

# “银发雷锋” 用爱与奉献演绎最美夕阳红

本报记者 梁智玲

每年3月5日是学雷锋纪念日,在我市很多老年人退而不休,在擅长的岗位充分发挥自己的特长,争当银发志愿者,积极为社会贡献余热。他们,被身边的人亲切地称为“银发雷锋”。今天,我们走近一位年逾七旬的老人,了解她多年的学雷锋之路。

3月8日下午,刘成珍如往常一样,来到山阳区艺新街道冬香好妈妈工作站,开启当日的工作。说起这份工作,这位71岁的老人很有感情:“工作带给我的价值远远超过我的付出,我在帮助别人的同时,收获了更多快乐。”

刘成珍出生于上世纪50年代初,年轻时跟着丈夫来焦作生活。年幼的孩子,繁重的工作,让她在工作时无暇考虑自己的爱好。但在当时并不宽裕的生活环境中,她却是同事、街坊邻居心中出了名的热心肠。谁家有困难,她总会想办法上前帮一把。

退休后,刘成珍有了更多时间和精力。在丈夫和子女的支持下,她报名参加了老年舞蹈队、老年太极拳队,丰富自己的生活。在团队中,她自愿付出更多时间,为大家做好后勤保障服务。2017年,嘉乐园老年大学马村分校开班,刘成珍第一个报名参加志愿服务,为报名的老年人介绍专业设置、报名流程,忙前忙后,一心一意为大家服务。“大家都上了年纪,在一起就图个乐呵,我能为大家做点事情,心里踏实。”她说。

## ■记者手记

新时代下,老年人的身份更加多元化,从受关照的对象,到志愿活动践行者,越来越多老人走出家门,主动参与社会服务。他们在适合自己的岗位上发挥余热,在言传身教、化解矛盾等方面具有独特优势。

对老年人而言,热心公益、助

从举手之劳的志愿服务中,刘成珍体会到了点点滴滴的快乐,生活也越来越有精气神。后来,冬香好妈妈工作站注册成立,她又报名成为首批银发志愿者。按照工作安排,她要和其他志愿者一起,在工作站承担纠纷调解、志愿服务、秩序维护等工作。她在心理给自己定下了目标:“我既然愿意做这份工作,就要想办法做好,为社会奉献出自己最大的力量。”

在工作站负责纠纷调解,并不是一件轻松的事情。有时候,需要志愿者们到当事人双方家中了解详细情况,给出最公平、中肯的处理意见。遇到不好调解的纠纷,刘成珍曾三番五次到当事人家中,想尽一切办法与当事人沟通。“最难的一次调解,我曾上门调解5次,直到双方握手言和,我才放心。”她说。

2020年年初,新冠肺炎疫情袭来,刘成珍主动承担起防护岗的值班工作。她值起班一丝不苟,丝毫不输年轻人。“我们更多的时间和精力,也有耐心,多干点活不算啥。”她说。记者了解到,她不仅是工作站的银发志愿者,在居住的社区也是出了名的志愿者,只要有需要,总能看到她的身影。

志愿工作做起来并不轻松,对于老年人来说,更是具有一定挑战。为了做好志愿服务工作,刘成珍的生活忙得像陀螺。她住在马村区,出行主要靠公交车。有时候,为了做好红色故事宣讲、纠纷调解、



老年大学演出服务等志愿服务工作,她常常是早上出门、晚上回家,忙得一天也顾不上吃饭。身边不少人对她这种近乎“疯狂”的行为有所不解,每次被问起,她总是微笑着说:“为他人奉献,是最大的快乐,这种快乐让人上瘾。”

虽年逾七旬,但刘成珍身上透出满满的精气神。她不仅自己在默默付出,还用实际行动带动、影响着身边的人。如今,她和身边的银发志愿者队伍越干越有劲,越奉献越快乐。“我向组织提交了入党申请书,马上就成为一名党员了,我的身体还很硬朗,以后更要多学习,积极奉献余热,当好‘雷锋’。”她说。

上图 刘成珍。  
本报记者 梁智玲 摄

## “银发雷锋”俏夕阳

□梁智玲

人为乐的老年生活方式,让他们有了更高层次的精神追求。很多老年人在参与过程中,都有一个共同的体会:不仅忙碌了身心,获得了社会认可、彰显了人生价值,还与共同参与志愿服务的老年人组成圈子,相互交流,获得了更多精神满足与生活寄托,体会到了

## 我市各类老年大学迎来开学季

本报讯(记者梁智玲)春暖花开,万物复苏。近日,记者了解到,我市各类老年大学迎来开学季,老年朋友们选择适合自己的专业,欢欢喜喜走进教室,开启幸福的“老有所学”“老有所乐”之路。

3月份,市老干部大学迎来了十二届第一学年上学期的开学周,市人民公园总校区、太极体育中心分校、工分校区、鸿源艺术中心音乐课堂同时开启了新学期“第一课”。经过漫长的寒冬,老干部大学又恢复了往日的生机与活力,师生相见、老友重逢,大家的脸上都洋溢着喜悦,春意浓浓。据了解,本学期老干部大学共开设书法、绘画、声乐、舞蹈、器

乐、医疗保健、电脑与手机使用、豫剧、写作、模特、太极拳、瑜伽、服饰与美妆等26门课程,42个教学班,在校学员2000余人。目前,各项教学活动有序开展。

记者从解放区老年大学了解到,该校今年春学期各班课程已经正常开展。学员们按照提前报名的课程,有计划开始学习相关课程。“我在老年大学上了好几个学期,原来报名学习瑜伽、舞蹈,本学期又学习插花课程,希望能多学点知识,充实晚年生活。”学员石女士说。记者了解到,为方便老年学员学习,该校与我市一些社区联合办学,根据居民需求开设相应专业,让老年朋友们就近入学,就近学习。

不一样的晚年精彩。

莫道桑榆晚,为霞尚满天。老年是人生的必经阶段,在这个阶段开拓和延伸深度,努力实现“老有所为”,在为别人提供价值的同时,也实现自身的价值、活出老年人的精气神,何乐而不为?

进入3月份以来,我市嘉乐园老年大学也迎来了开学季,各专业都举行了开班仪式。“有的专业开学早,有的近日才开学,感觉课程的设置有所不同。”该校负责人张冬香介绍。记者了解到,老年朋友们对入学老年大学学知识、文化的需求很高。目前,我市老年大学学位紧张,不少老年学员连续学了好几学期不愿“毕业”,还有一些老年朋友同时报名了多个专业,把每天时间安排得满满当当。“我一共报名了4门课程,其中最喜歡舞蹈和模特专业,这两门课已经学了好几学期,还经常上台演出,也获过奖。”老年大学学员刘女士说。



## 忠孝家国情

——道德楷模王春来五十年行孝日记

### 作者简介:

王春来,作家,一级警督。照顾瘫痪的父母12年,发明照顾老人的护理工具数十件(目前收藏于孝道博物馆),被誉为“造器孝亲”的当代著名孝子,身体力行地诠释了忠孝两全的不凡

人生。

他曾获得“感动洛阳十大年度人物”“当代中华最感人的十大慈孝人物”“当代中华新二十四孝”“河南省直十大道德模范”“推动中国家庭文明十大致敬人物”等荣誉称号。

### 二五三 能活命的护理

2008年1月23日

农历腊月十六了,四九的第六天。

父亲喉咙又有痰了,我马上清理。

邻床病人家属说,家属护理脑血栓病人比清护理工作护理救活率高好几倍,其中一个重要原因是能及时清理呼吸道中的阻塞物。

我用手一点一点从父亲口腔往外掏黏痰。

四楼李大夫又通知我去,我感觉不好,赶快跑上四楼。

### ●今悟

护理病危老人的那种付出是身心疲惫的坚守,也是儿女报答父母最后的机会,没有窍门,不同的人心态不同结果肯定不同。

12年后,我的孩子问:“爸,为什么亲人护理老人救活率高?”我对孩子说:“抢救老人时的护理,脏、累是次要的,关键是消耗的心神太大了。与病人心连心才能观察入微,心连心才能激发出强大的精力和心力,换别人护理能连上心吗!”

### 二五四 不放弃就是希望

2008年1月28日

今天的天气勉强算晴了,白皑皑的雪随处可见,感觉更加寒冷。

昨晚,母亲在抢救室抢救了一夜,还是躺不下,状况明显不好。四楼大夫把我喊了去,要给母亲做透析内瘘手术,让我在单子上签字。

妹妹找到我说:“咱应该给爸爸准备后事了,该

买的東西得去买了。”

我狂喊:“你怎么说话跟大夫一样?只要我们不放弃,爸爸就有希望救过来。”

我无法接受妹妹的建议,当务之急是全力以赴抢救父亲,任何问题我都不考虑。

我要坚守父母生命的最后防线。

### ●今悟

父母的几种治疗方案,大夫让我签字决定,看方案都是可能会要父母命的治疗。当时,我在崩溃的边缘挣扎,只能仰头问苍天,我应该签字还是拒绝,谁能告诉我?

12年后,我的孩子问:“爸,您为什么说不放弃就有希望?”我对孩子说:“放弃,哪里还有希望。百折不挠的精神是战胜疾病迎来奇迹的不二选择。孩子,这一秒不放弃,下一秒还有希望,尽管希望渺茫,但这是爸爸的心愿。”

### 二五五 有来生吗?

2008年1月29日

丁亥年农历腊月廿二,凌晨4时20分,我在病房一边照顾母亲,一边煮粥,突然接到脑外科杨大夫的电话,说父亲不行了。

我惊呆了,今生最恐惧的事情来了,这回是真的了。

我换上了消毒衣,来到重症室。

父亲静静地躺在抢救床上,呼吸没有了,心跳也没有了。

我大喊:“快开大呼吸机抢救啊!”我急忙为父亲按压心脏。(未完待续)