

轻轻敲门声 浓浓敬老情

青岛市探访关爱特殊困难老年人志愿服务活动助老解难题

记者 尚美玉 王丽洁 孙利峰

智能助老“玩”出新花样



上,老年生活报的工作人员化身“数字讲师”,为老人们普及智能手机的实用操作。随后,来自万华公益服务中心的志愿者们手把手教大家编织竹风铃。大家学得认真,编得仔细,现场其乐融融。“这次活动既学会了用手机,又亲手做了风铃,丰富多彩!希望以后多多举办。”65岁的臧敏连连点赞。

本次活动聚焦老年群体日常需求与精神文化生活,将便民教学与手工体验相结合,让辖区老年人走出家门、互动交流,收获知识与快乐。

“在微信里有个专门针对老年人的‘关怀模式’,打开后字体变大,点一下文字还能语音播报,非常方便。”课堂

汉口路社区党委书记邵静介绍,去年以来,青岛市民政局联合老年生活报组织的探访关爱活动,一直针对社区高龄、独居、特殊困难老年人开展入户探访服务,深受居民欢迎。此次活动,丰富了老年人精神文化生活,让老人们走出家门、增进邻里交流,在传统节日氛围中感受社区关怀,度过端午佳节。

“智能助老与手工体验相结合,既实用又有趣,让老人们在传统节日里有满满的获得感。这个端午,银发课堂‘玩’出了新花头,也‘暖’到了心坎里。”邵静说。(记者 尚美玉 孙利峰)

63岁陆永霞:热心做公益 “向日葵”开11年

日前,青岛平度市丁家集镇丁先生家的胡萝卜滞销,陆永霞得知消息后,立马在微信群里发起接龙,联合爱心企业一口气认购了19500斤。作为青岛向日葵公益志愿服务中心的负责人,陆永霞做公益整整20年了。2015年,她成立团队,目前已有355名志愿者加入。大家凑在一起,把“尽己所能,真诚相助”八个字,实实在在落在了行动上。

10年助学路:让祖国花朵茁壮成长

陆永霞常说:“物资的力量是有限的,但希望的力量是无限的。”

2016年,陆永霞带领团队开始做助学,“这些年我们共发放助学金20余万元,确定潍坊市临朐山旺镇上林学校和临沂市沂南岸堤镇中心小学的27名学生为向日葵公益中心长期资助学生。”

让陆永霞印象最深的,是资助者孙勃帮扶的一对双胞胎。“第一次去家里走访,母亲坐轮椅,父亲出了车祸,两个孩子上小学,见到陌生人就躲到妈妈身后,一句话不说。这对双胞胎现在读初中,成绩优秀,性格也变得阳光开朗。”志愿者孙勃定期和孩子们聊天,孩子们也会主动分享学校里的趣事。前不久,孩子爸爸写来感谢信:“看着孩子们茁壮成长,心里感到无比欣慰和感激……”



向日葵公益志愿者与老人一同看演出。

26次走进老年公寓:陪伴夕阳红

十多年来,志愿者们多次走进青岛近十家老年公寓和托养中心,“给老人洗脸洗手、剪指甲、聊天,自带肉馅包水饺,陪老人一起吃饭,陪伴是最长情的告白,这话我们是真体会到了。”陆永霞说。每年新春佳节,团队连续十一年为青岛市区320多户特困家庭送温暖,“米面粮油、饼干、日用品等多种物资,有志愿者捐款购买的,也有爱心企业的赞助。”陆永霞说。

团队还走进自闭症服务中心、听力语言康复中心等多家机构,看望慰问自闭症和残障儿童。此外,团队还为西藏日喀则、青海玉树、四川凉山、甘肃会宁等地万余人发放了近两万件衣物。

陆永霞说,她要“向日葵”们继续走下去,让更多老人安享晚年,让更多孩子看到希望,让更多需要帮助的人感受到温暖。 记者 臧硕



志愿者余超入户为老人测量血压。



志愿者吕厚文帮助独居老人李阿姨将厚棉被归置到橱柜里。

六月的青岛,气温稳步攀升,街头巷尾的绿植愈发繁茂,家家户户都忙着收拾换季衣物、打理家居环境。可对于独居、空巢、高龄及特殊困难老年群体而言,搬抬重物、登高收纳、拆卸窗帘等看似简单的家务,却成了难以独自解决的生活难题。

“咚咚咚”,最近,一阵阵敲门声在岛城许多老楼里响起来。敲门的,是一群穿红马甲的年轻人。为切实解决特殊老人的生活困境,青岛市持续推进特殊困难老年人探访关爱专项行动。一批批志愿者走进老旧小区、深入老人家中,把换季的活儿干一干,陪他们说说话。这阵敲门声,就像一阵及时的风,吹进了老人家里。

1 一床厚棉被,解开独居老人的换季烦恼

市南区八大湖街道天台路社区居民李阿姨家住四楼,没有电梯,楼道很窄,光线也有点暗。6月15日下午,志愿者兰航和吕厚文爬上来的时候,额头上已经沁出了汗珠。73岁的李阿姨早就把门打开了,扶着助行器在门口张望。“来啦!快进来坐,看把你们热的!”屋里收拾得干干净净,就是沙发上那床鼓鼓囊囊的厚被子,显得有点扎眼。

兰航是九州福居家养老服务中心的工作人员,她进门第一件事是从包里拿出血压仪。“阿姨,咱先量个血压,这几天睡得咋样?”她一边给李阿姨挽袖子,一边像拉家常似的问着。吕厚文是八大湖街道退役军人志愿者,等李阿姨量完血压,他开口问:“您看还有啥活儿我们能帮的?”

李阿姨有点不好意思地指了指沙发:“就是这床

被子。儿子前阵子回来住,走得急,也没来得及收拾。现在天热了,我想把它放到橱柜顶上,可我自己……”她拍了拍身下的助行器,“30年前把腰摔坏了,腿使不上劲。”老伴早早离世,儿子常年在外地工作,随着年龄变大,很多体力活,她都有心无力。

“交给你们了。”吕厚文一弯腰,轻松地把被子抱起来,随后利索地踩上凳子,把厚被子稳稳当当地放进了橱柜最上层。“哎呀,太谢谢你们了!心里一块石头落地了!”李阿姨站在卧室门口,仰头看着橱柜,笑得跟孩子一样,“这床棉被摆在沙发上,既占地方又落灰尘,可把我愁坏了。你们来了,算是给我帮了大忙了!”

临走的时候,兰航又叮嘱了老人几句夏天饮食的注意事项。

下楼的时候,吕厚文跟记者说,这一下午他们小组要跑五六家。“都是老楼,没电梯,一天爬个几十层是常事。”他擦了把汗,笑了笑,“你看阿姨高兴的样子,咱们出把汗怕啥?”

市南区八大湖街道一些老旧小区,没有电梯,楼栋错落,老人们零散居住在各个社区里。天台路、永嘉路、太湖路、高邮湖路四个社区的特殊困难老人,是志愿者们一直牵挂的对象。入夏之后,志愿者们在街道社区工作人员的积极配合下,开启了常态化入户探访,两两结伴、分组走访,把温暖精准送到老人的身边。这支暖心的志愿队伍,由银龄家园、九州福居家养老服务中心志愿者和八大湖街道退役军人志愿者组成,一人守护健康,一人帮扶生活,默契配合着为老人们排忧解难。

如果说搬被子是力气活儿,那摘窗帘绝对算得上是个“技术+胆量”活儿。尤其对住在市北区镇江路街道汉口路社区的范淑霞来说,她家那两面落地窗帘,已经成了她的一块心病。

6月17日上午,记者跟随志愿者走进范淑霞家中,帮她摘取积灰已久的落地窗帘。这看似平常的一次上门服务,却道出了空巢老人日常生活中最真实也最容易被忽视的困境。

范淑霞和老伴都已年过七旬,独生女儿远在北京工作,家中长期无人照料。摘窗帘这种需要踩凳子登高的家务活,对同龄朋友来说也有难度和危险。“我腰不好,根本不敢踩高。”她说,家里两个房间的落地窗帘已经很久没清洗了,不是不想洗,是真没人敢帮忙。

一床被褥、两扇窗帘、一次血压测量、一场暖心陪伴,这些细碎的小事,是

志愿者了解情况后,主动约定时间上门服务。当天,两名志愿者来到范淑霞家中,两套四面厚重的落地窗帘被逐一摘下,仔细卷好送去清洗。洗完前,志愿者还耐心地教了她一个生活小窍门:用厚长筒丝袜把窗帘挂钩的头部固定住,再将整幅窗帘放进洗衣机清洗,这样既能省去洗完后重新安装挂钩,又不会刮伤洗衣机内筒。“没想到你们不光帮我摘了窗帘,还教我怎么洗,太贴心了!”范淑霞连连道谢。她说,这次志愿服务不光解决了眼前的难题,还让她收获了实用的生活小窍门,心里特别温暖。

一床被褥、两扇窗帘、一次血压测量、一场暖心陪伴,这些细碎的小事,是



志愿者入户,为老人摘取落尘的窗帘。