

德民社区38位志愿者一一结对帮扶

“小老人”真情携手“老年人”

□李锦诚

“老人家，今天的测评数据和前两次比，你的认知情况变好了。”南通大学老师曹欣对葛三林老人这么讲。带葛三林来测评的志愿者季和英在一旁也欣喜地对葛三林说：“大家为你高兴，我们继续努力。”这是近日专家们在崇川区德民社区为老人测评智商时的一个场景。

德民社区老来乐老年服务中心从2018年起，组织38位志愿者对46位患老年病的高龄老人开展“黄手环”帮扶活动，通俗地讲就是相对年轻的“小老人”从方方面面志愿帮扶年迈的“老年人”。这些“老人”，有的长期孤独生活，性格孤僻，有的智力认知能力下降明显，有的丧偶后生活自理困难，有的为家庭突发事件情绪忧郁……这些困难不同程度地影响了他们的生活质量。这38位“小老人”自愿报名组成志愿者队伍，他们中企退人员是主体，退休教师、医生、干部也不少。他们分成6个组，与受助“老人”一一结对。在逐一“会诊”后，明确帮扶要求，老人最需要帮什么，他们就帮什

么。属于“老人”共性的困难，如认知差，就通过大组或小组组织做手指操；属于个性方面的问题，如清理卫生、情绪障碍、家务杂事、看病外出等，志愿者就上门服务帮助解决。

“对情绪有障碍的老人要开导好。”志愿者严妙荣说。八旬退休老教师黄奶奶的长子患精神病、次子又因病突发离世，她多年打不起精神。退休医生严妙荣从医学角度和她讲情绪与健康的关系，开导她慢慢从痛苦的阴影中走出来。“对记性差的老人要想办法让他记忆。”志愿者王玉英说。88岁的高龄老人高奶奶退休前是一家工厂的书记，丧偶后长期忧郁。善解人意的王玉英发现老人每当讲起工厂的事情时，特别显得记性好，可她生活中常有遗忘症。为解决生活中的苦恼，王玉英特意做了两张提醒牌，上面写着“不忘关水电、不忘关门窗、不忘关煤气、不忘带钥匙、不忘带必需品”。这个简单的做法，有效提醒了高奶奶，增强了她的记性力。“不管什

困难，都要想办法解决。”志愿者顾锦华说。88岁的独居老干部徐爷爷几天没有大便，不好意思对人讲。顾锦华晚上知道后，二话不讲，就到街上的药店买到药，亲自给老人服下，等见效后才回去休息。帮扶对象说：“志愿者来了，我的难事就有人做了。我想他们天天来才好。”志愿者说：“通过帮扶，我感到自己在做一件功德无量的好事，这条路走对了。”

最近，为记录志愿者胸怀向上向善、情系关爱奉献的故事，社区编写了《志愿者风采》，记录了很多平凡的故事：63岁的志愿者吴小菊在异性老人黄爷爷发病时，耐心给老人喂饭；志愿者韩玉华在老人家厕所下水池发生故障后，第一时间赶到现场解决问题；志愿者罗瑞华、张季夫妇夜间陪帮扶对象去医院求诊不嫌烦；志愿者石国强、王和玲夫妇用整修一新的车库为老人办起了小食堂……这些志愿者的故事，汇成了志愿服务、大爱无疆的交响曲，描绘了“小老人”携手“老人”共同奋斗创造美好生活画卷。



“带徒”

□李斌 徐佩佩

退休干部王军东今年65岁，平时喜爱吹奏萨克斯，是市流行音乐协会萨克斯学会会长。王军东日常热心指导感兴趣的市民朋友学吹萨克斯，推广萨克斯音乐，丰富大家的文化生活。因为他和他的萨克斯小伙伴们在一起。

做个聪明的爷爷

□莫小君

因为儿子工作的原因，已两岁多的孙女回来和我们一起生活。孙女的回来给我们带来亲情的愉悦，但随着孙女的逐渐长大，特别是她正处在语言发育高峰期，我有时竟然在孙女面前不知说什么，一副词穷的窘态。

一天，孙女向我说：“爷爷，佩奇，泥坑。”我一脸茫然。孙女边说，边拉我到电视机旁，原来她是要看电视《小猪佩奇》。平时我看电视一般是新闻、读书、文艺频道，不知道《小猪佩奇》在哪个频道。孙女看我找不到她想看的频道，急着直喊：“奶奶，奶奶。”最后还是老伴快速帮她找到了。老婆找到频道后，对我说：“老头子，你真笨，连电视《小猪佩奇》都不知

道。”孙女随后也跟了一句：“你真笨。”

我笨的还很多呢：我画画歪歪斜斜、儿歌都已忘掉、睡前的故事只有那么一两个，讲得孙女反倒给我讲故事……我真笨，经常是孙女教我这教我那。

我从少年时期，一路奔波于人生之路上，不断地学习自然、历史、人文等知识，不断给自己充电加油。直到孙女回来，我还在学习为生存而用的知识，而那些启蒙我们人生之路的美好东西，在奔跑中已消失得无影无踪。

在我获得越来越多的知识，成为公司的骨干时，却成了孙女眼中的笨爷爷。为了成为孙女眼里聪明的爷爷，我开始寻找童年的记忆。我把当今最火热

的少儿电视寻个遍，能在遥控器上准确地找到孙女喜欢的电视节目，我还寻找那些经典的儿歌、故事、动画等，同时在手机上下载了0~3、3~5岁的APP，随时让孙女能学到知识。为了不输给孙女，我购买了亲子类的电子书，如《如何培养亲近自然的孩子》《儿童心理学》《如何让孩子成年又成人》《养育女孩》等，还购买了亲子课程如《双向养育》《不急不吼，轻松养出好孩子》等。

当我成为聪明的爷爷，在带孙女方面也做到了全知全能时，自己忽然有了童心未泯的感觉。这种感觉给我带来对生活的重新认识，对生命更深刻地理解。童心的再次萌发，给我的生活带来了活力。

平凡生活

有话要说

同学聚会去否自便

□严阳

同学，无论是小学、中学、大学同学，通常说来彼此间都有一定的情感，甚至是很深厚的感情。因此，一旦出现诸如同学聚会这样的机会，一般都会积极参加。

但是，选择回避的也大有人在。因为他们心存各种顾虑：一些事业比较成功的人，怕有人说他借机炫耀；有些发了些小财的人，在是不是该为这样的聚会提供赞助方面犹犹豫豫——提供吧怕人说摆显，不提供吧怕人说小气，因此干脆远离聚会。还有些人或许正面临着各种让人焦虑的问题，在这样的背景下对是不是参加聚会有些为难。当然，也不排除一些同学觉得这样的聚会实在没有多大意义，不愿参加。

我这些年也参加了不少同学聚会，但我高中同学最近一次组织的聚会，我就没有参加。因为组织者是昔日的班干部，而这位班干部当年对我缺少应有的尊重，给我取了一个很不雅的绰号，而且喜欢当着很多同学的面那样称呼我。又因为他是班干部，他身边聚集的一些人也跟在他后面这样做。

绝大多数选择远离同学聚会的人，都会有自己的理由。这些理由有的可能是相当充足的，有的在别人看来有些牵强甚至荒唐的。然而，我们无论如何不该忘记的是，人与人之间，需要相互理解和尊重，简单的批判与攻击，可能让你误伤同学。

所以，在我看来，对积极参加同学聚会的，我们应该点赞，因为这样同学念着同学情、师生情，是重感情之人；对于那些不能参加同学聚会的，因为他们各有各的原因，各有各的思考，我们也应该予以充分的尊重和谅解。而有一点是永远不会改变的，那就是我们曾经在人生的起步阶段，也是我们最为单纯的年代，一起度过一段时光；而这段时光，是我们一生共同拥有的记忆。