

儋州市志愿者向社区群众宣传疫情防控知识。
本报记者 陈元才 摄



A 一次文明「大抽查」

——「我老了，做不了别的，不给大家添乱，就算支持抗疫啦」

比病毒蔓延更可怕的是谣言散布。我省多形式、多渠道的科学宣传，在普及防疫知识的同时，更得到了群众的主动配合，凝聚了广泛的抗疫力量。

“抗疫时期，亲戚朋友不串门、不聚餐……”一个多月来，海口市演丰镇的208个自然村，每天都有文明实践志愿者走村入户，向村民们宣传新冠肺炎疫情防控工作，呼吁大家参与疫情防控工作。一辆电瓶车、一个大音箱，就是他们的“抗疫武器”。

疫情带来的危机，无疑是对精神文明建设工作成效的“暗访”和“抽查”——随地吐痰、乱扔垃圾……种种体现在日常生活和细枝末节里的不文明行为，都有可能是病毒滋生和传播的“温床”，而良好的生活习惯和文明行为却能筑起阻挡疫情蔓延的“防火墙”。

因此，疫情刚一发生，省委宣传部、省文明办就联合发起文明健康过年的倡议，倡导全省广大党员干部和群众绿色健康过节、移风易俗过节、文明和谐过节、安全平安过节、温馨服务过节，积极向上过节、勤政廉洁过节。

倡议得到了热烈响应——以其中提倡的“不搞群众性聚会”“不到人员密集的公共场所活动”等内容为例，海口市宣布停办府城元宵换花节活动，所有城镇居民小区、农村居民生活区等一律实行封闭式管理；三亚市的娱乐场所、景区景点等非涉及居民生活必需的公共场所全部关闭；各地快递、外卖实行无接触配送……这些决定，都得到了当地群众的支持和配合。

每年2月初是海口市新坡镇的“公期”日子，可今年新坡镇却没有一户人家办“公期”，乡亲们笑言：“现在摆酒宴，摆的都是‘鸿门宴’！疫情过后，我们再庆祝！”他们同时也发现，不大操大办“公期”和婚丧嫁娶，着实为自己减轻了负担，“少了铺张浪费、相互攀比，存下的钱和力气可以用来发展生产、脱贫致富，即使疫情过去，我们也该保持一切从简、重表心意的做法！”

让文明成为自觉，需要长期宣传和有力引导。海南日报记者从省文明办了解到，在当地新时代文明实践中心（所、站）的号召下，全省广大文明实践志愿者纷纷行动起来，穿着蓝马甲走上各自的志愿服务岗位，为抗疫一线增添了一抹抹生动的深蓝——

国家级非物质文化遗产三江公仔戏的传承人冯海，录制了自编的防疫知识公仔戏并通过网络进行传播，“希望农村地区的老年朋友们能够通过看这出公仔戏，提高自我防护意识，采取有效防护措施。”

东方市八所镇老欧村的10多名返乡大学生，组成“老欧村疫情防控志愿者服务队”，在村口设立值班岗，排查疫情传染隐患，并向过往村民发放疫情防控知识手册；

昌江黎族自治县石碌镇的80多名志愿者和党员干部，在该镇福源小区出现确诊病例后集结成队，做好防护，第一时间进入小区进行拉网式排查，有效阻止了疫情进一步扩散；

万宁市多所小学的少先队员们虽不能上“前线”，但也争当小小志愿者，在家里通过绘画、录视频等方式，收集、传播各类防疫小贴士、金点子等，为疫情防控工作尽一份力……

作为海南唯一省级重点新闻网站，南海网日前还发动海南新媒体联盟，向全省自媒体发起了倡议书，倡议大家利用自媒体平台积极发声，引导网民不信谣、不传谣，得到了省内多家自媒体及广大网友的反馈和互动。

“要多洗手，要戴口罩，不要吃野生动物，不要去人多的地方……这些穿蓝马甲的小同志说得多了，我自然就记住喽！”临高县皇桐镇一位70多岁的王奶奶说起病毒防范措施头头是道，“我老了，做不了别的，不给大家添乱，就算支持抗疫啦！”

文明理念，随风入夜，润物无声。

战疫「炼」文明

■ 本报记者 陈蔚林

一群群平凡之人，一件件暖心之事，汇成我省抗疫的精神力量

“

几天前，陵水黎族自治县英州镇母爸村贫困户胡亚宁炖了一只鹅，那是他年节时都舍不得做的“硬菜”。

他用这只鹅，换了几个亲友一天的时间——他们帮着抢收了一园子水灵灵的蔬菜，又把把这些蔬菜送上了开往湖北的货车。

“我没有钱，但也想做点事。”胡亚宁希望，这些蔬菜能给奋战在新冠肺炎疫情防控工作一线的战士们“长长力气”。

疫情当前，各行各业的抗疫人员，坚守在各自的工作岗位，筑牢了海南的抗疫防线；也有千千万万个胡亚宁这样的普通人，只想用自己最大的努力，为防疫尽一份心，为社会送一份暖。

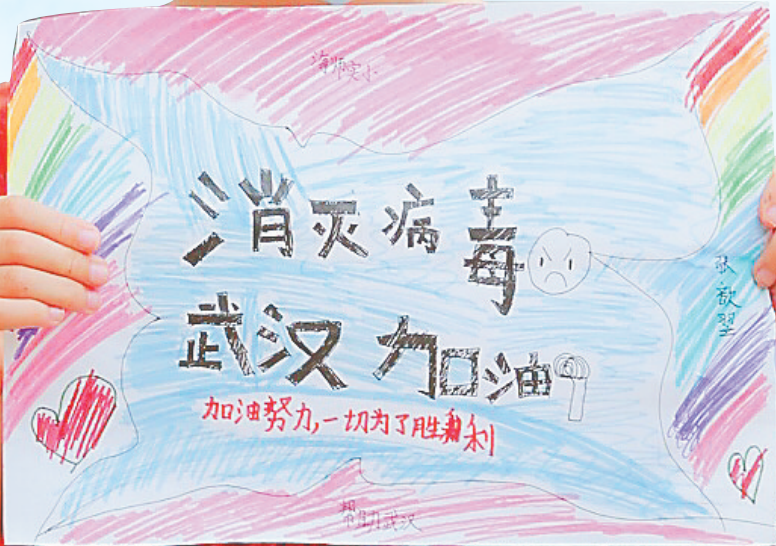
从爱国奉献到爱岗敬业，从友善互助到明礼诚信，从不随地吐痰、不乱扔垃圾到不食用野生动物、不大操大办婚丧嫁娶……突然暴发的疫情，虽然打乱了正常的生产生活秩序，但也推动人们在生活方式、健康意识、环保观念、文明习惯等方面有了更深入的思考和行动。而这种思考和行动，正在以润物细无声的形式延续。

这无疑是这场疫情带给我们的宝贵收获之一。

深读 融媒工作室 海报集团

总策划：曹健 韩潮光 陈嘉奋 齐松梅
执行总监：许世立
版式设计：张昕

海南师范大学实验小学的学生展示自己绘制海报，为一线抗疫人员鼓劲加油。本报记者 张茂 摄



B 一次文明「大行动」

此刻，需要有人站出来承担这份压力，我们有这个责任——「我身边的同事和朋友，「能动的都动起来了」……此时

刘海波正接听心理咨询热线。（受访对象供图）



疫情当前，没有人可以置身事外。不少群众纷纷响应号召，自发踊跃加入一线防控队伍，共抗疫情，并肩战斗。

一个多月来，海南省心理咨询行业协会理事、二级心理咨询师刘海波数不清自己接了多少个与疫情相关的心理咨询电话——疫情刚一发生，他就参加了团省委组织的抗疫心理援助志愿服务行动，后来又参加了儋州市疫情防控工作指挥部组织的心理援助志愿服务活动，还加入了海口团市委组织的“青一聊12345”心理援助志愿服务队伍。

新冠病毒在感染患者肺部的同时，也在试图入侵每一个人的心理。刘海波说，心理疏导是对疫情防控、社会维稳的有力补充，“特别是在海南，很多人没有经历过重大突发公共卫生事件，容易受到焦虑、恐慌情绪的影响，有可能发生心理压力引发的极端事件。”

他举例，“青一聊12345”热线电话开通后，一位23岁的青年男子不分早晚地不停打来电话，一边倾诉自己对疫情的担心和恐惧，一边变换着陈述自己想象出来的“症状”，无限地放大自己的生理和心理问题。

刘海波每每接到这类电话，都首先帮助对方稳定情绪，接着从医学角度为他们普及防疫知识。在一对对照刘海波列举的新冠肺炎典型症状，确认自己受到感染的可能性非常小后，求助者往往长舒一口气：“跟你聊完好多了，我终于可以放心来、睡个好觉了。”

“平时忙于工作，想参加志愿服务活动却有心无力。这次正好能腾出手来为社会做点事。”刘海波说，除了提供心理疏导，志愿者们还会为求助者提供尽可能的帮助——一位居家隔离医学观察的老人是抑郁症患者，因为被隔离无法购买到相关药品，原本控制得较好的抑郁症病情又有复发的趋势。接到电话后，刘海波立即为她联系了所在地疫情防控工作指挥部和社区居委会，请相关工作人员送药上门，令老人十分感动。

和刘海波一样，许多奋战在抗疫一线的文明实践志愿者，不仅有一腔热血，更有专业知识，为群众提供贴心服务、解了燃眉之急——

疫情爆发的消息传来，海口市灵山镇卫生院医疗志愿服务队的志愿者们立即取消休假，赶赴一线，协助建立美兰区健康服务管理中心，为从机场转移到此安置的有湖北旅居史的旅客提供医疗健康服务；

陵水黎族自治县积极发动“候鸟”党员和人才，成立了“候鸟”疫情防控志愿服务队，并细分为医务指导组、物资保障组、人员管控组、对外联络组、特情处理组等5个工作小组提供志愿服务；

澄迈加乐镇北统村村民洪瑄嵘是一名理发师，连日来，她携带理发工具上门服务为抗疫一线工作人员以及群众理发，义剪现场被群众拍成短视频上传到抖音等平台，得到众多网友评论点赞，让她一时之间成为“网红”……

各有关部门和企业也相互配合、相互补充，用“智慧大脑”搭建了一个又一个高效的平台和系统——为了避免人群聚集发生交叉感染，医院启用“云问诊”全天候提供服务；为了准确排查进入公共区域的发热人员，5G远程测温预警系统派上了用场；为了日常生活不受影响和复工复产有序进行，“云旅游”“云学习”“云购物”“云招商”“云签约”等成为新的潮流……

“我身边的同事和朋友，‘能动的都动起来了’。比如心理咨询师，分别加入卫健部门、高校等不同机构组建的志愿服务队伍，有的还进驻到集中医学观察点。”刘海波说，“心理咨询师在提供心理援助的同时，也会因为与求助者产生共情而影响到自己的情绪。但此时此刻，需要有人站出来承担这份压力，我们有这个责任。”

C 一次文明「大创建」

文明行为是这场疫情给我们留下的财富——「疫情终将过去，但文明风尚会长存于心，种种暖心的

陈邦龙（右）为小区业主提供服务。（受访对象供图）



在这场抗疫战争中，隔离的是病毒，隔不开的是爱心。文明如春风化雨，滋润了许多人，也改变了许多人。

3月17日中午，海南省人民医院的多名医护人员收到了“古姑姑海南味道私房菜”送来的餐食。一荤一素，再搭配一份甜甜的水果，为奋战多日的他们饱了腹、解了乏，更暖了心。

疫情刚一发生，“古姑姑海南味道私房菜”创始人王光华就关注着。春节假期的一天，一则湖北媒体发布的新闻看得他眼眶发热——除夕的深夜，刚从隔离病房出来的医护人员准备吃“年夜饭”。镜头扫过桌面，一盒盒泡得发软的方便面就是他们的“大餐”。

“我一直想为疫情防控工作出一份力，却不知道从何着手，这则新闻看得我心里难受，但也给了我启发——如果餐饮行业也需要‘逆行者’，我愿意成为那个人。”王光华说，很快，他通过各种渠道与多家接收新冠肺炎患者的定点医院，以及多个社区、街道办、集中医学观察点等单位取得了联系，“根据他们的需求，我们平均每天要准备350份外卖，为此还停掉了所有商业外卖订单。”

送餐一个多月来，王光华时常收到这样的反馈信息：“值班期间能吃上热腾腾的饭菜，暖心！”“这是我隔离以来吃过最好的一餐，太感动了！”“这份午餐，是逆境中的一股暖流。每个人都在用自己的方式支持抗疫，真是满满的正能量！”……

他感动着别人，别人也感动着他。得知王光华为抗疫一线人员公益送餐的消息后，不少朋友、顾客主动找到他，开来私家车帮忙送餐。大家都想以实际行动，回报那些不顾安危，为他们“挡住”疫情的抗疫人员。

众人拾柴，燃起的熊熊火焰照亮前路，温暖人心。

海南珠江物业和凤江岸客服部主管陈邦龙已经有一个多月没有回过家。疫情发生以来，他服务的小区先后有12户业主被要求居家医学观察，作为他们的直接对接人，他住进小区里的职工宿舍，24小时随时待命，尽可能地满足被隔离业主的需求——

有的业主网购物品较多，他就一天几趟地往返运送；有的业主购买物资指定品牌，他就一家一家超市去找；有的业主因为被隔离而感到焦虑，他就主动用微信和电话与他们保持联系，从网上学习如何给他们做防疫科普和心理疏导……

一位60多岁的业主记得，他被隔离的日子里，陈邦龙每天早上都要打来电话询问：“阿叔，心情好点了吗？今天想吃什么？我一会儿去给您买。”

一位不擅长做饭的业主也记得，每次外卖在饭点被送到小区门口，陈邦龙总是放下自己的碗筷立即去取，送到业主门口后还不忘发来信息：“趁热吃！”

他感动着别人，别人也感动着他。得知陈邦龙对接的都是居家医学观察户，很多业主见面就提醒他一定要做好防护，一户业主还自掏腰包给物业公司送来800个防护口罩。此外，业主们都积极配合疫情防控工作，进出小区时均佩戴口罩、配合测量体温、出示出入证和健康码，还不时提醒物业人员：“慢慢来，我们不着急……”

“疫情终将过去，但文明风尚会长存于心。”陈邦龙发现，抗击疫情在一定程度上推动了文明创建，这段时间以来，小区里乱扔垃圾、高空抛物的不文明现象少了，自我约束、互帮互助的文明行为多了，“有的业主随身携带酒精，乘坐电梯时就顺手对楼层按键逐一擦拭消毒，种种暖心的文明行为是这场疫情给我们留下的财富之一。”

如陈邦龙所说，在疫情防控工作中，广大群众已经深刻认识到陈规陋习是病毒传播的主要途径，要以此为契机，将精神文明建设工作长久不懈地抓下去。

“很快，我们的生活会随疫情消散而回归正常。不过，我们绝不能让过去的一些不文明生活习惯、不健康的生活方式同时‘回归’。”省文明办相关负责人说，省文明委将动员推动各市县、结合社会文明大行动、文明城市创建等群众性创建活动和“四爱”卫生健康大行动，发挥好新时代文明实践中心（所、站）的作用，继续加大创建力度，广泛开展志愿服务活动，加强文明知识宣传和科学知识普及。

他还提到，同时，针对不文明行为容易反弹的实际，从推进社会治理体系和治理能力现代化的目标出发，省文明委将统筹部署，将疫情防控期间的行为规范内容，融入文明条例或乡规民约，真正把疫情防控时期养成的良好生活习惯转化为自觉、持久的文明行为。（本报海口3月18日讯）

志愿者在海口秀英港为过海车辆提供服务。
本报记者 李天平 摄

