

86岁头灶师傅免费传艺 80岁退休医师服务邻里 这对“白大褂”夫妻各有一手



彭育棠(左)和陈亚咪

宝藏 | 邻居

退休后,还能给邻居做点啥? 86岁的彭育棠把锅铲带进了社区活动中心,80岁的老伴儿陈亚咪把血压计带进了邻里守望服务队。这对都穿过“白大褂”的夫妻,一个曾在厨房工作,一个曾在医院工作,如今是和平区新兴街道新兴北里社区居民身边的热心邻居。



彭育棠教社区儿童包饺子



陈亚咪(右二)参加义诊服务

86岁头灶师傅免费开课

今年重阳节,和平区新兴街道“银发好时光——乐享银龄·幸福康养”百家宴专场活动在新兴北里社区开展。当天掌勺的人里,最年长的是86岁的彭育棠。他退休前是天津烤鸭店的头灶师傅,做了大半辈子山东风味菜,1983年被评为天津市十佳厨师,也是第一代国家认证的特级厨师。他端上桌的是拿手菜全爆——大火快炒、料多味足的山东名菜。

新兴北里社区党委书记华一说:“最开始我们说岁数太大了,没敢惊动彭师傅,老爷子知道消息后,自己做了一个菜送来请大家品尝。”

退休后,彭育棠闲不住。过去住平房,家里做了好吃的端给左邻右舍;如今住楼房,“互相都不认识了,交流也少了”。在社区协调下,面点班开办起来,彭育棠当“讲师”,免费教居民做面点、做菜。他还参加社区理论学习小组,依托“北里红帆”党史图书角、“红帆课堂”等阵地,定期参加集中学习、座谈讨论和宣讲,每周一上午9时开始,风雨无阻。逢社区百家宴、老年人生日,他掌勺,“捞面四个菜码,七八桌,一年起码五六次”。

居民常向他讨教厨艺。“都问我怎么做菜。”彭育棠说。面对居民的请教,他现场烹制、示范。

爆双花是他最拿手的菜,考验刀工和火候。“鸭胗平刀打菊花花刀,切到三分之二深,不切断;鱿鱼改麦穗花刀,斜刀直刀交错。焯水时水开先下鸭胗,等花形卷起再下鱿鱼,锅里不能大开,滚一下就捞出过凉水。炒锅放油,烧到五六成热,把料倒进去‘拉油’,几秒钟就捞出来,保持脆嫩口感。碗汁提前兑好:姜汁、花椒水、盐、鸡精、淀粉。锅回火,料下去、碗汁跟着下去,一气呵成,临出锅烹一点醋,提香解腻。”尝过彭师傅手艺的居民们都啧啧称赞。

上课时,他一边演示一边讲,教居民做家常菜时控制油、盐、糖的用量,给居民三条建议:用工具量化、改变放料顺序、多靠天然食材提味儿。他建议出锅前再放盐,让咸味更多留在菜表面,便于减少用盐量;多用蒸、煮、炖、焖、凉拌、水滑,少用煎、炸等烹饪方式。

退休医师为邻居提供健康指导

彭育棠的老伴儿陈亚咪,退休前是一名医师,也是新兴北里社区邻里守望服务队四位元老之一。彭育棠打趣:“我们俩都穿‘白大褂’,一个在医院,一个在厨房。”

退休后,陈亚咪在社区和家里为邻居提供健康咨询。邻居、亲戚朋友来家里找她,她做的是“有针对性的辅助指导”——不开方子,按每个人不同的情况指个方向。

她用自带的水银血压计给一位居民量血压:袖带绕上臂,听诊器搭在肘窝,眼睛盯着水银柱往下落。有一次,她在听诊时发现异常,建议对方别拖,去大医院进一步检查。“结果发现了潜在的健康问题。”

陈亚咪提醒居民关注自己的膳食、心情、睡眠和运动情况。“有些病是‘聊’出来的,发现了很多潜在的健康隐患。”她给居民量血压、问生活习惯,了解居民的基础病,再有针对性地提示该去哪家医院、该注意什么。

每月15日赴邻里守望之约

陈亚咪参加了和平区爱心助空巢志愿服务项目,与住在三楼的邻居孙传华结成帮扶对子。孙传华今年86岁,有时打电话向她咨询用药问题,陈亚咪也提醒她改变不良生活习惯。电话里,她问孙传华血压多少,吃的什么药、用药量,嘱咐药别乱停,把久坐、吃咸的习惯改一改。

一个教厨艺,一个做健康指导,夫妻俩用各自所长服务邻里。每月15日是社区邻里守望服务日。这一天,陈亚咪为居民免费量血压,提供用药咨询,“多陪大家聊聊有哪些基础病和生活习惯”。她和居民之间有个约定:量完血压,聊几句;发现异常,及时提醒就医。

文/摄 记者 付殿贵



小助理给社区提意见

社区有了小助理 发现问题就“吹哨”

“我们是社区小助理,也是社区移动探头!”河东区二号桥街道福东里社区有一批“社区小助理”。辖区小学生利用课余时间参与志愿服务,主动发现社区治理中的小问题、小隐患,给社区提出意见和建议,为社区治理搭把手。

孩子们一边参与志愿服务,一边在社区里巡查,将近期发现的多个问题及时反映给社区工作人员——楼门损坏,既影响安全,也给居民出行带来不便;外部车辆随意进出,居民缺乏安全感;有些居民在公共区域堆放物品已经很久没人收拾,部分居民还把家里的垃圾堆在一起,影响环境卫生;最近有居民反映垃圾桶不见了,居民把生活垃圾直接丢在原来的位置,需要及时处理……

针对这些问题,社区召开“小助理座谈会”,小助理们逐一汇报发现的问题,社区工作人员认真倾听、详细记录,并对孩子们积极参与社区治理表示感谢。针对具体问题,社区分类梳理、逐项跟进:能立即协调物业、环卫处理的抓紧处理;需要多部门联动的,及时“吹哨”相关单位,推动问题尽快解决。社区也鼓励小助理们继续当好“移动探头”,随时发现、随时反馈,带动更多居民共同维护家园环境。

福东里社区将持续完善“社区小助理”机制,常态化组织学生参与志愿服务、社区巡查和座谈交流,形成“孩子发现—社区响应—多方联动—整改反馈”的良性循环,让更多“小助理”成为社区治理的参与者、监督者和宣传者。

记者 任悦

图片由受访社区提供

消防技能上赛场 基层队伍练本领

近日,西青区社会救援力量常态化消防技能比武在天津工业大学励志广场举行。本次比武由西青区消防救援支队主办,12个街镇、1个经开区管委会参赛,参与人员400余人。

此次比武坚持实战导向,旨在检验基层常态化训练成效,健全常态化消防练兵机制,提升社会救援力量实战处置能力。赛事围绕常见火情、常用消防设施设置八大竞赛科目,包含灭火器操作、水带连接、灭火毯扑救、微型消防车协同操法等实操内容,重点围绕初起火灾处置展开比拼。

参赛人员涵盖机关工作人员、村居工作者、网格员、物业人员、微型消防站队员及消防志愿者六类群体,都是基层一线消防安全工作的重要力量。

通过以赛促练、以赛促训的方式,本次比武进一步检验基层火灾防控能力,锤炼基层社会消防力量应急处置本领,为做好辖区消防安全工作打下基础。

记者 常健 通讯员 徐洋