

青春共赴“岳马”盛会

阳光下,江湖边,4月16日,被誉为“最美马拉松”2023岳阳马拉松赛事鸣枪开跑!每一场盛大赛事的圆满举行,都离不开志愿者的辛勤付出。就在来自世界各地的11000名跑者欢乐畅跑时,湖南理工学院1350名志愿者正分布在赛事60余个岗位上,用青春守护着赛事活动的圆满进行。

校本部报名人数:男生898人,女生1299人!
南湖学院报名人数:男生276人,女生425人!

3月17日,距“青春起跑,奉献有我”2023岳阳市马拉松赛事志愿者招募启动刚满两天,报名人数达到2898人!

看到这个人数,负责志愿者招募工作的团委老师郭云峰提议:是不是立即关掉“第二课堂”招募系统?

郭云峰的担心不是没有道理。赛事组委会给学校来函的人数需求是1200人,继续招募下去,仅面试就是一项浩大的工程。

志愿服务的热度,是无源之水。

2022年,湖南省第十四届运动会、湖南省第十一届残疾人运动会和湖南省第十二届大学生运动会历史性地交汇在了岳阳,全校2000余名志愿者经过招募、选拔、培训、上岗等工作,学生心中的志愿服务热情不断高涨。

2023年是毛泽东等老一辈革命家为雷锋同志题词60周年,校团委举行的纪念大会暨雷锋志愿者表彰大会,开展的“志愿服务达人”挑战赛系列寓教于乐的活动,再次将校园志愿服务氛围推向一个新的高度。

“我校同学对于志愿者服务活动是一如既往的抱有极大热情,同学们对于志愿服务的积极踊跃参与,不仅体现我校学子的高素质、大情怀,更是一展湖理学子的青春风采!”校团委志愿中心学生干部张思恩在采访中说道。

经过各学院青志推荐和校青志的二次选拔,1286名学生入选2023岳阳马拉松志愿者。其中,来自体育学院的80余名学生在赛后恢复区负责帮助运动员进行拉伸、冰敷缓解运动后疲劳,以及对运动员抽筋、扭伤等突发情况进行处理,10余名学生作为领操员带领马拉松运动员进行赛前的热身操。志愿者通识培训、医疗保障志愿者专业培训、赛事保障专业培训、裁判培训……一系列培训活动的举行,为4月16日马拉松志愿服务的有序进行提供了有力保障。

4月12日,首批40名分发物资志愿者上岗;
4月15日,小组长带队适应赛事场地;
4月16日凌晨三点,1350名志愿者全员集结,分乘38台大巴车,向君山出发!

“感谢每一位志愿者的辛勤付出”

“恭喜完赛,贵宾一位!”一位半马选手在完赛后走进赛后恢复区,湖南理工学院的大学生志愿者立马喊出口号,并引导他躺上瑜伽垫,用专业的手法为他进行按摩拉伸,以缓解肌肉酸痛和疲劳。

如此贴心的服务,令选手们倍感温馨。“谢谢你们,没想到还有这项服务,太周到了。”

作为志愿者中的一员,陈在宇感触很深。他是湖南理工学院体育学院大三学生,得知岳阳马拉松在招募志愿者,毅然报名参加。

“这是一次很宝贵的学习和实践经历。赛前,有专业的老师对我们进行培训,教我们一些处理急救的方法。”陈在宇说,马拉松当天,他凌晨3点就起床了,3点50分统一从学校乘坐大巴前往比赛区域。马拉松开始后,正式上岗为参赛选手提供服务,从上午9点一直忙到中午1点半,早餐和午餐只简单吃了点面包。

“我们是累并快乐着,想到能为参赛选手缓解疲劳,便觉得所有的辛苦都是值得的。”

体育学院赛后恢复区志愿者一共82名,从早上九点持续工作到中午一点半。

有一位运动员突发脚扭伤,到恢复区后,志愿者在第一时间为他找来了凳子,坐在阴凉地紧急处理。症状缓解后,便送去了医疗点。志愿者们把每一位运动员都当做自己的第一位运动员来进行拉伸恢复,认真对待每一位选手,平均每人帮助了不下70位参赛者。尽管工作强度很大,他们尽职尽责,把专业知识付诸实践。

在组委会推出的系列短视频中,感谢志愿者的话语层出不穷。一段两名志愿者跪地为受伤跑者遮挡阳光的视频,更是在网上获得无数点赞。

在跑道26.5公里左右,有一位马拉松跑者突发状况。“我看到后,不确定是什么情况,赶紧向补给站和26公里方向处的同伴挥舞白旗,但都没有得到回应,我立即跑到补给站,边跑边挥旗。”在救治过程中,来自信息学院的志愿者李瑞和林兴杰跪地为受伤的跑者遮挡阳光,直到救护车来才回到岗位继续工作。

4月16日上午,随着岳阳市委书记曹普华一声令下,2023岳阳马拉松正式鸣枪开跑。在全马、半马和欢乐跑赛事之外,一支参赛队伍显得格外醒目。

“我们爱心陪跑组是和岳阳市忧乐心智障碍者家长互助中心一起,陪伴那些有心理问题的孩子们一起跑欢乐跑五公里,这些孩子有自闭症孤独症等疾病,所以我们在跟他们交流时会有困难。”张隆在采访中这样说道。



本次“青春起跑,奉献有我”2023岳阳市马拉松赛事志愿者共1286名学生



补给站的志愿者为参赛选手提供物资补给



志愿者正在为参赛选手放松肌肉



志愿者为参赛选手颁发奖章



2023岳阳市马拉松赛事志愿者合影留念

2023岳阳马拉松专门设置自闭症儿童欢乐跑项目,并不是想让这些小手们获得多好的名次,更多的是想要社会提高对这个群体的关注度。虽然只有28位小选手参加比赛,爱心陪跑的志愿者们却拿出十二分的热情,用心对待每一位孩子,让他们在比赛过程中感到舒适放松,顺利完成本场赛事。

三十度的烈日,五公里的路程,孩子们要靠自己跑完全程。有的孩子跑到一半因为坚持不住想要退出,志愿者们一对一地鼓励和陪伴他们直到结束。

曾婕好调侃道:“我还特地兜了一口袋糖,就是想说着说,我说要是他跑不动,我就拿糖‘骗’他跑。”用心对待每一位孩子,是志愿者尽自己全力所发出的最闪耀的光芒。

“做过这么多志愿者以来发现这一次并不是最累的,但是是最直观感受到不同民族、不同年龄、不同性别对生命和运动的热爱,一声声‘辛苦了’更加给志愿者工作提供动力。”志愿者仇婉怡感慨道。热爱无关性别年龄,在赛道上奔跑的他们阳光而坚毅,在沿途工作的他们灿烂而明媚。

在奉献中收获成长的喜悦

当岳马志愿者只有短短一天的时间,带来的收获却是巨大的:是相互搀扶一步一个脚印的奔跑;是从额前滑落一路坠向地面的汗水;是咬牙坚持只为了证明自己的信念。常年坐在书桌前,看课本上横平竖直的文字讲述辉煌的故事,却从来不知道生命的蓬勃绽放在眼前是这么璀璨!

“历时三天半,岳马幕后小苦力终于收工啦!好像专业对口了,可以跟黑人小哥哥小姐姐讲几句中式英语!最后祝愿岳马顺利开展!”志愿者熊心雨是在物资发放的岗位上,在赛前要把各种物资发给志愿者和马拉松运动员,尽管很累,经历和感受难能可贵。

此次岳马非常考验志愿者们身体和心理素质,但是很多志愿者克服了重重困难,这无疑岳马成功举办的必要条件。

“有同学由于一些原因要退出志愿者,有部分小组就少人了,所以肖国超同学顶上了装备发放。”从12日下午到15日晚上十点,他一直奋战在发放物资的第一线,16日凌晨三点又起来参加补给站的工作。为了更好地完成赛事,他前期准备工作常常做到凌晨两三点。一颗的无私心日渐滚烫,优秀的志愿服务精神可谓在肖国超的身上得到了极大体现。

“三点起,五点走,六点到,中午回。在车上一直睡觉偶尔醒来的都是美景,下车后遇见了很美丽的日出和绿浪,很开心遇见了许许多多的,人,虽然忙的时候手都要抽筋了,马拉松的运动员们都很厉害,很有激情和毅力,也看到了他们运动时的快乐。”当岳马志愿者很辛苦,但是看到的风景却能治愈我们的身心。旅途虽有苦有乐,志愿者刘宇婷切身体会到了这种奇妙而温暖的感觉。

从患有自闭症仍然心存阳光孩子,到年岁已高却活力满满的老者。身为志愿者被这些鲜活的灵魂深深吸引。志愿者章采萱感动地说:“萤烛末光,增辉岁月;尘埃之微,补益山海。这是一次非常宝贵的经历,在当志愿者的这一天里,我学会了很多书本中没法教会我的知识。”

“三点起床,四点集结,五点整装待发,六点到站和准备工作,七点跑者就位,七点半枪响,跑者蜂拥而出,跑者们的热情,志愿者的活力在这一刻展现的淋漓尽致。”志愿者们皆可回忆道。尽管早起是一件令人痛苦的事情,但是志愿服务的魅力就是在尽你所能的为他人提供帮助与服务后的自我满足感与自我价值的提升。“在这里感谢姐姐耐心与细心的关照着组内成员,也感谢部门小伙伴的倾囊相助,更加感谢这次校里,活动举办方选择了我。”志愿者们在奉献中获得成长,马拉松也因志愿者精彩纷呈。

蓝色的马甲,流淌着红色的热血;清晨君山的风,吹拂志愿者的脸庞;正午的阳光,照耀着“蓝精灵们”的真心。今年的马拉松因运动员而大放异彩,因志愿者而温暖如春,这也印证了“青春起跑,奉献有我”的志愿者誓言!

(通讯员/黄妹雯 邹忻桐 摄影/跑步维生素 欧阳永)



安娜·加宁:诗人是永恒自然的孩子

“二月春寒勤觅缝,银露叮当噙草青。新芽苗破冰出,始唤玉兰细细开。”卷首一开,湖南理工学院外籍教师安娜·加宁以中国24节气为题材创作的《二十四节气 礼献华夏》组诗。全诗分为“24节气”和“礼献华夏”两个部分,每篇诗歌篇幅内容虽短小,但寥寥数语之间透露着安娜对于“第二故乡”中国的热爱之情。

2001年,安娜·加宁通过俄罗斯海参崴大学交换项目来到中国高校任教。次年,在朋友的推荐下,她来到位于洞庭湖畔的湖南理工学院工作,担任音乐学院小提琴教师。中国别具魅力的自然风光和历史底蕴,如巴陵波光粼粼的洞庭湖、声势浩大的龙舟赛、先天下之忧而忧的文化氛围等都吸引着安娜,也激发了作为诗人的无限灵感。

“我小时候,家中有关中国古代诗歌的译本是我最喜欢的读物。”安娜的思绪走进过去的时光,“我家附近有一座图书馆,里面有中国诗歌的许多译本,我总在里面看书。”长时间阅读使得她对于神秘的东方世界充满向往,对于这个神秘国度的幻想也越来越浓厚。时隔多年,如今在中国已定居二十余年仍然会想起儿时阅读“诗仙”李白的名作。“他是我最喜欢的诗人,我爱他的浪漫与豪迈。”

年少的她常常穿梭于一排排花花绿绿的书本间,抚摸着书本的脊梁,她投身于书中如画卷般的世界,被翻译成俄语的字符飘荡起来,裹挟着安娜一同步入那座山水。

李白望见的月光落在窗户外,给安娜的梦堆了一层白霜;新春的炮竹炸起一片欢笑,陪着她走进“万条垂下绿丝绦”;秋风载着归雁飞来,刚停下雨的树林氤氲起雾,向安娜展现“霜叶红于二月花”;曹操描述的银河灿烂醒目,一句“星汉灿烂,若出其里”,日月光辉在她的眼中流转……这是安静的书本,却也是喧闹悠长的千古华夏。

《二十四节气礼献华夏》从“立冬”写到“霜降”,从“北风呼啸”写到“银霜落满”,安娜在中国走过数载年华,以“立冬”为始,则是由于无意间的接触。

“‘24’是世界上独特的数字,如同钢琴弹奏时的大调小调,它是特殊的自然的。”在了解立冬的来源后,安娜对“24节气”产生浓厚兴趣,经过深入了解学习后,她得知,24节气这种中国古代独有的,用来指导农事的补充历法。她以每个节气为素材,历经一年的时间,创作了24篇俄文短篇诗歌。因为同样是诗人,又具备出色的俄语专业素养,安娜邀请莫斯科国立师范大学在读博士王文娇合作将诗集翻译成中文。翻译过程中王文娇博士将安娜的诗歌思想表现为中国古代诗词的形式,为诗集赋予了二次生命。

风物的枯荣依序沿着时光的经络游走,盛开与衰败皆是自然的选择。人们在一眼望不到的平淡里被琐事环绕,此时,唯有从暮春微云、夏夜竹风,秋日黄昏、寒冬白雪这四季变换里窥得自然之诗意,生活才会由瘦削变得丰腴。安娜对中国古代诗歌中蕴含的自然美学理念非常向往,同时她也擅用音乐这一艺术形式来表达人们的思想感情与社会现实生活,她将自己音乐方面的知识融入到诗集中,给作品赋予了别样的韵律美,表达着人与自然和谐相处的画卷。“撑夫鹤爱喜乐贫,巧手游江入底深”“余晖静落土人肩,香山象国峭壁悬”……白发老者的船夫乐于清贫,洒脱自在,振臂一挥随着竹筏游入江下。晚霞的余晖静落在文人肩上,香山上的崖壁都是那般陡峭……水平线和垂直线构图,点与面对比,突出崖壁的阳刚之美。其道理是利用了点的自我向心性质,把主题崖壁垂直置于视觉特征线为宁静的土人肩膀这一水平线,表现出运动和生长,景物的静态美油然而生。

2019年,安娜的第一本书在俄罗斯出版,其中两套以中国为素材的诗歌被翻译成中文,同年其作品受到国外作家团体的高度赞赏,她也因此荣获2019年度俄罗斯作家联盟颁发的普希金奖章。作为诗人的安娜常受邀参加世界各地的诗歌节,她创作的以中国传统文化为素材的诗歌受到各地诗人的一致好评,勾起了各地诗人对东方古国的浓厚兴趣。因其诗歌创作的形式,朋友之间戏称安娜是最“古老”的诗人。

“诗人是永恒的孩子,他们总是相信天堂和最高的智慧,创造属于自己的童话故事,并将这些故事传递后世。”抚摸着诗集的书脊,安娜继续在洞庭湖畔书写“蓬船荡漾平,湖沼吐云雾”的故事。

(学生记者/刘鑫 孙昕)

· 主人翁 ·

编者:

关注校园建设,提出你的建议。近日,研究生会组织“‘提’你所想,‘案’理所需”第一届研究生提案比赛,收到涵盖教育教学、成长成才、生活服务、权益保障多个方面的优秀提案,为校园建设提出宝贵意见。为不断推进学校发展共建共治共享,校报借此机会,开设“主人翁”栏目,收集师生优秀建议,增强师生主人翁意识,共同促进美丽校园建设发展。

重视学生心理健康教育

在校园日常建设中,学生的心理健康教育是必不可少的一部分。在网络信息泥沙俱下的情况下,我们注意到部分同学易被一些非专业的娱乐性公众号、帖子等误导,在没有经过专业人士指导的情况下错误轻率地判定自己有“精神疾病”或给自己贴上“抑郁症”“双相情感障碍”等标签。由于缺少对自身心理状况的了解,易出现长期焦虑、抑郁等情况,并且难以认识到已经陷入长时间、持续性的负面情绪中,没有向校内专业心理辅导相关部门寻求帮助的意识,或对求助途径缺少了解。还有一部分刚刚入学的同学也值得关注。进入学校后,这些同学失去了学习的动力和奋斗的目标,采取躺平的状态。还有些同学对大学教学模式仍未适应,依旧照搬高中的学习模式,因此遇到了学习和生活上的困难,不知如何解决,出现自卑的心理。无论是自卑或是产生躺平心理这都是不积极的心理现象,需要解决。

很多同学对心理健康教育和心理咨询有误解,仿佛接受了心理健康教育和心理咨询的人都会戴上一顶“不正常有问题”的帽子,建议大力开展心理健康知识宣传,增加线下走访频率,发现潜在问题及时与学生沟通,对心理问题较严重的学生,按照个人特性选择合适的方案提供帮助;建立面对面咨询、电话咨询、书信咨询、网络咨询等多种渠道;搭建学校与家庭的沟通桥梁,全面深入细致了解学生心理状况;定期举办座谈或私下见面会,邀请经验丰富的学长学姐对学生进行开导。

(马克思学院 李兴 姜文清 常梦威)

加强宿舍楼外卖存放管理

我校学生数量众多,同学们的饮食需求多样,因此外卖需求量也十分巨大。近来外卖需求量只增不减,如此情形也促进着校外外卖管理的优化。如今外卖的配送流程已逐渐规范、高效,但在配送终端仍存在问题,如盗窃外卖的现象频发、外卖员态度不佳、学生取餐不方便等。

首先,外卖配送至学生公寓后直接放在一楼大厅,高峰期大量的外卖堆放不仅占用了走廊大部分面积,而且由于摆放没有规律而引起了许多同学停留寻找,影响了其他同学的出入,造成了安全隐患。其次,直接将外卖放在地上的现象使得卫生问题变得突出,很多宿舍楼下放外卖的地方与垃圾站仅有一门之隔,若是遇上潮湿的阴雨天,卫生问题更是进一步加剧。

基于现实情况,在各宿舍楼下添置外卖架有助于解决同学们找快取;合理利用纵向空间,避免走廊、消防通道被占用的情况。

为了方便寻找和拿取,建议购置外卖架并安装,在添置外卖架的同时发布通知,告知各学院每位同学,并在宿舍楼下张贴告示,提醒同学们点外卖时备注楼层;与此同时,与校外外卖团队取得联系,请外卖员配合工作;此外,定期安排楼层志愿者或宿舍管理员进行打扫,并及时反映损坏情况。

(化工学院 黄子珂 杨岚云 王廷芳)

投放共享雨伞

因我们的学校临湖而建,南湖成为学校一道美丽风景线的同时,也使得春秋季节季低温阴雨不断,冬季严寒阴雨更甚,且降雨无规律,雨季持续时间长。目前,雨天教学楼、图书馆内伞具乱放、占道现象严重,伞具丢失的情形也时有发生,对师生们原本的出行安排带来了困扰。为解决雨季身边时常“缺伞”问题,优化校园环境,给老师、同学们的校园生活提供便利,在依赖校园共享雨伞项目已经较为成熟的大环境下,现针对在湖南理工学院范围内推行校园共享雨伞提出提案建议。

建议在客流量较大的位置如教学楼、图书馆和食堂等地可以进行重点投放,设置专人对雨伞质量、数量进行定期检查记录,同时,可以适量招募校园志愿者共同对共享雨伞进行管理。关于共享雨伞的运营,一方面,可以通过招商,与校内商户协商洽谈,减少学校财政支出。另一方面,还可以鼓励学生自研共享雨伞租赁小程序,对雨伞的使用、归还、更换等进行数据化管理。

(经管学院 高特轩 吴怡悦 陈梦宁)