

3位8旬老人办“老饭桌”义务助餐

为小区空巢、独居老人解决就餐难题,还成为他们的社交平台

在南京市江东街道的腾飞园社区,有一个特别的小饭堂。小饭堂由秦安龄、沈汉、邱上进3位80岁以上的老人共同“创建”,如今已有十几位老人参与服务工作,他们分工明确,组织有序,无偿帮助小区里的空巢老人和独居老人,提供订餐服务。

邻居们亲切地称这些老人为义工,义工老人们退休前都是南京大学的教师,老来仍在发光发热,照亮自己的老年生活,也温暖身边的其他老人。

通讯员 董强 周书影 现代快报+ZAKER南京记者 宗青/文 顾炜/摄



大图:义工按订单发放老人餐

小图:3名老年志愿者沈汉、屠俊如和秦安龄(从左至右)

仅有一间屋子的小饭堂,服务整个小区老年人

小饭堂自2017年9月开始,为小区有需要的老人提供订餐服务。3位创建者都是80岁以上的“80”后,从饭堂硬件设备到服务流程设计,全由他们一起协作完成,目前由蓝天园德瑞餐厅负责配餐和送餐。

腾飞园社区工作人员介绍,之前这几位老师都是在社区的睦邻中心老人食堂就餐的,但那边周末不开放,他们就去蓝天园德瑞餐厅打饭。但总是“下馆子”感觉很不方便,他们就动起了自己办一个饭堂的念头,不久就有了现在的小饭堂。因为3名老人不只想自己方便,也照顾到小区里其他的老人,这一行动,受到大家的欢迎和支持。

中午11点,是小饭堂集中取饭的时间。10点40分,工作人员将饭菜送来,10分钟后,在这里订了饭的老人就陆续来了。因为地方不大,大伙自觉排队,一个接一个,刷“南京市助老卡”,换小牌子,再凭牌子取饭,饭费从助老卡扣除。小饭堂已经“运营”一年半时间,大家对整个流程很熟悉。

现代快报记者在现场看到,当天的大荤是烧杂烩和盐水鸭腿。秦安龄和沈汉仔细清点数量后,将它们放在桌子左右两侧,取饭者根据之前订的菜来取。一周

的大荤清单,提前写好贴在门上,供老人选择。有人提前一天订饭,有的则订一整周的。

写菜谱的工作由沈汉负责,她的字好看,利落有劲。大门上的对联也是她写的,春节时,大家一起创作了这副对联——荤素精调味道好,关爱老人健康保,横批是“老人餐好”,可以说,很有文化人的特色。

沈汉今年82岁,说起话来中气十足。她说自己前几年才做过一次大手术,“不要紧,心态决定状态,忘掉病痛,正常生活,能做一天是一天”。秦安龄还年长3岁,身体很好,听说有记者要来采访,早早等在那里。大家说起小饭堂的创建,都很有感触。

一开始,是在小区走廊里刷卡打饭,后来在另一位创始人邱上进老师的努力下,物业腾出一间屋子,供小饭堂用。当天值班的屠俊如说,“这里的所有条件都是我们自己创造的”,他对此十分自豪。

小饭堂的设施比较简单。一张食堂常用的不锈钢材质的桌子,还有一张沈汉从家带来的电脑桌,给取餐的人放置物品。“那个电风扇,是邢定钰院士的家属拿来给我们用的,夏天有了它,空气就好多了,邢院士已经去世了,还是很感激”。

“快乐老饭桌”保障老人用餐,还成为社交平台

参与小饭堂服务的十几位老人制定了值班表,大家轮流值班,每天至少有两个人在小饭堂,一个负责登记,一个发饭和打汤。

当天值班的屠俊如退休前在南京大学计算机中心工作,为人和蔼,又相当细致,每次都把人员名单逐一核对,还要进行备忘和提醒——有的老人拿了饭就走,常常忘记订第二天的饭菜。

“年纪大了,记性都差,有的订餐忘了来取,就得打电话联系本人或家人,有的今天没订餐,也来了,这种情况只能联系送餐点加送”,沈汉乐此不疲地做着这些事。采访过程中,她就忙着给一个忘记取餐的老人家属打电话,结果家属正在开会,最后定下由住在同一栋的秦安龄给带回去。

几位老人还细心准备了每个订餐人员的联系电话,以及家属的紧急联系电话。所有资料都被整齐地装在粉色纸袋里,由值班人员保管,周日下午与下周值班的人做交接。一年中,除了法定节假日,小饭堂每天都正常开张,基本上是全年无休。

小饭堂不仅解决了老人生活中最大

的吃饭问题,也促进了他们之间的互助。沈汉说,大家以前住一个小区,但是相互之间不熟悉,现在基本上都认全了,常常一起开开心心,问对方“您今天是猪排呀还是鸡腿呀”。

而秦安龄和沈汉已经认识了几十年,中学时就是校友,后来成为同事和闺蜜,老来又是邻居和伙伴,她们俩感情特别好,工作上的合作也默契。最近一年,沈汉因为要照顾生病的老伴,秦安龄便承担了更多的工作,“虽然是义工,但是我们都有值班表,如果谁临时有事,一定会妥当地拜托其他人来顶上”。

尽管没有严格的考勤,一辈子勤奋工作的老教授们,用极大的自律,靠谱地撑起这个小饭堂。老人们表示并不知道可以做到哪一天,但是能做一天是一天。

对于他们来说,来小饭堂义务劳动,是工作,也是社交,他们还有一个微信群,群名称是“快乐老饭桌”。大家每天在群里交流各种信息,从最近的养老政策到小区门口有人在卖新鲜的水果,还定期聚餐和活动,有时是给人送行,有时是庆祝生日,这个群成为他们特定的社交平台。

勤劳又有爱的老人,服务大家积攒快乐

现代快报记者看到,在送来的配餐中,有1大荤和2小荤以及2个素菜。蓝天园德瑞餐厅负责人邱禹介绍,对60到75岁的老人,每份盒饭售价是9元;75岁以上的老人,每份是8元。政府会给一定的补贴。统一刷“南京市助老卡”支付,老人们将饭钱充值到卡里。

因为饭菜售价低于市场价不少,记者在订餐的人员名单中看到,小区的保安师傅也会在这里订餐。一名保安师傅说,“这家餐厅送的饭,既便宜又干净,十分方便,而且南大的老师们人特别好,非常负责”。

对于居家养老的人来说,社区小食堂解决了他们日常就餐的大难题。最多的时候,有40多户人家在这里订餐,有的一户人家订一份,还有的订两份,目前每天的订餐量稳定在20份左右。

秦安龄留意过,订餐人数的变化有季节性——春秋时候出门旅游和探亲的人多,老人们不在家,订餐数就下来一点。下雨下雪天,老人们不方便出门,数量又会增加。

沈汉家里保留着迄今为止所有的订餐记录本,“怎么处理这些本子,还没想过,太多了”。这些记录本,由几张A4大小的纸装订而成,每张纸上都是一个excel表格,横轴上写着一周的大荤菜单,纵轴上列着订餐人员的姓名。

为了完善这个表格,秦安龄和沈汉拿出做科研的态度,几易其稿。名单如有改动,物业工作人员会帮忙修改,这些表格也是他们给打印的,沈汉开玩笑说,“大家的事情大家办”。老人们用勤劳和爱心,服务了大家,也创造了属于他们自己的快乐。

新品和服务是关键,五星电器抢占3·15品质消费“制高点”

日前,五星电器集合众多知名品牌全面升级3·15家装节服务,通过优惠福利、产品资源、品牌联动及售后服务等多维度抢占品质消费“制高点”。在春季家装旺季的刺激下,家电卖场一改冬季冷清的画面,迎来了人流量高峰期。

“近日人流量持续走高,预计在周末将迎来高峰期,消费者的需求也不一样,我们会根据顾客的自身需求推荐‘定制套餐’。同时三月也是装修的旺季,消费者对售后服务也是非常重视。”五星电器家电顾问表示,除了卖场的市场爆款外,在三月首发的大家电新品也格外受到消费者青睐。

在让利优惠上,五星电器推出了一系列的让利举措满足消费者多样化购买需求。比如说五星电器圈APP推出的50元购315元家电基金礼包,在3月15-17日期间门店消费满2000元即可使用。圈立方APP推出的预约预存活动,预存0元得50元,满1000元使用;预存0元得100元,满2000元使用。手机数码电脑品类也全面释放优惠,满千返百同时享受以旧换新增值20%特别服务。

在产品资源上,五星电器联合了海尔、索尼、大金、老板、方太等国内外知名品牌,准备了丰富的货源迎接家装市场的消费“爆点”,比如说1.5匹静音变频智能空调、10公斤滚筒洗衣机、多门大容量冰箱、55英寸及以上超薄智能高清彩电等等。在三月也有多品类密集首发新品,都俘获了不少消费者的“芳心”。另外,五星电器还联合格力、美的等开启“格力品牌日”、“美的火三月”等品牌活动,率先抢占家电消费市场。

在售后服务上,即日起至3月17日期间在五星各大门店购买或至4月10日期间选择送货安装的用户,均可享受空调安装“9免”服务。主要内容包括:免收空调安装用普通支架费(不含特殊需定制的支架);免收远程配送服务费;免收普通墙体打孔费;免1米/套铜管;免收2匹以上空气开关费;免收上门勘察费;免收高空作业费;安装日起一年内,本机免费移机一次和免费清洗保养一次(普通清洗)。另外五

5★五星电器 时间:即日-3.18

五星电器 质享3·15

每满 315 最高减 100

预存100得2000

套餐满额送 iPhone XS

空调9免 暖蓝服务5+3

五星享购: www.5star.cn | 客服电话: 400-828-6666

星电器还主打3·15服务大升级,推出暖蓝“5+3计划”。即日起至3月17日,到五星门店购买家电的顾客均可享受升级版服务体验,五星电器将消费者遇到的问题精准“定位”,并推出多项举措用于解决消费痛点。

广告