

# 一把螺丝刀修出百家暖

## 69岁老人两年免费修理手表超3000只

本报讯(记者 林雨尘 通讯员 胡祎妮 马巧娜)“稍等一下,我修完这只手表。”12月10日,见到刘圣沛时,他正忙得不可开交。在宁波市鄞州区潘火街道金桥花园社区,这位69岁的残障老人是远近闻名的“刘师傅”。

故事要从2023年的一把剃须刀说起。某天,刘圣沛在小区里捡到一个旧剃须刀,习惯性地带回家,拆开、检测、换零件,不到半小时,机器又“嗡嗡”地转了起来。他拍张照片发到社区网格群:“谁家的?修好了,来拿。”

这件小事像一粒火种,点燃了他心里那把早已烧着的志愿火。“反正我会修,大家东西坏了也着急,不如帮帮忙。”

刘师傅说干就干,开始在群里“接单”。电饭煲、微波炉、儿童玩具、老人收音机……邻居们舍不得扔的“老伙伴”,一个个被送到他手上。

刘圣沛7岁那年患上小儿麻痹症,腿脚不是很便利。他总是说:“我是在大家的帮助下才有今天的生活,所以我一定会尽自己所能地多做公益,回馈社会对我的帮助。”就这样,一件“捡来的事”,成了他“天天做的事”。

邻居项羽翼是刘师傅的“老客户”,微波炉、热水器、剃须刀等都找他修过。“不只是省钱,是觉得咱们楼里有个‘自己人’,特别有安全感。”他说。另一位阿姨拿着修好的电炖锅感慨:“多亏了刘师

傅。”

妻子周丰儿是刘圣沛最坚实的后盾。刘圣沛行动不便,她就帮忙传递工具,做他的得力助手。

有时候,邻里们不好意思上门打扰刘圣沛,于是,社区专门为他开辟了一个小型工作室。寒来暑往,两年来免费维修了上百件家电、3000多只手表。

“我们衷心期盼,未来能涌现更多如‘刘师傅’一般的热心人士,携手同心,为社区志愿事业贡献力量,共同营造一个温情洋溢、和谐美好的家园文化,让每一位居民都能深切感受到社区大家庭的温暖与力量。”金桥花园社区党委书记蔡璐璐如是说。

## 磐安县 消防宣传进农村

本报讯(通讯员 周屏)为筑牢农村冬季消防安全防线,近日,磐安县消防救援大队深入农村开展“冬季防火进万家”宣传活动,为村民送上冬季消防安全“大礼包”。消防宣传员结合农村冬季火灾特点,针对村民消防意识相对淡薄、老人和儿童逃生自救能力较弱等实际情况,用“拉家常”的通俗语言,重点讲解冬季家庭防火核心常识。

## 吴兴区 “快乐大姐”彰显担当

本报讯(通讯员 俞黎新 程雪玲)日前,在湖州市吴兴区公安分局龙泉派出所联合市强制隔离戒毒所及“快乐大姐”志愿团队共同开展的禁毒宣传活动中,“快乐大姐”志愿者向居民讲解毒品的特征与危害。禁毒宣传、反诈劝阻、安全劝导……类似的活动,“快乐大姐”每年参与超过180场。这支平安志愿者队伍成立至今,已走过十年,越来越多相对年轻的退休人员受到感召加入。

## 三门县 社区食堂烹出“幸福味”

本报讯(共享联盟·三门 朱启旭 林美萍 记者 陈栋)“我想趁现在还做得动,把大家家里老一辈的味道都收集起来,让更多人记得‘奶奶的味道’。”12月11日上午,“奶奶菜谱”志愿项目成员黄晓灵奶奶掌勺,在台州市三门县龙山社区食堂复刻了二十道家乡的家常味,为社区居民烧出回忆里的“乡愁味”。今年以来,社区挖掘长者烹饪技艺,深耕家庭饮食文化,探索出一条“共制、共忆、共传”的特色路径。

## 智趣银龄动起来 温州老干部运动会展现银发新时尚



“智趣银龄”趣味运动会热闹现场。受访者供图

本报讯(姜金良 通讯员 汤晶晶)“稳住!瞄准!好球!”12月10日上午,温州市老干部活动中心内喝彩不断、笑语盈盈,一场以“智趣银龄”为主题的市直老干部趣味运动会正在这里欢乐举办。线上同步图片直播,累计吸引17.7万人次“云观赛”。

“这比坐着聊天有意思多了,手脚都活动开了。”刚参加完“乐享漫步”比赛的李老一

边擦汗,一边笑着说。该比赛要求参赛者双腿夹球、双手抱球进行折返竞走。现场,老同志们或稳健前行,或小步快走,不时引来阵阵助威声。

本次运动会共设置7个比赛项目和1个科技体验项目,融合了传统体育、智力挑战与现代科技元素,突出“智趣”特色,兼顾安全与趣味。温州市委组织部副部长、老干部局局长胡永锋在活动中表示:“我

们希望通过这样丰富、轻松的形式,为老同志们搭建一个既能强身健体、又能愉悦交流的平台,激发大家继续为社会发光发热的‘银龄活力’。”

科技体验项目“逐空穿越”成为现场一大亮点。老同志们手持遥控器,操控无人机灵巧穿越障碍、平稳降落。“没想到老了还能体验开‘飞机’,挺有意思。”初次尝试的赵伯伯兴奋地说。

此次活动由温州市委老干部局、市体育局联合主办,市老干部活动中心与浙商银行温州分行承办,是温州市推动政企社联动、深化为老服务的又一次生动实践。运动会不仅展现了新时代老干部积极乐观、健康向上的精神面貌,也进一步营造了全社会尊老、敬老、爱老、助老的良好氛围,让“银发力量”在笑语与汗水中悄然绽放。