执行总编:李佳 责任编辑:胥伟岩 电话:(0451)84655970 E-mail:xuyan19721978@126.com

九十五把爱心钥匙 守护孤寡桑榆

□本报记者 高海涛 文/摄

近日,董淑娥老人来到老年日报编辑部,参与“我和国旗合张影,银发同心颂祖国”国庆公益摄影活动。鲜红的国旗前,她笑意温暖。这张合影,映照的是一位古稀老人跨越三十余年从未停歇的敬老善举。从冰城街头帮扶困难老人,手握九十五把爱心钥匙守护孤残长者,到远赴三亚继续投身社区志愿服务,登记遗体器官捐献,董淑娥始终心怀热忱,以点滴善行诠释银发初心,许下持续行善的诺言。



街头一瞥,牵起三十余载敬老情

董淑娥今年77岁,退休前是黑龙江省政府机关幼儿园的一名工作人员。

1990年的一个冬日,气温零下三十多摄氏度,董淑娥在街头看到一位老人顶着寒风捡拾木棍当柴烧。老人姓张,年过八旬,家境困难,因小便失禁,裤子早已冻得硬邦邦,走路十分艰难。看着这一幕,董淑娥心里一阵酸楚。从那天起,她每天提前半个多小时出门,把饭菜送到老人家里,看着老人吃完再赶去上班。一有工夫,就帮着打扫卫生、做饭,年年为老人缝制棉衣棉裤。就这样悉心照料了数年,直到老人安详离世。

九十五把钥匙,做孤残老人的“义务保姆”

张大爷的离去深深触动了董淑娥。从那以后,她开始在广播、电视上留意孤寡老人的信息,义务照料一位又一位生活困难的老人。

多年来,被她照顾过的孤寡老人、病残人员达三百多人。为了方便上门,她手中最多时握着九十五把“爱心钥匙”。她在日记里写道:“多年来我做孤寡病残的义务保姆,是他们的贴心人,我真正体验到帮助别人,快乐自己。”

2012年,董淑娥荣获哈尔滨市第六届“十大杰出老人”称号。家人的理解与支持,让她的敬老之路走得更稳,女儿主动分担家务,忙不开时女儿女婿也帮她一同照顾老人。

第二故乡,志愿服务的热心人

后来,董淑娥随老伴来到三亚养老,却依然停不下奉献的脚步。看到小区里老人理发不便,她“重操旧业”,义务为大家理发,被居民亲切地称为“东北小董”。几年间,她为社区老人义务理发,组织文体活动,每年还带队赴三亚湾开展志愿服务,组建“蓝马甲志愿队”做公益。2016年,她被评为三亚市天涯区“先进个人”。2017年,她与老伴在红十字会办理遗体和器官捐献志愿登记,同意身故后捐献遗体和器官。

一面国旗,一颗红心。这次与国旗合影,对董淑娥而言既是对祖国的祝福,更是一份承诺:只要身体允许,敬老行善这条路,她会一直走下去。

敬老公益进社区 志愿服务暖人心

云端播撒敬老情 银发志愿不停步

□本报记者 高海涛 文/摄

老年日报社“敬老进社区”公益活动消息经新媒体平台发布后,得到社会各界积极响应,哈尔滨市繁星志愿者团队主动报名参与,来到活动现场,为社区居民提供义务理发服务,用贴心服务传递敬老温情。

志愿者耐心询问老人需求,细心修剪发型,一边理发一边和老人拉家常,了解老人日常起居状况。针对行动不便的老人,志愿者还贴心提供就近服务。“年纪大了出门理发不方便,感谢志愿者上门服务,剪完头发清爽多了。”一位老人开心地说。

繁星志愿者团队负责人表示,看到老年日报敬老进社区活动的新媒体推送后,团队成员都希望走出家门参与敬老服务。



哈尔滨市老年志愿者协会副会长冯淑珍,是活跃在助老一线的银发带头人。她紧跟时代,善用新媒体传播助老理念,持续关注老年日报新媒体平台,积极转发推广助老资讯,踊跃参与老年日报各项公益活动,线上线下联动,汇聚银发志愿力量,为老年群体送去温暖与关怀。

作为一名资深老年志愿者,冯淑珍深知新媒体是联系广大老年人、凝聚志愿队伍的重要渠道。日常,她坚持浏览老年日报公众号、短视频等新媒体内容,认真阅读每一篇助老新闻、公益活动预告。看到老年日报发布敬老进社区、公益摄影、便民服务等活动消息,她第一时间转发到志愿者微信群、朋友圈,广泛动员协会志愿者报名参与,扩大助老活动影响力。很多志愿者,都是通过她转发的老年日报新媒体信息,了解活动、加入到助老服务队伍当中。

线上广传公益声,线下躬行办实事。每当老年日报组织公益活动,冯淑珍总是积极响应,提前组织、带领志愿者团队到场。无论是社区便民服务、节日敬老慰问,还是“我和国旗合张影”国庆公益摄影等主题活动,现场总能看见她忙碌的身影。



她统筹安排志愿者分工,带领大家开展义务理发、陪伴聊天、健康咨询等便民服务,贴心服务社区老年居民。

多年来,冯淑珍扎根基层助老志愿服务。她组织志愿者坚持走进老年公寓,定期为老人包饺子、送慰问品,开展文艺陪伴活动;组建爱心小分队,护送行动不便、视力障碍老人就医;组织清雪、景区志愿服务等各类公益项目。在她看来,新媒体打破了空间限制,让助老信息触达更多银发群体,为志愿者搭建起服务老人的广阔舞台。

冯淑珍表示,只要身体允许,她会持续关注、转发老年日报新媒体内容,持续组织志愿者参与各类助老公益活动。

官微留言

读《退休后,废掉一个人最快的方式,不是衰老,不是疾病,而是这件事》

扫码看文章

文刀二艳:不怕忙碌,只怕太过清闲,多去做,才能充实自己,让生命更有价值。

读《【无处不中医】旧常起居里的中医——寒露已至,秋冻当止》

扫码看文章

佚名:“春捂秋冻,不生杂病”是古人的养生智慧。初春乍暖还寒,不要过早脱去厚衣,避免受凉;秋季气温渐降,不必马上厚裹,适度耐寒可有助增强抵抗力。

但秋冻不是盲目挨冻,体质虚弱的人要适时添衣,科学养护才能少生病。

读《肺很能“忍”,出现症状多已严重,6个伤肺习惯快自查》

扫码看文章

冯燮:肺的“忍”,像极了人生的隐忍。多少病痛、委屈、疲惫,都被我们默默咽下,直到撑不住才爆发。可人生不是靠硬扛就能长久,学会定期“体检”自己的情绪与身体,及时清理伤身的习惯,才是真正的成熟。别等来不及,才懂珍惜。

读《【食养药膳】谁能想到!几块钱一斤的它,竟是秋冬季的“血液净化剂”,每天几颗,辅助降脂控压》

扫码看文章

李名:眼下正值山楂上市的黄金季节。山楂可以“化饮食,消肉积癥瘕,痰饮痞满吞酸,滞血痛胀”,化浊降脂的功效。

山楂虽好,但食用不当很容易损伤肠胃,日常食用要牢记本文的注意事项。

读《高寿三大秘诀:睡觉居首,吃饭次之,运动第三》

扫码看文章

李海谋:好好睡觉,好好吃饭,适度活动。生活讲究动静结合,食眠平衡。

胥岩 整理

承印单位:黑龙江龙江传媒有限责任公司、经济日报印刷厂、广州蓝海印刷有限公司、河北报业传媒集团印务有限公司、河南省邮电科技有限公司、山东大众华泰印务有限责任公司、西安蓝星新技术开发有限责任公司、江苏鸿兴达邮政印务有限公司