

青岛列车段第四餐车包乘组再聚首 荣耀四姐妹 铁路绽芳华



“只干活的机器人”

1972年,全国百废待兴,“抓革命,促生产”口号响亮,各行业稳步发展。青岛客运段(时称青岛列车段)开通青岛至北京旅客列车,这是承载希望与梦想的纽带。作为第一批进京列车餐车女服务员,四姐妹深知使命重大。当时大连列车段进京列车餐车组是行业标杆,1973年6月,青岛列车段领导选派赵锦卿、盖秀美、张爱君、矫瑞兰前往大连取经。

三个月学习结束,她们学成归来,迅速组建青京第四包乘组餐车组。这不仅开启青岛列车段餐车运营新篇章,还打破餐车前台由男服务员主导的传统,让女性力量在餐车服务领域崭露头角。

那时四姐妹正值青春年华,值乘在240/239次青京列车餐车,每次出乘都肩负段领导和职工期望。青岛火车站设施简陋,无高站台,旅客上下车靠扶梯,餐车上料更是艰难。面对困难,四姐妹毫不退缩,用两轮大板车将餐料从远处拉到站台,扛起50斤重的大

米、60斤的青岛啤酒和大量肉鱼、蔬菜搬上餐车。尽管汗水湿透衣衫,她们毫无怨言,始终以热忱笑容温暖旅客。

在激情燃烧的年代,四姐妹无私奉献。出乘前主动帮列车乘务员打扫卫生,甄车长劝她们休息,她们笑着婉拒,坚持工作。旅客和同事看在眼里,称她们为“只干活的机器人”,满是敬意与赞赏。

“一切为了旅客”是四姐妹坚守的服务理念。春节等节日,列车拥挤,为让旅客吃上热饭,她们扛起几十斤重的饭盒,在站台与列车间穿梭,从车窗爬上爬下。肩膀磨破出血,简单处理后就继续工作,轻伤不下

火线,是铁路人无私奉献的真实写照。

无私奉献获荣誉

四姐妹的成功离不开“四管理一核算”科学做法。从大连取经归来,四姐妹开创青京四姐妹餐车组,喊出“妇女能顶半边天,巾帼不让须眉”口号。她们制定餐车运营标准化制度,涵盖餐料把控、饭菜管理、备品保管、餐票使用、成本核算等,形成严谨高效服务体系。

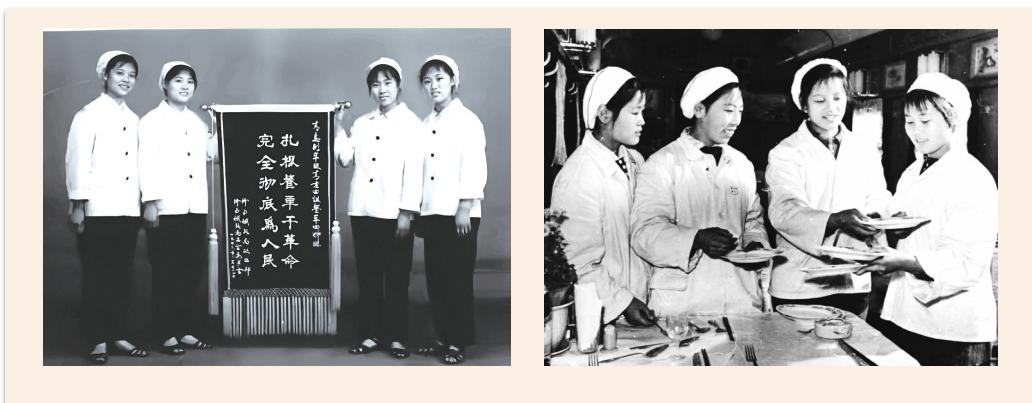
在餐车服务上,她们总结出“前台六条整齐线”,让餐台物品整齐有序,上菜托盘化,走路靠右且不空手,提高服务效率与质量,提升旅客用餐体验,为铁路餐车

服务树立标杆(右下图)。

自1973年成立,凭借这套体系,她们年年获评先进集体、“三八红旗手”等称号。1976年,青京四组餐车四姐妹被铁路局政治部、工会评为女工先进集体,授予“扎根餐车干革命,完全彻底为人民”锦旗(左下图)。1979年,矫瑞兰当选山东省人大代表,这是她个人也是整个餐车组的荣耀。

四姐妹的团结协作与无私奉献,为青岛客运段赢得荣誉,她们的青春在列车与铁轨间绽放光彩。如今,她们步入晚年,故事却如陈酿美酒,激励一代又一代铁路人奋勇前行,成为无私奉献的生动缩影。

通讯员 王顺成 段伟



本报记者协调科技公司为老人解难题

上下楼不再难 八旬翁用上“外骨骼机器人”

在匡福宽老人家里,王超向老人详细介绍了两款产品的性能、使用方法。随后,老人在工作人员的帮助下,先后穿戴上两款产品体验。体验过后,当即选择购买了最大助力6公斤的升级款产品。老人感慨地说,科技让晚年生活更自在。

据深圳作为科技青岛公司总经理王超介绍,此次发布的两款外骨骼机器人单腿最大助力分别是4公斤和6公斤。产品可智能感应使用者行走意图,芯片算法控制及时提供助力,坚

固支撑可以有效矫正步态,提高平衡性,并配备使用力度调节功能,能满足不同人群的需求,也非常适合有户外运动需求的老人。

八旬用户亲证实用价值

“以前上下楼非常困难,必须双手用力抓住楼梯扶手把自己拽上台阶,现在能一口气上十几级台阶了!科学家们太了不起了!”体验者匡福宽老人啧啧称赞。他表示,3.5公斤的机器人穿戴上几乎“无感”,但上下楼梯明显轻松,好像有人帮你抬腿走路。

数据显示,该设备单次充电可以持续使用2.5小时,如果不小心跌倒,机器人会在第一时间向紧急联系人发出报警信号,方便使用者及时得到帮助和救治。

随着我国人口老龄化程度的加深,适老化科技产品需求激增。专家指出,此类轻量化智能辅具的普及,将有效缓解居家养老压力,推动“银发经济”向科技化转型。本报记者



更多精彩
观看

老人想买 子女不同意
老年人消费,
子女说了算?

一位卖适老化产品的业务员,热情接待了一位八旬老人,耐心解答了所有问题,信心满满觉得这一单稳了。可谁想到,老人子女一个电话打来,生意就泡汤了。像这种“老人想买,子女不同意”的情况,在养老消费中随处可见。那么,在多方合作大力推动银发经济发展的当下,老年人究竟需要什么样的产品与服务,子女们又有哪些顾虑和考量,是每一个养老行业从业者都需要直面的问题。

“调查数据显示,老年人意外死亡案例中,超过85%都是由跌倒或碰撞引发的,这也是我们研发防摔马甲的原因。”国融乐养健康科技(上海)有限公司副总经理魏晓旭介绍,防摔马甲日常只需充电维护其重力感应器。如若老人在穿戴马甲时出现摔倒等情况,遍布胸肋骨、髋部、后背、头部、颈椎和两侧肩胛骨的气囊会被瞬时激发充气,保护老人的安全。值得一提的是,这款马甲可多次使用,并已进入量产阶段,在淘宝等电商平台出售。

对企业来说,在保障产品性能过硬的同时,精准高效地触达用户同样关键。魏晓旭介绍,需要适老化产品的老年人中,有不少人并不习惯通过互联网来获取产品信息,反而是由儿女等中青年一代来为长辈选取和购买适老化产品。

记者采访中发现,养老企业正逐渐认识到,“银发经济”的参与主体并不局限于老年人本身。在一些养老产品的消费场景中,决策权和支付行为,有时会由子女、年轻一代代劳。“这并非老年人无法负担产品价格,也并非不认可产品,而是不同代际人群的消费观念差异。”一位养老企业负责人说。

魏晓旭讲述了一则有趣的案例:企业此前曾与某银行合作,在银行网点向老年客户展示和推介助老辅具。到现场的老人对“充气沙发”等新奇的产品表现出了浓厚的兴趣,但到了解价格的环节,老人们却普遍表示,需要回家与子女商量。反倒是银行网点的员工纷纷被“种草”,决定为父母购置适合的助老辅具。

国融乐养健康科技(上海)有限公司总经理徐亚峰在多年从业经历中发现,让银发人群为养老产品“买单”的关键要素一般有三点:其一是产品或服务确实为当前刚需;其二是性价比;其三是有国家补贴等政策刺激,触动老年人做出消费决策。

舒抒

良好习惯
防鼻腔疾病
临床数据显示,错误的擤鼻涕方式会导致鼻黏膜损伤。陆军军医大学西南医院耳鼻咽喉科主任钟诚指出,反复掏挖易造成鼻黏膜干燥、破损,增加过敏反应概率;用力同时捏住双侧鼻孔擤鼻易导致鼻孔局部肿胀、堵塞和疼痛;过度用力吸鼻子还可能引发鼻黏膜急性或慢性炎症,甚至导致鼻出血或感染。对此,钟诚表示,正确做法是单侧交替擤鼻涕,也就是按住一侧鼻孔,另一侧缓慢呼气排出分泌物,两侧交替进行,让鼻涕自然流出。

“许多鼻部疾病起初只是小问题,但若长期忽视则会逐渐加重。日常养成良好的护鼻习惯,比患病后再治疗更重要。”陆军军医大学陆军特色医学中心(大坪医院)耳鼻咽喉科主治医师冯丹表示,长期揉搓鼻部可能导致鼻周皮肤敏感,诱发接触性皮炎;长时间佩戴口罩可能因空气流通不足导致鼻黏膜缺氧,出现干燥、刺痛等不适;频繁拔鼻毛会削弱鼻腔的过滤功能,增加呼吸道感染风险。

冯丹提醒,日常清洁鼻腔要避免用手挖,可用生理盐水喷雾或洗鼻器轻柔冲洗;干燥季节可涂抹少量凡士林或维生素E软膏于鼻前庭,防止鼻腔干裂。还可适量补充维生素A、C、E,促进鼻黏膜修复。雍黎