

# 微光成炬 温暖暮年

和柯旭 记者 张文利



图据AI生成

五一国际劳动节将至,让我们致敬那些在平凡岗位上默默坚守的人们——在社区食堂里当“管家”的年轻人,在养老院里日夜陪护的护理员,还有退而不休、继续发光发热的老年朋友们……向你们道一声:辛苦了!

## @刘义军:

在杭州市拱墅区祥符街道社区食堂里,28岁的小范是我们这些老人口中“最贴心的管家”。每天一到饭点,他就忙得脚不沾地。腿脚不便的老街坊进门,他赶紧上前端餐盘、找座位;谁对着手机操作犯愁了,他又凑过去一步一步教着领优惠券、扫码点单。遇上头一回来的老人不知道吃什么,小范会热情地推荐。食堂里的酱鸭腿、清炒时蔬、手工大肉圆,是大家反复点的招牌菜,小范不光记得菜,还能记住每个人的口味



——谁爱吃咸,谁不敢吃辣,他心里门儿清。马上“五一”了,食堂照常开伙,小范也坚守在岗。他说:“假期食堂不停火,老人们顿顿有着落,我才安心。”

## 祝福

“五一”假期,大家都想歇一歇,可小范还是会守在食堂里忙前忙后。这些事看着不大,可天天做,不容易。这个“五一”,想跟小范说声:辛苦了,再忙也别忘了歇口气,吃顿好的。也祝所有像小范一样在社区里默默付出的普通人——节日顺心,日子踏实。劳动最光荣,而你们的光,正照亮了无数老人的餐桌。

## @李娟:

我们小区的陈阿公,今年已经72岁了,是位退休教师,也是我们小区里最忙的“银发志愿者”之一。

记得他刚退休那几年,没有在家享清福,反而主动来到社区的老年学堂,义务给小区里的老人教智能手机使用。每天下午,他都会搬个小桌子坐在社区活动室,耐心地教老人们发

微信、视频通话、网上挂号,一遍又一遍。独居的王奶奶,儿女在外地,学会视频通话后,第一次和孙子连线时,激动得抹眼泪,拉着陈阿公的手一个劲地道谢。

有人劝他,都退休了,别这么累,他总是笑着说:“劳动了一辈子,闲不住。能为大家做点事,心里踏实!”

## 祝福

陈阿公,以及所有像您一样退休后继续发挥余热的老人们,劳动节快乐!岁月带走了您的青春,却带不走您的善良与担当。您用余晖温暖邻里,用坚守诠释劳动的意义,感谢您用余热照亮我们的生活。愿您身体健康,笑口常开,在劳动中收获更多快乐与幸福。

/ 投稿方式 /

浙江老年报“祝福”版面火热征集中。您可以通过三种方式投稿:一是扫二维码,关注本报微信公众号留言;二是在工作时间拨打电话0571-85310151、85310830,联系人缪老师、林老师;三是发邮件:zjlnbxw@126.com。

## @张敏:

我的母亲今年88岁,因行动不便,两年前住进了杭州一家养老机构,从那以后,我便认识了护理员周姐,也见证了她日复一日的坚守与付出。

周姐今年45岁,在养老护理岗位上干了一千就是12年。每天清晨,天还没亮,她就开始忙碌,帮老人们起床、穿衣、洗漱、喂饭;中午陪着老人们散步、晒太阳,陪失智的老人聊天解闷;晚上要定时查房,帮卧床的老人翻身、擦身。

母亲刚入住时,性格孤僻,不愿与人交流,甚至常常发脾气,可周姐从无半分不耐烦。慢慢地,母亲变得开朗起来,每次我去看望,她都会拉着我念叨:“周姐特别好,很贴心。”

## 祝福

亲爱的周姐,还有所有坚守在养老护理岗位上的劳动者们,劳动节快乐!你们的劳动平凡而伟大,感谢你们的日夜坚守,感谢你们的温柔守护。愿你们工作顺利,平安喜乐,每一天都充满温暖与光亮。



扫码  
投稿