

寻找“最美社区老人”

让座送折纸 巧手传真情

鄞州钟公庙陈易华能折出数百种动植物

前天,在10路公交车上,一名学生模样的女孩见一位上了年纪的老太上车后,立即起身让座。令她意外的是,老太落座后立即从包里拿出一件纸折的蝴蝶送给女孩,连声道谢。

这位老太名叫陈易华,家住鄞州区钟公庙街道长丰二村,今年65岁,是社区有名的折纸达人。

记者在陈易华的家里,看到,一张浅绿色的正方形纸片,在她一双灵巧的手中,可以变成各种生机勃勃的动植物形象,不到三分钟,就折出了一只蚱蜢。

2012年下半年,陈易华报名参加了市老年大学的折纸班。学了一年后,她能够扎几百种物品了,大到废报纸折的花篮,小到卡纸折的小鱼。一只蚱蜢只要三分钟折好,而折一只蝉,需要半个小时左右。

老师教的动物都折会

了后,她开始在网上找更多的折纸视频教程。一般午休后,陈易华就开始折纸,一直折到吃晚饭时她还舍不得罢手。最多的时候,她一天可以折六七个小时的折纸。陈易华折的猴子比较有灵气,小猴儿的尾巴翘起来,手和脚的形象比较具体,而按照书本上教的方法折就少了一些折叠,折出来的猴子显得呆板一些。

在陈易华的家里,有很多纸盒,这些月饼盒、鞋盒是盛放折纸作品的容器。有的是天上飞的小鸟、蝴蝶、老鹰等;有的是地上走的老鼠、猴子等;有的是水中游的螃蟹、小虾和鱼儿。她还把这些动物旁边配上云朵、花儿、小草、树木等,真是一盒一世界。

不同的纸张,折出的作品效果不一样。陈易华,每隔一个星期就要去批发市



陈易华展示她的折纸作品。记者 王鹏 实习生 陈哲

场上去买三四百张回到家,闲暇时就折一折,折好后就送给亲友、邻居和喜欢它们的陌生人。

在公交车上,如果有人给陈易华让座了,她会掏出一张纸,给人家折个小动

物,表达一下谢意。在社区里碰到吵吵闹闹的小朋友,她就掏出几张纸,给他们折个生肖动物,小朋友们马上安静了。她自豪地说:“别人喜欢,我也开心。”

记者 陈爱红

海曙牡丹社区义工帮老人现场“圆梦”

“我想听一曲越剧”、“我想学会自拍”、“我想房间里有个挂饰”……这些小小的微心愿是海曙区广安养怡院里的老人们最想实现的。8月28日上午,海曙白云街道牡丹社区快乐义工团的义工们为他们开展“圆梦行动”。

义工团负责人严婉贞说,养怡院刚成立时,义工团就来帮过忙,这里的老人一直念叨着要义工们常来看他们,千万别忘记他们。为此,趁着中秋节来临之际,她就组织义工们圆了老人们的心愿。

80多岁的赵淑英第一个说出微心愿——想听一曲越剧《五女拜寿》。

义工团里刚好有一位阿姨是越剧迷,马上现场表演,音色柔和甜润,韵味十足。赵老太乐得合不拢嘴。

其间,还有几位养怡院的老人们饶有兴致地上台给大家表演节目。“我的微心愿就是想露一下歌喉。”95岁高龄的丁老太唱起了沪剧《燕燕做媒》,引得大伙一起鼓掌叫好。

养怡院院长刘建丽说,养怡院目前共住有300多位老人,还有部分孤残儿

童,经常有社会团体和企业单位等来开展慰问,“希望今后能有更多像牡丹社区义工团这样给老人们带来真正的快乐,让老人们融入参与到活动中。”

当天,义工们还为广安养怡院里的老人们送上月饼和中秋节祝福。“我们社区有个56882项目,意思就是我来帮帮你,虽然事情都很小,但只要老人们以后还有什么心愿,我们还会来。”严婉贞笑着说。

通讯员 张立 王瑾琛
记者 石承承

“热心公益,更有益于健康”

65岁的俞一民看起来精神不错,很难想象他曾经在两年内先后经历心梗和脑梗,在“鬼门关”走了一遭后捡回一条命。

俞一民说,他现在就像是在跟时间赛跑,要“跑”得更加努力:帮跳广场舞的同伴们给录音机充电,给社区居民拍照,参与社区义务巡逻,做海曙区关工委的志愿者……

尽管忙碌,俞一民却说:只要大家高兴,我就高兴。

“把过去亏欠的补回来”

俞一民从没想过自己会遭此一劫。2007年,他突发脑梗,一度半身麻木。手术后没多久,又突发心梗,做了心脏搭桥手术。

在临近退休的年纪突发疾病,俞一民说,跟工作压力大,自己忽视调节有关,“因为工作需要,要学电脑,学数据库,都是英文,还要应付考试。”

最后,考试是顺利通过了,“血压也上去了。”

大病初愈的俞一民丧失了大部分的劳动能力,尤

其是刚出院那段时间,甚至连用手捏一张纸都做不到。

就在很多人以为他会就此消沉的时候,俞一民却迸发出了令人诧异的激情:每天在家里用茶杯斟水的方式来练习平衡能力;经常出去跑步,从10米开始,慢慢增加到200米、300米……还报名参加了老年大学的西医保健、按摩、食疗、中医保健等课程。

“把过去亏欠身体的都给补回来。”在俞一民看来,他的经历或许也能给那些为生活打拼忽视了身体健康的年轻人提个醒。

2012年,他和家人一起出去青岛崂山旅游,一口气坐了10多个小时的长途汽车,“一点问题都没有”。

每隔半年,俞一民会做一次身体检查,身体各项指标都有明显好转。

“你们高兴,我就高兴”

对于身体状况的好转,俞一民说,除了锻炼之外,更得益于自己对心态的调整,而参加公益活动则是他保持



俞一民在展示他收集的粮票。记者 王鹏

积极心态的一个重要法宝。

因为退休之前在粮食系统工作,他有收集粮票的习惯,只要社区有需要,他就会拿出去展览。

社区组织了“邻里健康生活讲坛”,他是第一个上台讲课的,希望把自己这些年在身体保养上的心得分享给更多人。

之后,他还成为海曙白云街道志愿者。几乎每个周六上午,都能看到他在社区里巡逻;而作为海曙区关工委的“网吧义务监督员”,他还会不定期去负责的网

吧巡查,看看有没有不规范的操作。

他爱好摄影,每次老年大学有活动或社区举行晚会,都能看到他举着相机的身影。他所在的169弄,只要老人需要拍照,他就求必应。”

从去年开始,他跟着妻子一起去跳广场舞。他还主动承担了每天帮播放机充电的任务。

“每天忙虽然是忙了一点,但只要我身体吃得消,只要你们大家都高兴,我也就高兴。”俞一民说。

记者 石承承

假装找老伴?
专骗单身老人!教您
防骗

对于一些单身的老人来说,能够再找一个老伴是十分幸福的事情。但是有些不法分子却盯上了这些单身老人进行诈骗,在短短几个小时之内就骗走老人几百到几千元不等。他们到底用的是什么招数呢?

这几天,家住鄞州中心区的刘老伯遇上了一件烦心事。刘老伯今年67岁,老伴在14年前去世了,几天前,他遇到一个50多岁的中年妇女,这妇女表示,可以照顾他的日常生活,两个人也可以做个伴。

当时来的有两个陌生女人,一个是媒人,另一个想找个单身做个伴,一起过来的是同一个小区的张阿姨。因此,刘老伯也没有多大的怀疑,将几个人领进了家门。

妇女说,“我有退休工资,以前是老师,退休工资都比你高,所以我不是图你的钱。”张阿姨见两人聊得不错,便自己回家了。

刘老伯一听这妇女不是图自己的钱,很是高兴,立马来取了钱,准备和妇女一起去置办一些日常生活用品。

但是,刘老伯考虑到自己的儿女还不知道自己想要找老伴的想法,怕小区内的邻居看见不好,于是,刘老伯把500元钱给了妇女,让妇女去买,自己在小区内等着。

妇女一拐弯,刘老伯突然醒过来,感觉自己好像上当受骗了,立马追上前,但妇女早已不见踪影了。短短几个小时,刘老伯就稀里糊涂地被骗了500元钱。

刘老伯立马找到了张阿姨,想问清楚这到底是怎么回事,但张阿姨说,自己只是在小区乘凉,突然两个人进来,问这小区有没有单身的老人,想给做个媒,张阿姨就热心地给找到了刘老伯。

刘老伯报警,目前案件正在进一步审理中。

警方提醒:这类犯罪分子多是寻找老年人较多的小区,抓住老年人比较善良,比较孤单,不和子女一块居住,又没有老伴的情况下,想找个老伴的这种心理,对老年人实施诈骗。犯罪嫌疑人多会找小区内的老年人打听小区内有没有需要找老伴的,让老年人带着他们去寻找目标。老年人辨别是非的能力有所下降,年轻人要多和老年人一起,多和老人做沟通。

记者 张贻富 通讯员 洪茜琼

治安防范“七字”歌谣

警情预报常看看,防范常识记心间。安全警钟经常敲,财物损失可减少。出门行走上班前,查看门窗无隐患。重要财物莫放家,报警装置要安装。室内进贼先报警,斗智斗勇擒贼王。白天黑夜有人转,视频报警帮你忙。停车落锁锁要好,有人看管最可靠。小区封闭停车场,车辆莫要随便放。车靠右行看红灯,生人敲门要警惕。短暫停车要关门,后备箱内无存物。车行途中胎没气,先锁车门再端详。停车过夜有讲究,锁车设防要注意。公共场所莫数钱,小心贼眼会盯上。刷卡取钱要小心,以免被人牵了羊。遭遇抢劫莫慌张,大声呼救众人帮。报警时间要抓紧,莫让坏人去躲藏。路遇行人莫乱讲,防止忽悠会上当。短信发来又中奖,何必寄钱才领奖。有人兜售金银器,看清真假莫上当。美元来换人民币,莫起信心去求利。停放车辆要安全,最好技防设施上。丢失造成损失大,断电报警要安上。防范形式千千万,关键靠人物技防。不求形式要内容,不看形式看成效。大家齐心又协力,可防案件定下降。社会安定民心欢,幸福生活保久长。