

一把剪刀剪出温暖公益路

“爱心理发师”8年风雨无阻上门服务高龄老人

星报讯(王媛 记者 沈娟娟) 在合肥市望湖社区,有一位“爱心理发师”,她8年来风雨无阻地为行动不便的老人上门理发,只要社区组织便民服务活动,她都积极参加,为群众义务理发。在施萍这些年身体力行的影响下,儿子从小就有着一颗公益之心,今年高考,他顺利考上了华北电力大学,高考完的这个暑假他就去查济做了十几天的志愿者,为当地书院里的孩子教书法、做生活老师,在即将开始的大学生活中,他也会继续参加公益活动。

施萍出生于1973年,老家在铜陵,初中毕业后,家人希望她学习理发,“最初我对理发不是很感兴趣,纯粹是为了应付家人,所以也没有用心学,但随着时间的推移,我渐渐喜欢上了理发。”

学成出师后,施萍在老家开了一家小小的理发店,她最喜欢和顾客聊天拉家常,和很多顾客都成为了朋友,生意虽然算不上红火,但每天都很开心,后来施萍跟随老公来到了合肥定居,理发店也搁置了下来。2010年,施萍的家庭遭遇了变故,一个人带着孩子失去了生活的依靠,就在一筹莫展之际,她在孩子同学家长的帮助下,又重新拿起了理发剪。

虽然生活的担子很重,但是生活的艰辛并没有让施萍失去希望,而是依旧保持着阳光的心态,她利用自己的手艺开始了爱心理发之路。

“社会上的老人越来越多,理发需求也很大,我想让他们在家门口享受到便宜又方便的

理发服务。”每周,施萍都会参加望湖社区组织的公益理发活动,为60岁以上老人理发,问问老人们的身体和生活状况。老人们都非常喜欢施萍,爱和她说话,来理发时经常带吃的过来给施萍,把她当女儿一样看待,夏季理发室内炎热,老人们看到汗流浹背的施萍,还主动给她扇扇子。

对于社区行动不便的高龄老人,施萍都上门去理发,贴心的服务让老人们很感动,有几位老人,每个月都会等着理发日的到来,还吩咐他们的家人准备好吃的喝的等她上门,在理发结束后,还硬要多给施萍一些钱,施萍都婉言谢绝。

“既然选择了爱心理发之路,就不是为了金钱,而是在服务他人的过程中收获的满足感。”施萍说,儿子从小就有着一颗公益之心,这个暑假他就去查济做了十几天的志愿者,为当地书院里的孩子教书法、做生活老师,“他说在即将开始的大学生活中,还会继续参加公益活动。”

除了每月定期的爱心理发外,作为社区的一名志愿者,只要社区组织便民服务活动,施萍都积极参加,为群众义务理发。每年的学雷锋日、国际志愿者日以及春节、中秋等传统节日,都能看到施萍理发的身影,不管是周末还是节假日,哪里有需要,施萍就去哪里,从不推脱。施萍经常说:“能给大家服务,能奉献爱心,让我的生活变的更充实了,我很满足。”

一群老伙伴“舞”出夕阳红

星报讯(张伟 宋梅 孙雨静 记者 马冰璐) 今年70岁的张玉龙大爷家住合肥市三里庵街道,退休后他与广场舞结缘,并带着一群老伙伴一起“舞”出了夕阳红。

2008年,张大爷从教育岗位上退休,“忙忙碌碌了一辈子,突然闲下来,不仅不适应,心情还失落得很。”于是,张大爷来到竹荫里社区参加社区活动,期间,他结识了一群热心的广场舞大妈。

在大妈们的盛情邀请下,张大爷放下矜持和犹豫,开始学跳广场舞,“刚开始扭扭捏捏,有些放不开,后来学了三四支舞后,不但信心满满,而且舞蹈动作不僵硬了,舞姿也优

美了。”

伴随着张大爷的勤学苦练,渐渐地,他的舞艺有了很大的进步,有时候跳着跳着,他的耳边还传来赞美声:“这个小老头,跳得真不错。”面对称赞,张大爷心里美滋滋的。

2013年,学有所成的张大爷开始传授舞艺,很快一群大爷大妈慕名而来找他学艺。后来,在张大爷的带领下,大伙还一起创立了银霞艺术团,主攻唱歌、广场舞和黄梅戏。

最近几年,张大爷带着老伙伴们不仅“舞”出了名气,还“舞”出了夕阳红,大伙都说,没想到退休后,自己又收获了“第二春”,“这一切都是老张的功劳!”

义务教人练瑜伽、打非洲鼓

她把美好生活方式带给邻里

星报讯(姜经梅 记者 沈娟娟) 在合肥经开区莲花社区的清莲艺术团,有一位远近出名的“月亮老师”,她义务教姐妹们练瑜伽、打非洲鼓,大家都说她是“传递快乐的使者”。

“月亮老师”的真名叫陈春,今年已经58岁,但她身材较好,面容看上去也比实际年龄年轻不少,“我练瑜伽已经30多年了,瑜伽是我的最爱。”

陈春记得,30年前,瑜伽对国内的很多人来说还很陌生,有一次自己在上海遇到了一位很出名的瑜伽老师,一看就喜欢上了,“觉得特别优雅、健康,就天天跟着老师去公园练,大约持续了半年时间。”

后来,因为老师去北京教学了,陈春也来了合肥,她经常会跟老师通过电话、网络联系,互相切磋瑜伽。

“我现在是国际瑜伽联盟学院的副院

长,也是瑜伽爱心大使,就想着把学到的东西教给大家,让更多的人能拥有美丽、健康、优雅”。想做就做,陈春在莲花社区上起了公益课,发起成立了瑜伽队,目前已经有30多人,年龄最大的有67岁。

跟别人开瑜伽馆不同的是,陈春这是完全公益性的,把美好的生活方式带给更多的人。

倒立、吊着20多斤的非洲鼓打,陈春在舞台上的动作相当不容易,她的很多学员也跟着她学,“只要她们有信心、肯努力,我就有办法教,经常跟她们在一起我就很开心。”

不仅如此,陈春还是莲花社区清莲艺术团的带头人之一,舞蹈、器乐、模特、太极、气功、瑜伽、朗诵、戏曲等,社区通过对辖区内的各类文艺团队进行系统梳理、整合,根据社区的实际情况特组建莲花社区清莲民乐团。

退休后系统学摄影

足迹遍布祖国大好河山

星报讯(周友奇 记者 沈娟娟) 黄山的宏村、浙江的丽水、湖南的张家界……家住合肥市周谷堆社区的余献年今年69岁,在他的一张纸条上,记录了他退休之后的足迹,而他不仅留下了这些足迹,更重要的是,他将这些影像永远定格在自己的相机里。

余献年1947年出生在合肥,祖籍安庆,家里六个兄弟姐妹,余献年在家中是老大。

“小时候家里太穷了,我们家姊妹又多,我的母亲在家照顾我们,也没有正式工作,家里的经济来源全靠父亲在印刷厂干活。”余献年是家中长子,所以十几岁时便从合肥三中退学,承担起了家庭的重担,在父亲工作的印刷厂成为了一名学徒。到了上世纪70年代中期,余献年所在的印刷厂决定转型,抽出一部分员工筹建合肥羊毛衫厂。

2007年,余献年退休了,他一下子闲下来了,有了更多的时间去做自己喜欢的事情,养花养鸟、集邮集币、摄影都是他的最爱。

“原来因为工作需要时常拍摄一些照片,记录、研究羊毛衫的花色图案,后来越来越喜欢。”余献年记得,当时一个海鸥牌的135相机的价格,是他整整一个月的工资,可他也毫不含糊。

就在3年前,退休在家的余献年报名加入了合肥老年大学的摄影班。原来,余献年一直订阅《大众摄影》书自学钻研摄影,可现在的摄影技术越来越复杂了,所以他想系统地学习一下。如今,余献年也是合肥市摄影家协会成员,每次摄影班和协会里组织什么摄影采风活动,余献年都会积极报名参加。

语文老师成“太极高手”

大妈带着太极文化“漂洋过海”

星报讯(朱丽云 记者 马冰璐) 66岁的何玲阿姨家住合肥市沁心湖社区,擅长太极拳、剑、扇的她去美国探望儿子时,每天晨练练习太极拳都会吸引来老外驻足学艺,这让她自豪不已。

何阿姨退休前是中学语文老师,“和粉笔、课本打了一辈子交道,从来没想过,老了又和太极结缘了。”2015年,她搬到沁心湖社区居住,一天早上散步时,她发现,一群人聚在一起打太极拳,“当时,我便萌生了学艺的念头。”

随后,她加入了不老松太极社,并跟着老师、队员们一起学习太极拳。3年时间过去,她不仅学会了太极拳,还擅长太极扇、太极剑,“学了太极后,我发现,整个人精神抖擞,气色也变好了,性格也开朗了许多。”

最让何阿姨自豪的是,她还把太极文化带到了美国,“我儿子在美国工作,我去看望他的时候,每天早上都会打一会儿太极拳。”每次,她打太极拳的时候,路过的老外都会用新奇的眼神驻足观看,“甚至有人跟着我有模有样地学了起来。”

除了痴迷太极,何阿姨还是黄梅戏爱好者,去年,她还加入了黄梅戏社,“唱黄梅戏没问题,但还不能上台表演。”她说,走台步等方面,自己还不熟练,还需要不断学习和练习,“下次去美国,如果有机会的话,我不仅想教老外打太极拳,还想教他们唱黄梅戏。”



“智齿是没有咀嚼能力的牙齿,长出来就需要拔掉,否则会发炎。”昨日,合肥市绿怡居社区联合合肥经济技术开发区德颐顺老年服务中心开展“守护夕阳,关爱牙齿健康义诊进社区”活动。口腔医生现场免费为居民们进行口腔检查,为60岁以上的老人测量血压,并现场发放保护口腔宣传页,向社区居民宣传口腔保健意识,牙病防治知识的普及教育,帮助公众建立口腔保健习惯,从而提高社区居民口腔健康水平。

□宋俊 季云冈 记者 沈娟娟 文/图