

这群“小叶子”陪伴进博会全程

“志愿者做的都是关于爱的事”

第四届中国国际进口博览会共有4746名“小叶子”，他们的铮铮誓言犹在耳际，一眨眼已陆续进驻场馆参与各自岗位的志愿服务。在他们忙碌的身影中，还有95名长期管理岗位志愿者早在几个月前，就已进入进博局和城市服务保障领导小组各成员单位开展工作，贯穿了进博会从筹备到结束的完整过程。

青年报见习记者 丁文佳

青春职责

“小叶子”工间操今年有了3.0版



来自上海中医药大学的志愿者们是一道独特的风景线。

受访者供图

每一年，上海中医药大学中国国际进口博览会志愿者都会被其他高校志愿者誉为“温暖”，无论是他们带来的自制穴位贴、防疫香囊，还是放松筋骨的工间操，都在四叶草里的“志愿者之家”里留下独一无二的回忆和风景。今年，这场进博之约当然不会缺席，与友校志愿者们分享、交流和朋辈之间的关爱也将依然延续。“小叶子”们自豪地说，努力弘扬中医药文化，也是他们的青春职责。

青年报记者 刘昕璐

“四年级”

“最初接触志愿服务时，只是当作任务去努力完成，后来才觉得越来越有趣了。”

“一开始没想到自己会参加这么多届。”00后的朱美婷是一名“四年级”的“小叶子”，目前在上海农林职业技术学院就读大三，她于中职最后一年时就参与了第一届进博会。据团市委公布的数据显示，在4746名进博会志愿者中，连续四年参加志愿服务的为9人。与此同时，截至今年世博会开始前，她参加志愿服务时间已累计达450多小时。

如今，朱美婷把志愿服务称作“一项高尚的事业”，但她坦然告诉记者：“最初接触志愿服务时，只是当作任务去努力完成，后来才觉得越来越有趣了。”

朱美婷先前的三届进博会都是会期工作，这次如愿以偿报名了一直好奇的长期管理岗位。今年在城市服务保障领导小组志愿者服务保障组里，她除了虹桥论坛的相关证件注册工作以及分论坛现场指引服务，同时还要参与志愿者保障服务。她需要负责190名志愿者，全程保障他们的防疫、餐饮、上岗时间等环节。“我们要全程、全身心地投入到他们的岗位中，及时解答他们的问题。”志愿者们分批到岗后，她将首先带他们巡馆，一遍遍熟悉路线。而这相似的路线她走了快四年，并且笃定地想继续走下去。

“三年级”

“这过程其实很琐碎、枯燥，但我还是很喜欢这个工作。志愿者在做的事情都是关于爱的事。”

“三年级”的“小叶子”翁清于2019年从四川大学毕业后，回到从小生长的上海参加工作，看到公司团委发了第二届进博会志愿者的招募通

知，于是毫不犹豫地报名。同年，进博会的证件注册网上系统也刚刚开通，翁清自加入后就跟着注册系统一起“升级”，今年也是她第三年在综合协调处参与证件注册志愿服务。

今年跟她搭档的志愿者是刚接触系统，因为带教也成了她的工作内容。翁清介绍，每一年系统都会更新升级，因此自己每年也在学习新东西，在不断的实践中同时积累了改进建议。

“这过程其实很琐碎、枯燥，但我还是很喜欢这个工作。”翁清笑称，自己平时喜欢看推理小说，因此很快从中找到了乐趣。在她看来，“志愿者在做的事情都是关于爱的事”，她做事细腻，换位思考、急人所急，都是关于爱的志愿故事。

“一年级”

“不要有太多顾虑，如果你想去做，你就去做。如果你可以去做，你就直接做。”

李芊是一名来自上海对外经贸大学的研三学生，虽然才“一年级”，但丰富的志愿服务经历促使她在城市服务保障领导小组志愿者服务保障组带教“小叶子”上岗。在他们到进博会的用人单位报到之前，她要负责基础的培训流程，给他们介绍岗位职责、疫情防控工作等，带他们巡馆开展“啄木鸟行动”，检查场馆里的标语、方向指示标记等是否有错误，在他们发现错误后进行核实，给予小礼物奖励。

目前，她需要负责带教130名志愿者。今年，团市委特别组建了一支1000人的“小叶子”体验官队伍，他们将以志愿者视角记录年轻人眼中的进博会。这部分的具体推行方案和落实对接，也由李芊和她的搭档们一起负责。“因为我是第一次参加，我觉得不要有太多顾虑，如果你想去做，你就去做。如果你可以去做，你就直接做。”李芊信心满满。

上海中医药大学第四届中国国际进口博览会志愿者的上岗出征仪式上，各二级学院及附属医院的120名志愿者用最真诚、最响亮的青春之声庄严宣誓，表达践行志愿者精神、全心全意为进博奉献的决心与信心。

每一年，上中医“小叶子”们都会准备一份礼物与全市“小叶子”们共享，这也仿佛变成了又一种进博之约。从2019年最萌“穴位保健操”、2020年的“进宝防疫拍拍操”，到今年中医特色传统养生工间操有了3.0版。

今年，这群“小叶子”根据中医穴位保健技法独创了一套充满活力的养生保健操，这套极具中医特色的保健操的动作来源于五禽戏，期待可以帮助所有服务进博会的志愿者在休息间隙科学舒缓压力，相互敲打协作增进友谊，也进一步弘扬志愿者精神。

主要创排者、针灸推拿学研一学生李姍译说，疫情常态化防控期间最重要的就是强身健体、提高自身免疫力，这套健身操是以敲打肺经作为起始动作的。“肺经是人体十二经脉中的第一条，具有宣肺理气增强免疫、抵抗外邪的功效。”接着，拍打云门中府穴、拍打腿部胆经、拍打背部膀胱经依次出现，每一个动作

都有特有的功效。一套操下来，最后的收官动作是具有中医特色的五禽戏造型。

“这套原创保健操也在向我们杏林‘小叶子’们发出号召，在志愿者活动中能够保持活力满满，以最佳的状态完成志愿服务。”李姍译十分期待。

另外，在本次的进博志愿服务工作中，学校团委也为各位“小叶子”准备了具有中医特色的保障装备。例如，象征着的“五禽戏”徽章、利用中医原理的泥疗贴，更有超亮眼的上中医定制镭射袋，这些独一无二的特色物资，在彰显志愿者服务精神的同时，更显中医药院校特色。

中药学专业大一学生刘豫作为整装待发的“小叶子”一员，已然十分激动和向往，虽然是首次成为“小叶子”，但她始终相信，志愿者们不仅仅要提供周到的志愿服务，更应该具备专业技能和知识储备，做到认真负责、自信阳光、积极热情。“在接下来的培训中，我们还要不断提高本领，逐步熟悉工作环境，用脚步丈量进博会，做新时代新青年的代言人，用青春热情点燃进博之光。”

“进博会是面向世界的国家级展会，是国家对外展示的重要平台。我们既是服务进博会的志愿者，也是新时代新青年的代

言人。微笑服务，礼貌待人，不仅是志愿者的基本要求，更体现了中国青年一代自信阳光，开放包容的精神风貌。”在刘豫看来，“因志而行，因愿而动”是所有“小叶子”怀揣着的共同期待，因此，在进博会的服务期间，志愿者们一定要积极协调工作，沟通交流，及时对接消息，服从统一安排，确保每个环节有条不紊地进行。在生活上，同样也要互相关心，互相照顾，多多交流经验，携手共同进步。

今年，上海中医药大学附属曙光医院的医务志愿者们也加盟成为“上中医小叶子”的一员，组建了党员先锋队和青年突击队、名医护航队三支志愿服务队伍，为进博会的顺利开展提供医疗保障服务，并以欢快轻松的“三句半”表演形式，帮助志愿者们更好地了解海派中医故事——

一二三四上台来，其乐融融一字开，要问我们说个啥？——迎进博！

校党委副书记朱惠蓉勉励各位中医“小叶子”，要牢记志愿初心、实现服务零距离，在志愿服务的过程中，做好自我保护、增强学习意识，遵守场馆规则和工作纪律，要承担起新时代青年的责任。