

“老漂族”如何融入社区

帮老人从“随行者”变成“参与者和建设者”

社区 圆桌派

大家好,我是本期“社区圆桌派”的主持人、记者付殿贵。小区里的“老漂族”越来越多——他们告别熟悉的家乡,来天津帮子女带孩子、照顾家庭,或者随子女异地养老。方言不通、朋友不在身边、生活节奏全变了,心里常常像困在“人际孤岛”上。怎么帮他们找到归属感?听听大家的想法。

【织网派】

郭贵武(静海区双塘镇杨学士村)
情暖“老漂族”把孤独挡在门外

不少老人随子女来津,受生活习惯、子女工作忙等影响,内心免不了孤独。破解这份困境,社区应多倾注温情,搭建交友平台。工作人员可以上门摸底,唠家常,了解老人们的所思所想,登记老人兴趣爱好和特长,分类组织活动:有从教经验的开设课堂讲文史,喜爱笔墨的分享写作心得,身怀剪纸等技艺的登台展示,并结合老年人的特殊作息,量身策划各类活动。

【赋能派】

史会敏(静海区静海镇春元里)
从“被服务”到“被需要”

社区可以做些服务工作,让这些老人有归属感,也让他们的子女,也就是我们这些业主更安心。“老漂族”离乡背井,语言不通、人际不熟,又不想给子女添麻烦,常困在“孤岛”上。社区网格员可先探访登记老人来自哪里、健康状况、兴趣特长、空闲时段,再针对性组织茶话会让大家互相认识,根据兴趣组建歌舞队、书法摄影组、棋牌社等。还要帮他们解决异地就医等实际困难,梳理就医程序指南。同时,让有特长的老人发挥余热——退休老师辅导孩子功课,厨艺好的叔叔阿姨传授厨艺,会手工的教大家编织、插花。让他们从被服务者变为被需要者,认同感最暖人心。

【心安派】

李沐霞(河东区紫东温泉花园)
心安之处是吾乡

随子女来津的老人,心里总有一份“漂泊感”,房子是孩子的,社区是陌生的,我是来帮忙暂住的。换个角度想,只是换了一个新环境开始新生活。儿女们在而立之年需要我们的帮扶,新的社区需要我们建立新的社交群体。每天在社区出入,找一个一起买菜散步的同伴,找一个能坐下来聊几句的长椅,了解广



场舞、太极队,认识一两个同样“漂”着的老人。归属感不是一下子有很多朋友,而是有几处让你觉得放松自在的小角落。

【行动派】

胡之雯(静海区大邱庄镇惠民楼)
从“张不开嘴”到“有舞搭子”

我从东北来天津帮儿子带孙子,刚来时特别不习惯。买菜不知哪家好,电梯里碰见邻居只点点头,除了带孩子连个说话的人都没有,什么委屈都自己憋着。后来社区组织“老乡茶话会”,原来小区里那么多外地来的老人,大家一说家乡事,一下子亲近了。后来社区开了舞蹈班,我年轻时爱跳舞就报了名,找到了舞搭子。现在每天跳舞、聊天,偶尔约着逛菜市场,日子终于有了热乎气。

【陪伴派】

张晋生(静海区华康街道梧桐北里)
爸妈来帮忙 最怕他们“闷出病”

爸妈从山东来天津帮我带孩子三年了。最让我操心的不是孩子,而是爸妈的状态。他们每天在家忙里忙外,却总说“这边没意思”。我爸以前在老家爱下象棋,来了以后连个对手都找不到,我妈想跳广场舞却因口音插不上话,慢慢就不去了。希望社区多关注随迁老人,哪怕只是登记兴趣爱好、帮他们牵个线。有一次我爸参加社区活动遇到两个山东老乡,回来高兴了好几天,还约着以后常下棋。平台不必高大上,关键是让老人遇见“对脾气”的人。子女也要多和老人聊天,别让他们觉得只是来

“干活”的。周末带他们出去走走,或者鼓励他们参加社区活动,比什么都强。老人心里暖了,我们才能安心。

【联结派】

王洁(静海区大邱庄镇民和里)
“老乡会”和“代际活动”是好办法

“老漂族”最难的是找不到同乡。他们需要小范围、能说上话的交往。来自同一省份或相邻地区的老人可结成小组定期聚聚,用乡音聊聊天,亲切感一下子就来了,包顿饺子、逛逛公园,都能缓解思乡的情绪。代际活动也很重要——让“老漂族”和社区孩子结对,教剪纸、讲故事,或帮双职工家庭临时照看孩子。老人在传授经验的过程中,会觉得自己还有用,归属感是在一次次互动中长出来的。

■主持人总结

六位读者的分享指向同一个核心:“老漂族”的归属感,要靠“走出来”和“被需要”。社区能搭的台,不光是跳舞、下棋、喝茶,更是让老人从“融入者”变成“参与者和建设者”。上门登记、老乡牵线、代际互动,发挥余热——核心只有一条:别让他们一个人待着。当社区把门打开一条缝,老人们自己就会推开整扇门。

下期预告:新能源车充电桩总被燃油车“占位”,这事该谁管?燃油车主、电车车主、物业三方博弈,小区里的“充电焦虑”如何破解?欢迎您持续关注,踊跃分享看法。

文/摄 记者 付殿贵



衣服里的黑科技 大学教授进社区开讲

衣服不仅用来穿,还能上太空?防弹衣和你的围巾可能是“亲戚”?近日,“家门口的科普教室”在上杭路街道开讲。河东区科协和区委社会工作部邀请天津工业大学教授,把大学里的“智能制造科普基地”搬进社区。

活动现场,天津工业大学教授刘健老师没用复杂术语,而是从大家每天接触的衣物、床单讲起。天然纤维、化学纤维,这些平时听着生僻的词,在刘老师的讲解下变得通俗易懂。更让居民们没想到的是,当话题转向防弹衣、风力发电叶片这些“硬核”领域时,背后竟也藏着纺织纤维的身影,在场的叔叔阿姨们纷纷惊叹:“原来纺织这么厉害!”

互动环节气氛最热闹。居民们有备而来,有人拿着帆布包,有人举着新买的毛巾,围在讲台前问个不停。“老师,您摸摸我这围巾是纯羊绒吗?”“旧毛巾怎么才能洗得软和?”刘老师一一辨别、逐一回答,混纺怎么识别、毛巾选哪种材质更实用,分享的小技巧简单又好记。居民朱冠瑾拿着刚请教完问题的毛巾笑着说:“以前买东西只看价格,现在学会看门道了,希望这样的课多来几回!”

这样的科普课堂,不仅拉近了科学与日常生活的距离,更是校地合作带来的实实在在的惠民福利。

记者 张艳

图片由河东区科协提供

旧物换新用 便民又环保



9月3日上午,河东区互助南里社区居委会门口,一场“绿色社区 以物换物”公益活动正在进行。居民们带着大包小包的闲置物品早早赶来,用“旧物换新用”的方式践行绿色生活。

现场看到,旧衣物、鞋子、毛绒玩具、书籍、小家电等可回收物整齐码放在回收区,志愿者们忙着清点、称重、登记。居民凭回收重量即可兑换抽纸、洗衣液、调味品等日常用品。除了以物换物,社区还贴心增设了磨刀、理发等便民服务,同样支持用废品“支付”,真正把便利送到家门口。

“家里堆了不少旧衣服和玩具,扔了可惜,换点日用品正好。”居民李大爷说。不少居民表示,这样的活动既清理了居家空间,又为资源循环出了力。

据社区工作人员统计,当天共回收各类可回收物478斤。自2024年以来,互助南里已累计举办5场此类主题活动,累计回收可回收物达1.95吨。

文/摄 记者 张晨