

33岁校园环卫工圆梦读研：8小时内谋生，8小时外逐梦

“8小时以内求生存，8小时以外求上进。”这句话，是成都理工大学后勤保障部环卫工人李佳对自己过去一年多生活的概括。今年4月，毕业10余年后，33岁的李佳被拟录取为成都理工大学文法学院全日制硕士研究生。

2021年12月，李佳来到成都理工大学成了一名环卫工。选择这份工作，只因离家近、岗位稳定，能照顾两个年幼的孩子。李佳的考研念头萌生于2025年4月，正是研究生录取结果公布的时间。“身边的同学都在讨论考研的经历、分享‘上岸’喜讯，我就在想，如果我也努力一把，会不会迎来不一样的结果？”日复一日在校园中工作，学生的勤学、老师的治学，潜移默化中影响了她。“说到底，是自己心里一直有个求学的梦，是校园的氛围让这个梦重新燃了起来。”



▲李佳在休息间隙到学校图书馆学习。

(陈选斌/摄)

考研的决定，她只告诉了家人和两位密友。“丈夫跟我说，想清楚了就放手去做。两个孩子还成了我的‘小小监督员’。”李佳笑着说，每当她稍有松懈，孩子们总会问：“妈妈你今天怎么不看书呀？”家人的理解与陪伴，是她最重要的支撑。8个多月的备考期里，她和众多考生一样，经历过自我怀疑的阶

段，尤其在2025年10月报名前后，“总觉得自己还没准备好，心里很内耗”。作为以同等学力报考的专科毕业生，李佳在复试中须加试至少两门本科主干课程。最终，凭着那股“硬着头皮上”的韧劲，她坚持走完了全程。

如何兼顾工作、家庭与备考，成了李佳最大的难题。“别

人考4门，我要准备6门，只能比别人更努力一点。”她的日常从清晨5点以后开始：6点上岗普扫，8点半前完成责任区的清扫与垃圾清运；午休时“挤出一两个小时”复习；晚上料理家务、辅导孩子功课，之后才有属于自己的、能系统学习的整块时间。

随着故事被媒体报道，李佳收获了如潮的鼓励。有人惊讶“你看起来不像环卫工”，她的回应从容而坦然：“是因为我书看得太多了吗？‘腹有诗书气自华’。”在她看来，精神的富足与物质的充裕同样重要，前者既能滋养自己，也能引导孩子。

“很多网友说我的故事激励了他们，这让我很高兴，也觉得有责任。”李佳说，外界的关注已渐渐从压力转化为更强的动力。她常提及其在大学“不甘人后，敢为人先”的校训精

神，这些每日上下班都能看到的字句，曾是她备考路上的灯塔。如今，她也成为校内学子学习的榜样。成都理工大学学生邓羽洋表示，李佳的经历让她相信，“只要真心想做一件事，坚持下去就有希望，不必受困于当前的环境或过去的遗憾。”

面对即将到来的研究生生活，李佳计划全心投入学业，在学业之余勤工俭学以减轻家庭负担，同时留出足够时间陪伴孩子成长。

回顾4年半的校园环卫工作经历，李佳满怀感恩。这份工作让她拥有稳定收入，得以兼顾家庭与孩子成长，而朝夕相处的校园环境，更是让她重拾求学的勇气。对她而言，8小时内认真工作、踏实谋生，8小时外坚持学习、充实自我，便是当下最真实、最踏实的生活状态。

(据中国新闻网)

一间『小不点』，为老人免费理发超9万人次

天光微亮，吉林省长春市朝阳区的“小不点”美发店，比街巷更早热闹起来。推子匀速划过顾客鬓角、剪刀细致修剪发梢，今年56岁的店主刘健军正专注为老人理发，短短十几分钟，老人的头发清爽利落。

“小刘，真是麻烦你了，每次都不收钱，还剪得这么用心。”老人握着刘健军的手连连道谢。“大娘别客气，您慢走。”刘健军笑着将老人搀扶到店门口，转身为下一位老人系上围布……

自1994年刘健军开店算起，这样的场景，在这家小店已重复了30多个春秋。

“我小时候跟奶奶相依为命，要是没有左邻右舍轮番接济，就没有我今天。”刘健军说，奶奶常叮嘱他“长大后一定要回报社会”，这份感恩之情，成为他践行公益的初心。

开店伊始的一件小事，让刘健军印象深刻。那年夏天，一位老大爷在店外徘徊许久，趁店里无人时上前，问刘健军能否上门为无法下床的老伴理发。刘健军二话不说，拎起工具包就跟随老人前往。理完发后，卧床许久的大娘露出了久违的笑容，老大爷感动得热泪盈眶，执意要付20元酬劳，被刘健军婉拒。

“这一笑一哭，刻在我心里。”刘健军说，原来一次上门服务能为他人带来莫大慰藉。自此，他立下规矩：每天开店前一个小时，专为70岁以上的老人免费理发，无论淡旺季，从未间断。

随着服务的深入，刘健军发现，很多空巢、失能老人不仅需要理发，更缺乏日常照料。于是，他主动为行动不便的老人上门理发、打扫房间，老人突发疾病帮

忙买药，家中水管堵塞、厕所故障及时抢修，逢年过节送去米面油和棉衣，陪孤独老人聊天解闷。

他把老人当亲人，用点滴行动温暖着附近社区的高龄、独居、残疾老人，成为老人们心中最靠谱的“理发师傅”，更是胜似亲人的“贴心人”。

2017年，在当地永昌街道及义和社区的支持下，刘健军敬老爱心志愿者联合会成立，街道免费提供80平方米的店面，不仅为刘健军的善举提供了更大场地，也成为当地集聚志愿服务力量的基地。

刘健军说，联合会与社区合作，先后打造“情暖夕阳 助力公益”等项目，免费为敬老院中的老人提供理发服务，帮助周边有困难的老人改善居住环境。如今，志愿者规模已扩大到3700余人。

说话间，几名志愿者身穿红马甲走进店内。“我们刚去看望了周边的孤寡老人。”51岁的志愿者万飞说，她的姐姐曾长期接受刘健军的免费理发服务，深受感动的万飞主动加入联合会，一干就是很多年。

“刘师傅的爱心感染了我们全家，我上大学的女儿，寒暑假也跟着来做志愿。”万飞笑着说，一家几口人一起做公益，在联合会里早已不是新鲜事。

“为老百姓做好事，再苦再累，我的心里也美滋滋的。”刘健军说，他的店名虽叫“小不点”，但汇聚的爱心越来越多。30多年来，他带领团队累计为老人免费理发超9万人次，开展各类公益活动数百场。“只要我还能拿得动剪刀，就会一直把这件事做下去。”刘健军说。(门杰伟)

7月19日，乌江西岸，马颈子山。

“呜、呜、呜”，警示音打断采访。重庆市规划和自然资源局干部高健淞，赶忙看向地基雷达等监测设备，将细微形变的实时监测数据，迅速传给重庆彭水县山体崩塌灾害现场救援指挥部。江对岸、山体崩塌点位的后山上，重庆107地质队工作人员也同步上传数据，共同助力把控研判次生灾害风险。

“现场监测不能只靠一个点位，我们驻扎在两边山头，交叉覆盖。”高健淞的外衣被汗浸湿、贴在身上。整个上午，西岸山头直面阳光，帐篷下暑气蒸腾。灾害发生后着急赶到现场，高健淞就带了一套衣服，每天蹲守十五六个小时，“晚上洗了，拿吹风机吹干。”

乌江北流，两岸皆山。有人蹲守“哨位”，有人一路巡山。

崩塌点位向北，睡美人山。下午时分，彭水县公路应急储备中心综合养护站站长肖龙江，正弯腰和同事们搬开前一晚因降雨倒伏的树木，清理道路。

2条国道、5条省道，是保障救援工作顺畅的生命线。连续2天夜间强降雨，又诱发多处山体落石、边沟堵塞、行道树木倒伏，本就狭窄的山路必须及时清障。

“我们50多人，分成5路，每天巡护里程超过400公里，排查险情，清理塌方体……”肖龙江伸出厚实的手掌比画着，鞋子沾满黄泥。

“一线搜救人员是冲锋队，我们就当好铺路的工程兵。他们全力救援，我们做好保障。”大型吊车、挖掘机等重型设备陆续开进救援现场，肖龙江和同事们一直在一座座山间穿梭，“路通了，救援工作才能顺利推进。”他抹了一把汗，上了黄色工程车，又往山那头开去。

山下，守护的脚步从没停息。与“哨兵”“工程兵”并肩奋战的，还有一群坚强的“后勤员”。

脖子一圈晒得通红，脸上满是胡茬，网格员许林伟刚完成白天的巡查，从早上7点半到晚上7点半。

崩塌点位所在的汉葭街道沙沱社区，有22个网格，许林伟的巡查范围紧靠灾害现场北边。逐户摸排居民院落、背山楼栋，设置警示标识，劝导返回群众避险……一抬手，电子腕表计步数显示：18832步。

拌上一大勺辣子、匆匆吃了碗凉面，许林伟又返回网格。天色已黑，沙沱社区党群服务中心依然灯火通明，基层“后勤员”们接打着一个电话，大厅里回响着此起彼伏的重庆方言，听着充满力量。

(姜峰 刘新吾)

『他们全力救援，我们做好保障』

►志愿者在重庆彭水县崩塌灾害现场协助搬运电力照明设备。(黄伟/摄)

