

新兴北里有个“银发聊天角” 81岁兰长燕办了21年 “这里有人说话,也有人惦记”



兰长燕(左一)和邻居聊天



转角新发现

3月20日,和平区新兴街道新兴北里社区活动室的门刚推开,里面已经围坐了一圈老人。

“兰姨来了。”靠门坐的李奶奶直起身子,朝门口招了招手。81岁的志愿者兰长燕拎着一个布袋走进来,袋子里装着她手写的养生活页,依旧忙前忙后。

养生活页写了385期

“我起个头,大家一起唱首歌吧。”兰长燕抬起手臂,带领老人们清唱《老年的朋友来相会》:“老年的朋友们,周末来相会……”歌声在屋里回荡,大家边唱边打着节拍。

这是兰长燕为新兴北里社区“银发聊天角”准备的队歌。二十多年前,她为邻居保管钥匙做起,到牵头创建“银发聊天角”陪伴独居老人;从打扫楼道、在楼梯扶手旁安装小垃圾桶,到抄写养生活页免费发放——多年来,她一直为身边老人提供情绪和心理支持。

“上回讲的珍惜当下,回去看了吗?”兰长燕一边发活页一边问。有人点头,有人安静翻看。纸上写着“早睡早起坚持运动”“好心情有益健康”等内容,字迹工整,有的地方用红笔标注。

这样的活页,兰长燕已经

写了385期。社区里不少老人不会使用智能手机,转发的信息也难辨真伪,她就从书报中筛选内容,抄写整理后复印分发给邻居。“一开始印得少,后来大家说有用,就一周印一次,每期十几份。”

让老人之间建立新的联系

随着年龄增长,一些老人因退休、丧偶或子女不在身边,社交减少,容易产生孤独感。情绪交流和陪伴,成为日常生活中重要的精神支撑。

“我发现社区里有不少空巢、独居老人,2005年在社区支持下成立了‘银发聊天角’,让大家有个见面的地方。”兰长燕回忆说,“最初在家里活动,后来人多了,搬到社区会议室,每周一次,大家聊聊天、唱唱歌,挺开心。”

现在每周五上午9点半,聊天角准时开始。参加的多是80岁左右的老邻居,多时能有二十多人。活动内容不复杂——唱歌、聊天、做手指操,有时请社区医生讲解慢性病用药知识。3月20日当天,还邀请社会工作机构教大家制作艾草锤,让老人体验手工制作的过程。兰长燕不主讲,她主要负责招呼大家、递水、发资料,谁情绪低落就跟谁多聊几句。

李奶奶的老伴和女儿相继去世,一度不愿出门。她说,是

兰长燕连续多日上门劝说,才把她带到聊天角:“来了就愿意待着,有人说话,也有人惦记。”兰长燕说:“大家像一家人一样。”这种相互关照,也让老人之间建立了新的联系。

20多年了,门还是她开

这些年,社区里不断有新成员加入。有人因子女搬离独自生活,有人因行动不便减少外出。兰长燕总会说:“来了就好,以后就是熟人了。”目前成员平均年龄较高,90岁以上有两位,最年轻的76岁。“只要还能走动,我就继续做下去。”

社区工作人员介绍,“银发聊天角”已持续20多年,兰长燕也从60多岁步入80多岁,但每周五活动室的门仍由她提前打开。

在新兴北里社区,“银发聊天角”不仅是老人聚会的场所,也成为邻里互助的一种方式。通过长期坚持,越来越多居民参与到志愿服务中,老人们的生活状态也逐渐从单纯“过日子”转向更加充实。

那天上午,活动持续了一个多小时,老人们陆续离开。兰长燕最后收拾好凳子,拎着空布袋走出活动室。门口两位老人还在聊天,一位说下周还来,另一位说:“兰姨发的活页我都留着呢。”

文/摄影 记者 付殿贵



小花园设服务点 家门口换社保卡

一张简易工作台,一台便携式制卡机,近日,津南区泓安园小区的小花园里多了一处服务点。天安社区联合银行工作人员,把三代社保卡换卡服务送到了居民“家门口”。

“前几天还在愁怎么去银行,今天就到家门口了,真是想到我们心坎里了。”刚刚办完业务的李大爷说。活动现场,银行工作人员为居民核对信息、讲解新功能,制卡机现场出卡,整个过程高效顺畅。除了便捷的换卡体验,银行还准备了小礼品送给前来办理业务的居民。

记者 张艳

图片由社区提供

志愿者走进老旧小区 深度清洁 擦亮楼道



“这些孩子干得真仔细,连扶手的缝隙都擦到了。”住在竞园里的张阿姨看着眼前亮堂堂的楼道,忍不住夸赞道。

近日,河北区赛园里社区组织大学生志愿者,利用两天时间对竞园里、赛园里两个老旧小区开展楼道清洁活动。志愿者带着扫帚、抹布等工具,逐栋逐层进行清理。

两个小区建成已有多年,均没有电梯。志愿者从顶层开始,一层层向下推进。楼道里的烟头、纸屑被一点点扫净,墙角积攒的灰尘也被仔细清理。最费事的是楼梯扶手,需要反复擦拭两三遍,才能让扶手恢复原来的颜色。志愿者的手套脏了,但楼道干净了。“以前楼道角落里总有杂物和积灰,现在看着干净太多了。”一位居民说。

记者 张晨

图片由社区提供

燃气管道泄漏 多方协同排险

“楼下有很重的燃气味,你们快来看看!”近日,南开区嘉陵道街汶川里社区一处一楼外墙燃气管道发生破裂泄漏。险情出现后,社区迅速启动应急处置流程,联合辖区公安民警、燃气公司抢修人员等力量开展现场管控、隐患排查和抢修作业。

汶川里社区工作人员李涛介绍,当日接到居民反映后,社区立即启动燃气安全应急处置程序,网格员荆丽娟等人第一时

间赶赴现场核实情况,并同步联系辖区民警及燃气公司人员前来协同处置。到达后,工作人员在楼栋出入口、单元门口等位置进行警戒,逐户敲门提醒居民远离泄漏区域,避免使用明火和电器开关。“请大家保持冷静,关闭家中燃气和电器设备,抢修人员正在赶来。”荆丽娟一边进行安全提示,一边安抚居民情绪,现场秩序总体平稳。

为尽快查明泄漏位置,社区工作人员、民警与燃气公司

抢修人员配合,使用专业检测仪器对周边区域逐一排查。经过约一小时检测,确认泄漏点为一楼外墙燃气管道破裂。随后,燃气公司抢修人员进入现场,关闭相关区域燃气阀门,对管道进行降压排空处理,并实施焊接和更换作业。

当天22时左右,破裂管道修复完成,经再次检测未发现燃气泄漏,现场警戒随即解除,居民通行秩序恢复正常。

记者 姚华

律师讲反诈 守护“钱袋子”

近日,滨海新区汉沽街道华馨里社区联合老年日间照料中心,开展“律师进社区,反诈护万家”主题活动,特邀专业律师通过讲座、情景模拟与互动答疑,为居民上了一堂实用的反诈课。

活动中,律师结合刷单返利、虚假投资、冒充公检法等常见案例,深入剖析诈骗手段与话术,并总结“三个凡是”防骗口诀,帮助居民快速识别风险,提醒大家警惕陌生链接与转账要求。针对老年群体,活动专门设置“关爱夕阳红”情景模拟环节,通过还原“免费领礼品”“保健品骗局”等常见套路,揭露诈骗分子手段,强化“不听、不信、不转账”的自护意识。

记者 董欣妍