师和家长的护送下，在一片冰天雪地中踏上求学之路。

2011年和2012年，记者曾多次采访拍摄大源小学学生的学习生活情况。当时这里尚未修通水泥路，交通不便，大部分

学生要花费一两个小时走路才能抵达学校，求学路上的艰辛令人心动。

随着脱贫攻坚和乡村振兴的推进，山区交通、教育等各方面有了质的飞跃。大源村实现屯电公路，孩子们的上学之路越来越通畅，冰天雪地徒步走山路求学成为历史。

眼下又到开学季，广西北部山区正遭遇寒潮天气，大源村部分瑶寨仍被冰雪覆盖。目前只承担一、二年级教学任务的大源小学，开学日期从原计划的2月25日推迟到3月4日，到乡中心小学就读的高年级学生，已经顺利开学，开启新学期的学习生活。

新华社发

## 共筑未成年人保护防线

# 少年警校护“童”成长

中青报·中青网记者 先藕洁

300余场次。

## 小小少年经历蜕变

“在玉环市少年警校，我学到了防诈骗、防溺水、消防安全等丰富知识，还体验了不少实操培训。比如队列训练、心肺复苏术、海姆立克急救法等。”日前，在接受中青报·中青网记者采访时，浙江省玉环市少年警校第五期毕业生刘昕颖感慨，通过6个月的“安全+法治”课堂学习，她修满了120学分，在2024年1月上旬参加了毕业典礼。

和12岁的刘昕颖同一期毕业的，还有359名小警，陈晶晶的女儿刘思颖也在其中。“我和女儿一起学习法律、预防性侵害、禁毒等知识，同时掌握到不少家庭教育的技能，我感觉自己也‘毕业了’。”陈晶晶说。

玉环市少年警校由玉环市公安局于2016年创办，现有8所分校，按照“一派派出所一分校一研学基地”的模式开展教学。学校纯公益办学，面向玉环市三至五年级的小学生，招募小警察，以平安和法治为主题，在周末和节假日开设课程，修满课程学分，可获得由玉环市公安局授予的“安全小卫士”荣誉证书和纪念勋章。

聘请检察官担任防校园欺凌教官，聘请妇联的讲师担任防性侵害教官，邀请刑侦民警讲授防诈骗课程……截至目前，玉环市少年警校共建单位10家，组建专业教官团队20个，开展授课及主题活动

300余场次。

“稍息，立正，向左转！”“整理着装！”在玉环市少年警校教官的一声声口令下，小警们原本零散的步伐逐渐整齐，手臂摆动动作规范、干练，尽显飒爽英姿。入校几个月后，陈晶晶看到，警训时女儿和其他小警虽然在炎炎烈日下训练得汗流浹背，但他们个个身姿挺拔，没有丝毫懈怠。

“站军姿、整理着装、齐步走等训练，不仅锻炼身体，还能磨炼孩子坚韧不拔的意志。”陈晶晶说，女儿刘思颖脾气不好，容易急躁，做事没有时间观念。入校初期，9岁的女儿向自己吐糟，顶着烈日练军姿太累太晒，站得腿都疼了。本以为娇气的女儿会嚷着退学，没想到女儿一直坚持，通过在玉环市少年警校的磨炼，女儿不再娇气，改掉了拖延症。

“尽管平时工作很忙，但我还是尽可能抽空陪儿子上每一堂课。”陈晶晶告诉记者，11岁的儿子郑翔之进入玉环市少年警校前，性格比较内向，入校锻炼后，她发现儿子大方开朗了许多，开始愿意与她分享在学校发生的事情。每次去警校上课前，儿子会积极主动地将自己的小警服准备好，看着儿子的变化和成长，陈晶晶深感欣慰。

在陈婧看来，玉环市少年警校的一系列课程，不仅让孩子学到了知识

和技能，也培养了他们良好的品德和习惯。“我相信，这些变化会对他们的未来产生积极影响。”

## 超3万名家长护航孩子健康成长

“现在开庭！”在玉环市人民法院第一法庭，由玉环市少年警校携手玉环市中级人民法院主办的模拟小法庭开庭。一名扮演“小法官”的小警专注地执行着庭审程序，另外还有几名小警分别扮演公诉人、被告人、辩护人等角色，围绕校园霸凌案件还原了真实的庭审现场。模拟庭审结束后，当地的人民法院、检察院、公安局等工作人员对庭审进行细致点评。

“这节课让我懂得，如果在校园里遇到纠纷，要及时和爸爸妈妈沟通，必要时拿起法律的武器保护自己。”刘思颖说，模拟小法庭是她最喜欢的课程，如果再有下次，她期待扮演代表公平正义的审判长角色。

模拟小法庭是玉环市少年警校的12节精品课程之一，学校充分利用辖区安防体验馆、党群活动中心、青少年教育基地等资源，精心打造防诈骗、防溺水、预防未成年人违法犯罪等精品课程，小警可携手家长共同参与异地游学和本地办学相结合的活动，体验丰富多样的实践课。

“和儿子一起体验了模拟变声器、反电信诈骗大作战等游戏，还和反电信诈骗智能机器人互动，更

直观地学习了防诈骗知识。”对秦兴勇来说，这是一次难忘的经历。与儿子秦浩然去玉环市楚门镇印象广场警务站参观“楚州号·反诈列车”后，父子俩还和几十位小警、家长，上了一堂生动的反诈课，了解到未成年人容易上当受骗的电信网络诈骗及反诈技巧。

“电信诈骗发展迅速、手段翻新快、花样多……”上课时，我们会用一些真实案例以案释法。”玉环市少年警校的反诈教官陈童辉介绍，反诈课堂会通过PPT课件、警示教育等形式，讲述近期发生在未成年人身上的诈骗案件，剖析电信网络诈骗的惯用伎俩，帮助小警及家长增强识骗防骗的能力。

关注未成年人反诈、禁毒、校园霸凌。如今，玉环市少年警校共建有家长微信群1160个、入群成员超3.48万名，入群成员与当地公安机关、关工委、教育部门互动，共同筑牢未成年人保护防线。

## 实现了1160户家庭安全事故和违法犯罪零发生

每当小警们上禁毒课堂时，平时负责吸毒人员帮扶管控及宣传教育的玉环市少年警校禁毒社工，便化身讲解员，从讲解中国禁毒史，到展示仿真毒品，再通过案例分析、提问互动等形式，让小警们了解毒品的种类、危害及预防方法。

“妈妈，毒品竟然能伪装成跳跳糖、奶茶、饼干……我要告诉身边的

同学，让他们千万不能吃陌生人给的零食。”一次，在玉环市的坎门禁毒阳光会所上完禁毒课回家后，10岁小警方佳妮一边对母亲林凤介绍，一边认真地将禁毒宣传册的知识要点，记录在自己的摘抄本上。

“麻古、开心水、大麻脂……”以前对毒品不是很了解，在禁毒课堂看到了仿真毒品，教官生动地教大家识毒、防毒、拒毒，提高了我和女儿辨别毒品的能力。”林凤说。课后，她还和女儿在会所的禁毒倡议墙上，写下了自己的名字，表达支持禁毒工作的决心。

近年来，玉环市少年警校立足“平安家庭”创建，由家长组建平安宣防队，积极参与“珍爱生命，跟交通事故说不”“人人都是消防员”等主题活动，足迹遍布200余个村居，参与大型平安活动20余场。

消防安全课是令陈婧和儿子印象都非常深刻的课程之一。在消防员教官的带领下，他们学习了怎样正确使用灭火器的要领，如何在滚滚浓烟的模拟火灾现场逃生等消防安全知识。

儿子郑翔之还和其他小警们穿上小警服，跟随社区民警拿着消防检查清单，有序严格地对某社区出租房内的消防设施逐一检查。对存在消防隐患的出租房房东，小警们宣讲消防安全知识，民警责令其当场整改。“这样的亲子实践课很好！动手操作、亲身体验，提高孩子的积极性，我也填补了消防安全的知识盲区。”陈婧说。

如今，60余名有公益热情的家长组成少年警校志愿队，利用休息时间，参加治安大巡防、派出所统一行动、交警宣传防范等工作，参与社区警务3000余人次、交通劝导2000余人次，共排查发现隐患600余处。目前，玉环市少年警校实现了1160户家庭安全事故和违法犯罪零发生的办学成果。