

# 武汉献血次数最多 “热血大叔”杭建权，好样的！

■长江日报记者杨娟娟 通讯员肖莉娇

8月12日上午，江汉区河道堤防管理所58岁的管理员杭建权像往常一样走进武汉血液中心，捐献2个治疗剂量计400毫升血小板。至此，他累计无偿献血400次，成为全市无偿献血次数最多的人。

## 一次意外 触发30年“献血长跑”

1995年，杭建权刚参加工作不久，在东湖跳水时不慎摔伤头部，顿时鲜血直流。同伴为他担心时，他却由此联想到了重病者——若他们生死关头等不到“救命血”，该有多么绝望。这个朴素的念头让他第一次萌生了无偿献血的想法。

1995年5月11日，杭建权第一次挽袖无偿献血。1997年7月16日，单位组织团体无偿献血活动，他再次报名参加。杭建权坦言，当时，他对无偿献血的认知还很模糊，只觉得“既然血液能再生，献出去又能救人，何乐而不为呢？”真正让杭建权坚定无偿献血信念的，是来自“江城第一热血家庭”郭玲玲的鼓励。郭玲玲一家三口都是固定无偿献血者，她和丈夫刘源一直坚持献血到退休，儿子刘明明目前已献血249次。

2005年，杭建权与郭玲玲在汉口龙王庙水域冬泳时相识，攀谈中得知双方都是无偿献血志愿者，距离一下子拉近了。看到杭建权身体条件这么好，郭玲玲便鼓励他坚持无偿献血，并推荐他参加无偿献血。这种献血方式间隔期短，可以帮助更多的人。



8月12日上午，杭建权在武汉血液中心无偿献血。

通讯员肖莉娇 摄

“2005年6月21日，郭老师带我去捐献了第一份成分血。”杭建权回忆，在武汉血液中心

成分献血科，他见到了很多固定成分献血者，其中有不少大学生。“大家都能长期坚持，我也没问题。”在郭玲玲的带动下，杭建权加入了定期捐献血小板的行列。

## 坚守初心 400次奔赴“生命之约”

2005年至今，杭建权坚持每月无偿献血一至两次。即便在最艰难的日子里，他也未中断过献血。2016年7月，武汉遭遇特大洪水。作为江汉区河道堤防管理所管理员，杭建权值守龙王庙江段大堤，日夜奋战在抗洪一线。到了献血的日子，他依然准时出现在武汉血液中心。献血后，他顾不上多休息便返回大堤。

“防汛不能等，救人也不能等。”当被问及为何能“雷打不动”地坚持献血时，杭建权坦言，“只要你把救人这件事情放在第一位，就能合理安排好时间，没有什么能够阻挡。”

截至目前，杭建权累计捐献全血2次，共400毫升；累计捐献成分血398次，共679个治疗剂量。

“建权，好样的！”8月12日，70多岁的郭玲玲特地赶到武汉血液中心，见证属于杭建权的“光荣时刻”。看着这个被自己“领进门”的后辈如今成为武汉的热血榜样，郭玲玲打心底里感到骄傲。现场，他们相视一笑，眼中满是默契。

“完成第400次献血对我来说不是终点，而是新的起点。”杭建权说，他两年后年满60周岁，将达到我国法定最高献血年限，但他从未给自己设限。“即便以后不能献血了，我也会继续从事志愿者工作，为无偿献血事业出一份力。”

杭建权说，无偿献血事业需要年轻一代传承下去。他希望年轻人都能到武汉血液中心看一看，这会帮助大家真正了解无偿献血的意义。

## 锲而不舍落实中央八项规定精神 办实事解难题



水岸星城社区居民们在“社区便民照相馆”里免费拍照。

■长江日报记者杨蔚 通讯员况昕昀 吴晗琦

在武昌区徐家棚街道水岸星城社区幸福食堂二楼面积10平方米的“社区便民照相馆”里，幕布、灯具、三脚架等摄影设备一应俱全，不时有居民来登记预约拍照。今年5月以来，这里已为约60个家庭记录下温馨瞬间。

近日，水岸星城社区工作人员黄月向长江日报记者展示了电脑里满满当当的活动排期表，每周一次的摄影主题活动已排至年底。“等天气凉快一点，我们就要为新婚及金婚、银婚夫妇免费拍摄七夕婚纱照了。”

深入贯彻中央八项规定精神学习教育开展以来，水岸星城社区持续推进“一刻钟便民生活圈”建设，广泛收集居民对便民活动开展的需求和建议。

“此前，不少居民来社区办理老年证等证件时缺少电子登记照，或者照片格式不符合标准。”黄月回忆说，大家普遍反映街头的照相馆不好找，专门抽时间去拍照也比较麻烦。去年，社区在幸福食堂二楼专门腾出一间房，配齐摄影器材，设置幕布、灯具，组织社区老年大学摄影班学员为居民免费拍摄登记照。“当时，即使业务单一，‘社区便民照相馆’也常常爆满，广受居民欢迎。”

在后来的一次走访中，黄月等社区工作人员注意到许多老人家珍藏的老照片虽然泛黄褪色了，但他们常常拿出来翻看。“一些居民很少去照相馆，表情严肃的登记照成了唯一的新照片，日常生活中的温馨瞬间缺乏记录。”一个想法由此萌生——“社区便民照相馆”还可以为大家拍摄更具生活气息的艺术照。

今年5月，水岸星城社区请来专业的摄影老师和化妆老师，为居民免费提供容颜打理、取景构图、后期修图“一条龙服务”。在父亲节等不同摄影主题活动中，居民穿着熨烫平整的衣衫，带着笑容纷纷走进“社区便民照相馆”。“再靠近一点”“来，大家一起喊‘茄子’”……伴随着欢声笑语，“社区便民照相馆”里快门声不断。摄影老师拿着相机，教大家摆造型、看镜头，忙得不亦乐乎。日前，60岁的居民俞华涂上淡红色口红，将卷发盘起，和老伴坐在简单的布景前笑开了花。他们心爱的宠物狗“毛孩子”拍了今年第一张合影照。

看到照片中的自己，俞华笑得合不拢嘴。“拍得太好了！”她说，和手机自拍不同，这种留影“很有仪式感”。俞华把照片发给在外工作的孩子。看到照片上的母亲洋溢着笑容，孩子也很开心，没想到一间小小的“社区便民照相馆”能为父母的退休生活带来额外的幸福感。

黄月说：“考虑到暑期托管班的孩子即将进入幼儿园、小学，我们最近还组织小朋友拍了入学所需的登记照。”

“水岸星城社区周边聚集了400余家商铺、近200家连锁品牌。”徐家棚街道相关负责人介绍，今年以来，水岸星城社区在架空层增设便民服务点，免费提供医疗、理发、缝补等服务。如今，社区一刻钟步行范围内，商超、药店、菜场、公园应有尽有，“家门口”的美好生活触手可及。

## 「社区便民照相馆」定格居民温馨瞬间 家门口免费拍摄登记照

## 夏天“跳东湖” 激活文旅消费新活力

央媒看武汉

8月9日，在湖北武汉东湖楚城脚下，一场“跳东湖”活动热闹上演。数百名参与者纵身跃进碧波荡漾的东湖，享受清凉。

起跳、腾空，一个猛子扎进东湖，顿时水花飞溅。这个周末，武汉东湖吸引了不少年轻人。活动两天共计500个跳水名额，在开放报名5分钟之内便被“抢”一空。

当跳水区水花四溅时，音乐区正掀起另一种热浪。同时，湖畔市集也聚集了110余家摊位，吸引了众多游客驻足。

“跳东湖”活动已持续14年，今年吸引了超1万名游客。多元业态的相互交织，展现出夏日消费的蓬勃活力。

据央视新闻频道8月10日报道



央视新闻频道截屏。



8月9日，年轻人正在“跳东湖”。

陈亮 摄(实习生王子杰 马飞扬)

## “跳东湖”，我激起全场最大的水花

我在东湖边长大，对这片湖有着非常深厚的感情。从小，东湖就是我的游乐场——夏天在湖边玩水，傍晚沿湖散步，周末骑车环湖兜风。这里有着我太多的回忆。之前，我还参加过武汉马拉松，从东湖边经过。只要是和东湖有关的运动，我都很喜欢。

8月8日起，“跳东湖”活动在东湖磨山景区楚城脚下火热上演。这是我第三次参加“跳东湖”活动，热情丝毫未减。

其实，在前期准备装备的时候，我心里还

有点纠结，毕竟自己体重不算轻，穿泳装有些害羞。但是，在朋友们鼓励下，我决定抛开身材焦虑，开开心心地享受跳水的乐趣，痛痛快快地玩一把。

这次，我决定挑战“助跑起跳”。轮到我跳的时候，起跳瞬间还是有些紧张，手忙脚乱。结果，角度完全失控，我结结实实地用屁股砸进了水里。现在回忆起来，我还是忍不住想笑；我当时是不是创造了全场最大的水花或是全场最快乐的抛物线？入水瞬间，我有点蒙，

失去了方向感，还呛了一口水。好在，我很快调整过来。虽然旁边的救生员已经做好援助的准备，但我还是自己游到了岸边。湖水暖暖的，让我感到很舒服，我真想在水里多待一会儿。可后面还有人等着跳，我只好赶紧上岸了。

跳完之后，我的心情超级好。周围都是年轻人，每个人都无拘无束地做自己，脸上带着笑容。快乐的氛围更加感染了我，我只觉得多巴胺正在旺盛地分泌，所有焦虑和烦恼都随着那一跳“沉入”湖里了。

我还是“跳东湖”尊巴热舞的组织者之一，非常开心能给这次“跳东湖”活动带来更加丰富的内容。有网友说“一代有一代人的广场舞”，“跳东湖”尊巴热舞每年都会吸引现场数百人自发加入。夕阳西下，微风吹拂，大家一起跟着节奏舞动，那份快乐特别纯粹。

在我眼里，“跳东湖”活动从来不是精致的秀或者演出，而是武汉独有的夏日浪漫。这个活动有着把武汉年轻人聚拢到一起的魅力，是大家表达自我、释放创意的平台。

明年“跳东湖”活动，我一定会再来，还会扯着嗓子对朋友们说：“跟我一起来！莫怕，快来！”

——大武汉客户端网友@Tina (整理:周琛)

## 暑假防溺水，中小小学生牢记“六不准”

1 不准私自下水游泳

2 不准擅自与他人结伴游泳

3 不准在无家长或老师带队的情况下游泳

4 不准到不熟悉的水域游泳

5 不准到无安全设施、无救护人员的水域游泳

6 不准不会水性的学生擅自下水施救

讲文明 树新风 长江日报公益广告