

# 老有所为,贡献“银发力量”

近日,习近平总书记在给“银龄行动”老年志愿者代表回信中指出:“既要老有所养、老有所乐,又要老有所为,为推进中国式现代化贡献‘银发力量’。”

“银龄行动”是由全国老龄委发起的老年志愿服务行动。截至目前,全国参加“银龄行动”的老年志愿者累计有700余万人次,开展援助项目4000多个,受益群众4亿多人次。广大老年志愿者发挥经验优势和技术专长,开展支农支教、健康服务等公益行动,展现了新时代中国老年人的精神风貌。

北京胡同里的社区为老服务队队员、广州南站的志愿服务队长、云南边疆三尺讲台上的志愿教师……日前,记者走近几位银龄志愿者,从他们老有所为、余热生辉的故事中,感受他们老骥伏枥、老当益壮的健康心态和进取精神。



唐伟(左)帮助旅客寻找遗失的证件(洪秋婷/摄)



杨占岭(左)为居民维修无障碍扶手(施芳/摄)

以后,杨占岭自备小工具,走访老人时一户不落地把煤气罐都检查一遍。

胡同居民老物件多,经常需要修修补补,但自家无法置办全各式工具,怎么办?“能不能在公共空间设个工具角?把各家的工具集中起来,谁有需求就去领取。”杨占岭提议。

大伙儿都觉得这个想法好,捐出了200多件工具,“便民百宝箱”诞生了。社区将工具登记入册、分类管理,还组建了一支15人的志愿服务队。

“有难事,找杨子!”这是周边几个胡同里老人常挂在嘴边的话。帽儿胡同45号院的班大姐老伴儿去世后,想把屋里的家具调换一下位置,找了好几个搬家公司,谁都不愿接下这个费力钱少的活。

听说班大姐的烦心事,杨占岭先去量好家具尺寸,准备了一把专用扳手,又叫上爱人和一名邻居,3人连拆带装,鼓捣大半天,终于把家具重新摆放好。班大姐拉着杨占岭的手说:“这事我琢磨了一年多,今天总算落定,心都跟着敞亮了!”

“您整天帮这家那家,自己家的事顾不上,家人会不会埋怨?”记者问杨占岭。他笑着看了一眼爱人冀正红说:“她也是为老服务队的,队里还有70多岁的老大哥老大姐,每次大伙儿都抢着干活!”

自小受到父母影响,杨占岭的女儿也乐于助人,多次被评为单位的先进个人和优秀共产党员。2022年,杨占岭家荣获“首都最美家庭”称号。

“我在胡同里长大,谁家有难事总要搭把手,这份邻里情要一辈辈传承下去。”告别时,杨占岭动情地说。

广州南站地区志愿服务队长唐伟——

“帮助别人有一种由衷的快乐”

早上不到8点,68岁的广州

南站地区志愿服务队长唐伟已经坐了1个小时的公交车,到达位于广州南站西广场的石壁街青年之家,开始一天的志愿服务工作。

和记者匆忙打了个招呼,唐伟便打开电脑,打印志愿者签到二维码,准备签到名单,给今天上岗的志愿者分岗,并对年轻志愿者进行岗前培训 and 安全教育。

一连串准备工作结束,9点左右,唐伟戴上志愿者袖章,带上服务队证件、穿上红马甲,准备好这标配的“三件套”,拿起对讲机,和志愿者们一起走上岗位。

“请问在哪里搭出租车?”刚走到乘车大厅,一名中年男子匆匆跑来询问。“前面左边拐进去蓝色雨棚那儿。”唐伟快速回答。

广州南站的每个角落唐伟都了然于心。她已经在这里服务超过13个年头,是志愿服务队里年纪最大的一名“银发”志愿者,人们亲切地称呼她为“唐姨”。

“做志愿服务真的会停不下来,帮助到别人,我心里感到真正的快乐。”唐伟第一次与志愿服务结缘是参与小区街道组织的志愿活动,了解到广州南站有个志愿服务队,已经退休的唐伟就报名加入了。

“我记得第一天在广州南站当志愿者时,心情非常忐忑。但当天我就帮到了很多人,帮老人推轮椅,帮盲人找到方向,帮旅客搬运大件行李,心里特别满足和高兴!”唐伟说。

广州南站是全国最繁忙、客流量最大的交通枢纽之一,每天南来北往的旅客经常会遇到各种问题,2010年成立至今的广州南站地区志愿服务队是帮助旅客解决困难的重要力量。

“志愿工作说来简单,就4个字——咨询服务,但涵盖内容非常广,扶老携幼、行李搬运、寻找走失之类的事情,只要有人求助,我们都会尽力帮忙,服务到最后一步。”唐伟回忆,“2017年春运,一位来自武汉的老人下错车站,我们帮他找到列车长,联

系当天的末班车返程回家。”

说话间,记者跟着唐伟在乘车大厅绕了好几圈。“我之前在广场巡逻的时候,从西到东,整个绕广州南站一圈,一天巡逻好多圈,每天得走2万多步。”唐伟说。那时,她每天都是如此,但并不觉得累,“帮助别人有一种由衷的快乐,我坚持做志愿服务这么久,就是因为真心热爱。”

志愿服务,不求回报。“刚坐上高铁,真谢谢你们呀,想给你们做个锦旗。”唐伟手机收到一条来自小微妈妈的感谢消息。经过志愿者的努力,她在广州南站走散的孩子很快被找到了。“别客气,孩子找到了我们就放心了。”唐伟回复完信息后告诉记者:“很多旅客都很客气,想给我们买水、送特产表示感谢,我们都婉拒了。”

如今,唐伟不仅粤语交谈流利,还能熟练使用翻译软件与外国旅客交流,指引高铁换乘路线快速清晰,推荐的游玩路线“不踩雷”,赢得国内外旅客的声声称赞。

“年纪不是问题!只要有需要,我尽己所能,继续做下去!发挥余热投身到志愿服务中帮助别人,也丰富了自己。”唐伟用实际行动证明,老年人是社会宝贵的财富,能够服务社会、帮助别人,老有所为也大有可为。

云南德宏傣族景颇族自治州芒市志愿教师张明明——  
“就想为孩子实实在在做点事”

早晨6点半,云南德宏傣族景颇族自治州芒市的天还没亮,志愿教师张明明就已洗漱完毕,利落地整理好教案准备出门。“今早两节英语课,孩子们初三了,得盯紧点。”

与同龄人带孙子、跳广场舞的生活不同,退休后的张明明选择了在云南支教的生活。她曾是黑龙江双鸭山市第五中学的英语教学骨干,从教36年。“退休后感到心里空落落的,还是教室

里那份蓬勃的朝气更吸引我。”张明明说。

今年7月,张明明看到云南省教育厅发布的招募秋季学期基础教育“银龄教师”公告,毫不犹豫提交了申请表。经过一系列审核程序,张明明跨越4600多公里,从东北来到西南,落脚芒市城郊中学,回到她熟悉的三尺讲台。

张明明承担着初三一个班的英语教学任务,一周10节课,加上晚自习辅导,工作量不小。不过张明明教学经验丰富,应对起来也从容。“这些孩子大多来自农村,英语基础相对薄弱。”张明明告诉记者,起初课堂上静悄悄的,学生们普遍不愿开口说英语。

学英语哪能不开口?张明明想了个招儿,将班级同学分成几个小组,以积分奖励的方式鼓励大家多开口、多互动。上午的英语课上,随着环保主题的展开,张明明放慢语速用英文提问,不少同学举手回答。“第一组,非常棒!第二组,加油!”张明明在教室里来回走动,与同学们用英语对话,并给他们鼓掌打气,课堂气氛一下子活跃了起来。

“一会儿还得找时间和几个基础薄弱的学生聊聊,帮他们制订学习提升方案。”张明明说。虽然她来到城郊中学只有一个多月,但教学成效已经开始显现:沉默的课堂不见了,回答问题的学生越来越多。

尽管是老教师,张明明依然边教边学。下午批改完作业,她便利用空当时间旁听其他老师的课程。城郊中学校长郭彩能说:“张老师对教学有自己独特的见解,她的课堂精气神儿足,节奏感好,注重启发学生们的思维,孩子们喜欢。”

“今晚没安排晚自习值班,准备回家备课。”张明明告诉记者,每次备课除了结合学生的接受能力设计课件外,还得反复琢磨教学方法,确保孩子们能听懂、愿意听并且喜欢听。一整天下来,忙到晚上11点是常有的事儿。

与张老师走回宿舍的路上,有一段路没有路灯,记者打开手机的手电筒照明。“不觉得辛苦吗?”记者问。“哪苦了,芒市的气候好得很,孩子们也淳朴可爱,我教得开心,过得也舒心。”张明明向记者透露,退休后,最先向她发出邀请的是浙江一所学校,待遇比云南丰厚不少,但自己更想投身边疆,成为一名银龄志愿者,为这里的孩子们提供帮助。

芒市教育体育局相关负责人杨丽燕介绍,今年共有14名像张明明这样的骨干银龄志愿教师到芒市任教,不仅填补了当地的教师缺口,也对年轻的教师起到“传帮带”作用。

“我教书不是为了挣钱,就想为孩子实实在在做点事,只要这片土地需要我,我便愿意持续散发光热!”张明明说。

(据《人民日报》)