

敬老月系列报道之四

建华一社区志愿服务队:

# 满怀热情和爱心 照顾社区高龄老人

□文/图 本报记者 方小北

昨天下午,在石家庄市乐城苑,侯凤珍从兜里掏出钥匙打开门,邀请记者进屋,不过这里并不是她的家,而是她隔壁邻居刘奶奶的家。作为建华一社区低龄助高龄志愿服务队“幸福升温器”的队长,侯凤珍多年如一日照顾独居的刘奶奶,还带领志愿服务队的队员们在小区孝老爱亲,为高龄老人提供家庭互助服务。

刘奶奶的儿子虽在石家庄,但和刘奶奶并不住在同一个小区。侯凤珍知道这个情况之后,就经常关心刘奶奶。随着刘奶奶年龄的增大,生活自理能力越来越差,刘奶奶的儿子今年给老人雇了一名保姆,不过侯凤珍对刘奶奶还是如从前一样关爱有加,刘奶奶还把家里的钥匙给了侯凤珍一把。

“她这样的邻居啊,不好找,对人好,对我更是一百一的好。我下楼晒太阳,经常回来发现钥匙忘带了,我就敲她的门,她就拿着钥匙出来把我家的门打开。她还给我喂水、喂饭,做啥好吃的,都惦记着我。”刘奶奶刚刚量完血压,侯凤珍拿起水杯协助她吃降压药。刘奶奶唠起嗑来,说两人做邻居十几年了,已经处成了一家人。侯凤珍的公婆都已经离世,对刘奶奶就像待自家老人一样。

河东街道建华一社区 2023 年度获评全国示范性老年友好型社区。社区党委书记赵子远告诉记者,根据社区老龄化趋势,结合“寸草心”爱老敬老志愿服务行动,社区积极打造低龄帮高龄的“幸福升温器”志愿服务项目,以结对互助的方式,由低龄老年志愿者向高龄老人提供家庭互助服务,成为高龄老人的知心人、贴心人和暖心人。

除了侯凤珍这样结对照顾邻居老人的情况之外,志愿服务队的其他队员也对小区的高龄老人给予关心照顾。董云就是这样一位满怀爱心和热情的队员,平日里她总是笑呵呵的,逢人就打招呼。她把她的电话写给结对老人,叮嘱有困难就可以联系她。董云说:“我们这个小区有相当一部分居民都是原拖拉机厂的,当年我在单位算年轻的,现在都五十多岁了,小区的老年人占比高。大家之间相对也比较熟悉,这是我们做志愿服务的优势。比如,独居老人一般几点下楼遛弯我们都知道,假如这几天不见老人出现,我一般都会去他家里敲敲门,看看老人有什么情况,是否需要帮忙。”

令董云惋惜的是,去年春节有一位独居老人在家中离世。“当时发现老人没有下楼,我就去他家里敲了几次门,门虽然没开,但是我听见狗叫唤,后来又到处去联系老人的家属。老人的孩子不在本市工作,也没联系上,老人另一套房子登记的电话始终打不通。想尽各种办法联系上了老人的侄女,等老人的侄女从北京赶回来打开门的时



■侯凤珍(左)与邻居刘奶奶亲如一家人。

候,发现老人已经离世。”这件事,让董云对小区老人的动向更加留意。

乐城苑西区有一位独居老人,头顶长了一个脓包。老人的子女平时不在身边,每当老人需要就医时,侯凤珍就带领志愿服务队的队员主动陪同就医,进行照看。

志愿服务队的队员会定期拜访独居老人,陪他们聊天或者散步,帮助老人们处理日常生活中的琐碎事务,增加他们的社交活动,让他们感受到温暖。志愿服务队的队员李俊英经常教小区的老年人如何操作智能手机,她说:“作为一名志愿者,我希望通过自己的力量给老人们带去欢乐和温暖。每当看到老人们从焦急不安到面露微笑,我感到无比的骄傲和幸福。”

志愿服务队的队员有不少已经年过花甲,但却依然保持着对生活的热爱和对社会的责任感。在志愿服务队的帮助下,社区的互助氛围愈加浓厚,居民参与社区事务的主动性提高,甚至她们的后代子女主动当起了志愿服务队的编外人员。李俊英指着董云表扬道:“经常看见小董的儿子在小区帮助人,看到有上岁数的老人拎了大包小包,小伙子就主动上去帮忙拿上楼,小区变得越来越好了。”

## 开设大讲堂 普及健康生活方式

本报讯(记者 方小北)为了提高居民的健康意识,传播和普及健康文明的生活方式,提高居民健康素养水平,昨天上午,石市胜北街道义堂社区联合石家庄市第三医院开设健康科普大讲堂,倡导居民养成科学合理的生活习惯。

本次讲座以“健康科普”为主题,围绕秋季养生的种类与要点、起居与调养、饮食的注意与推荐、疾病预防、养生的禁忌等多个方面进行了详细讲解。通

过讲解过量摄入盐油糖的危害、体重与健康的关系、超重肥胖对健康的影响等科学知识,向居民倡导科学搭配、合理膳食、动静结合,养成科学合理的生活习惯。同时提倡增强体重管理意识与能力,降低聚集性家庭肥胖风险。

参加科普宣传的医师们随后还耐心为居民们解答了如何防控高血压、糖尿病等慢性病以及高血压患者的日常注意事项等问题,受到了居民们的一致好评。

## 传递文明进万家 共同维护美好环境

本报讯(首席记者 杜慧)为推动“双争”活动走深走实,提升群众文明素质,日前,石家庄市委宣传部、石家庄市文明办、新华区委宣传部、新华区文明办、天苑街道办事处在天苑社区新时代文明实践广场开展了“传递文明进万家 我的城市我爱她”主题文明实践活动。

活动现场,主办方就文明交通、文明养犬、垃圾分类“反对浪费、崇尚节约”等进行了广泛宣传,引导广大群众养成文明健康的生活方式,鼓励大家积极参与文明城市创建,共同为提升城市文明形象贡献力量。

活动期间,亮点纷呈,伴随着一曲《祝福祖国》,社区舞蹈队以优美的舞姿,表达了对伟大祖国的热爱与祝福;《风衣时装步态》更是将时尚与活力完美融合,展现了社区居民积极向上的精神风貌,赢得了在场观众的阵阵掌声。另一边,志愿者们手持宣传折页、折扇、帆布袋等宣传品,穿梭于人群之中,耐心细致地为居民答疑解惑,引导居民树立文明观念,共同维护社区的美好环境。

活动现场还设置了多个志愿服务站点,提供专业法律咨询、义务理发、家电维修、视力防护、艾灸体验、骨病咨询等多元化服务,不仅解决了居民们的实际困难,更在无形中传递了关爱与温暖,增强了社区的凝聚力和向心力。整个活动气氛热烈而温馨,居民们纷纷表示,这样的活动既贴近民生,又让大家深刻感受到了文明的力量和温暖。

新华区相关负责人表示,此次活动的成功举办,不仅进一步增强了居民的文明意识,还促进了社区的和谐与发展。接下来,新华区将继续依托新时代文明实践中心(所、站)开展丰富多样的主题实践活动,不断创新活动形式和内容,共同打造文明、和谐、美好的人居环境。

## 宣扬诚信美德 提升居民诚信意识



■诚信宣传进社区。(社区供图)

本报讯(记者 方小北)为建设文明诚信的社区环境,进一步提升辖区居民诚信意识,昨天上午,石家庄市东风街道槐北路社区党委联合东风街道办事处行政综合服务中心开展“弘扬诚信传统美德、增强个人诚信意识、普及‘诚石分’——我们的信用分”主题宣传活动。

活动中,志愿者们通过向过往居民发放诚信宣传手册、现场讲解、发放诚信纪念品等形式,生动形象地向社区居民宣传、解读社会信用体系建设政策法规,回答居民关心的问题,积极引导居民们在社会交往、人际交往中讲诚信、重操守,将诚信意识渗透到每一位社区居民心中。

下一步,东风街道槐北路社区党委将通过更多的形式持续开展诚信文化宣传活动,引导和培养群众把诚信准则内化于心、外化于行,共同建设更美好的家园。

<h3>服务信息</h3> <p>◆微信办理 wb99ok yzwb_36524 ◆广告咨询 8862 9347</p>	
<h4>遗失声明</h4> <p>本人钱玉丹不慎遗失安鼎河北房地产开发有限公司开发的赞城大厦项目 02 栋 -101 室底商商品房购房收据一张,金额:740000 元,声明作废。</p>	<h4>通知</h4> <p>张志辉同志: 因你自 2023 年 8 月 2 日起长期旷工,严重违反本公司规章制度,我公司决定与你解除劳动合同,通过登报公示向你送达,请你自本公告发出之日起 30 日内到公司办理离职手续,逾期视为自动解除劳动关系。特此公告 河北省第四建筑工程有限公司</p>
<h4>红马甲疏通高压清洗</h4> <p>专业上下水电,暖气 安装维修 15832176896</p>	