

绍兴“奔跑的午餐” 1046级台阶的温暖接力



扫码看视频

韩承乙

1月20日,绍兴市夏履镇双叶村迎来降雪,山路上覆着一层薄雪。当天9时,志愿者郑军伟背着印有“奔跑的午餐”字样的保温餐箱,一步步向叶家山顶走去。这条路上共有1046级台阶,他要在中午前,将午餐送给村里的老年人。

这是“奔跑的午餐”送餐项目一个寻常的冬日。自2024年3月起,一支由马拉松爱好者组成的志愿者队伍,持续通过这条山径为山上不便下山的老人送餐,至今已坚持近两年。

一条石阶引出的善意

叶家山顶所在的黎明自然村是夏履镇海拔最高的地区。村内现有88名高龄老人,其中独居、孤寡老人占比超过95%。对于他们而言,下一趟山相当不易,日常采买、看病就医,都成了生活中的难题。

“看到老人下山不方便,我就想,能不能把餐食送上去?”项目发起人徐佳音这样回忆初

衷。作为马拉松爱好者,她最初尝试独自送餐,但膝盖很快吃不消。直到有一次,她在跑友群里看到“破三”(在全程马拉松比赛中跑进3小时)训练计划中包含“每周跑一次山”,忽然灵光一闪:何不将跑山训练与送餐结合?

她与几位跑友商议后,大家一致认为这件事很有意义。于是,他们开始将脚步转向这条通往山顶的石阶。

从一个人到一群人

就这样,志愿者队伍逐渐壮大。从最初的十余人发展到目前群内170余人。“现在每月送餐名额要抢,志愿者已经排到今年2月了。”徐佳音说,甚至有宁波、杭州的跑友专程赶来,只为体验这段特殊的“奔跑”。

每位志愿者都有自己的故事。30多岁的郑军伟就是其中之一。他的父母都是盲人,曾接受过许多善意和帮助。“现在我有能力了,也想帮帮别人。”这份朴实的心愿,让他成为送餐队伍中稳定的一员,每月至少参与一次。

有一次,90岁的潘阿条接过餐盒时激动地说:“谢谢你,下雪天还上来送餐,真是辛苦了。”

陪伴是最暖的“加餐”

除了送餐,温暖的陪伴也在悄然发生。志愿者们会带上当季水果、新鲜蔬菜,东西不多,却是一份心意。

渐渐地,变化开始显现。以往沉默的老人,如今愿意与志愿者多聊几句。老人们脸上的笑容也日渐多了起来。

对此,双叶村党总支书记、村委主任周坚平感慨地说:“我们村位于山区,高龄老年人多,下山难,日常照料一直是难题。‘奔跑的午餐’真正为我们解决了困难。老人们吃得暖、心里甜,在外工作的子女们也安心多了。大家都从心底里感谢他们。”

未来,叶家山顶或许会通公路。但用脚步传递温暖的陪伴,已沿着石阶生根。明天,依然会有人背起餐箱,走上1046级台阶。饭是热的,路是长的,而心与心之间,没有距离。

拱墅区

“益起趣集市”受欢迎

本报讯(通讯员 姚晓璐)近日,杭州市拱墅区半山街道虎山社区大运河幸福家园热闹非凡,“益起趣集市”在此欢乐开市。集市设有10余个特色摊位,涵盖非遗展示、手工体验、健康咨询等丰富多样的内容,为居民提供全方位的便民服务。本次活动通过社区“搭台”、多方“摆摊”、居民“赶集”的模式,全程用集章打卡的游戏方式,让居民参与其中。

丽水市

共忆岁月启新篇

本报讯(缪悦)“你们是丽水电力事业的亲历者、建设者,更是奠基者。”近日,在“感恩坚守、传承微光、共赴新程”2025年度新退休人员座谈会上,丽水供电公司党委委员、纪委书记、工会主席潘建明深情致辞。21位即将开启人生新篇章的退休职工齐聚一堂,共忆峥嵘岁月,共叙情谊深厚情谊。

文化惠民“搭台”公益助农“唱戏” “富乐乡约”奏响乡村发展新乐章



文化惠民暨公益助农活动现场。受访者供图

本报讯(记者 王杭晨 通讯员 翁卓敏)近日,绍兴嵊州市委老干部局创新推出“富乐乡约”——“文化惠民+公益助农”系列活动,充分发挥老年大学的资源优势,助力银发经

济与乡村经济同频共振。

1月15日,文化惠民暨公益助农活动走进嵊州市仙岩镇俞水村。嵊州市老年大学将特色课程送到俞水村老年学堂,一堂铿锵有力的锣鼓教学在村里热闹开讲。激昂的节奏点燃全场热情,吸引周边群众驻足观看、踊跃参与。

老年大学书画班学员现场开展“赠联送福”志愿活动,学员们挥毫泼墨、笔走龙蛇,将美好的新春祝福凝于笔端。

同期开设的“富乐乡约”银发集市成为人气焦点。集

市上,土鸡、年糕、笋干菜等本地特色农产品整齐陈列,现场销售额突破两万元。集市不仅搭建起产销对接的快捷通道,还将文化活动中汇聚的人气转化为实实在在的经济收益,助力农民增收、乡村致富。

下一步,嵊州市委老干部局将持续深化“富乐乡约”品牌,以送教下乡、志愿服务、银发集市“三结合”为载体,推动文化资源下沉与农产品上行双向联动,实现文化惠民与公益助农的深度融合。

云和县

情暖新春 爱心助老

本报讯(通讯员 张欣)近日,丽水市云和老年武术健身协会化身“爱心使者”,走进梅湾村、竹里村等地,开展“情暖新春”送温暖活动,以实际行动传递敬老深情。活动现场,志愿者们为老人提供免费义剪、测量血压等贴心服务,送上精心准备的春节慰问品,将温暖的关怀融入每一句细心叮嘱,并通过介绍推广木玩教学课程,鼓励老年朋友在动手动脑的乐趣中陶冶情操、保持思维活力。