



# 16市齐鲁志愿者陪老人吃团圆饭

陪聊天,送义诊,包水饺,吃月饼,让老人们过了一个开心节日



**本报9月30日讯** 一顿团圆饭,热闹中秋佳节。在中秋节来临前夕,为了能让全省各地的社区和养老中心的独居、空巢老人过一个温暖不孤单的节日,齐鲁晚报·齐鲁壹点联合齐鲁志愿者公益合作单位漱玉平民大药房连锁股份有限公司推出“相伴”系列活动——团圆中秋。全省16市的志愿者跟老人们一起聊天、义诊、吃团圆饭,提前过了一个热闹的中秋佳节。

9月30日上午,来自漱玉平民大药房的齐鲁志愿者们带着丰盛的节日礼物,来到位于济南市槐荫区的九月九安养中心。志愿者们围坐在老人身边,跟他们一边看电视一边聊天,老人被志愿者逗得哈哈大笑。在丰盛的午餐期间,志愿者端上他们给老人准备的特别惊喜——一个节日大蛋糕。“这是木糖醇蛋糕,糖分含量低,是专门为老人准备的。”漱玉平民大药房的志愿者说,看到老人开心,她也特别开心。

爱心义诊给老人们送去健康,在聊城市东昌府区新区街道办事处御苑社区,漱玉平民大药房的志愿者们把爱心义诊送到老人身边。量血压、测血糖、讲解安全用药知识……志愿者们耐心地给老人们服务着。“这帮孩子太好了,有耐心,怕我听不明白,一遍一遍给我讲。”老人拉着志愿者的手夸赞。“很多老人都有慢性病,对于空巢老人来说,安全用药非常重要,所以我们特地跟老人多次强调,就是希望他们能健康快乐。”漱玉平民大药房的志愿者说。

潍坊市奎文区广文街道上虞社区的几位很少出门的独居老人,这个节日过得很开心。漱玉平民大药房的志愿者跟老人们一起“下馆子”,在饭店享用了一顿丰盛的午餐,他们还给老人精心准备了礼物。“很珍惜这种团聚的时间,我们年龄大了,越来越怕孤单和独处。”高文零老人说,有时候自己在家待的时间太久,心里就会发慌,有这样的机会出来聊聊天,打心里高兴。

在济宁市任城区龙行社区,齐鲁志愿者公益合伙人济宁慈善手牵手义工八团20多位志愿者来

到社区,跟40多位老人一起包水饺,大家一边忙活一边聊天,说说笑笑热闹极了。“对老人来说,吃啥不要紧。”社区楼长时俊英笑着说,这么多人陪老人一起吃饭一起过节,这才是老人们最开心的事儿。

在这举国上下阖家欢庆的传统节日,山东16市的齐鲁志愿者陪伴空巢独居以及住在养老中心的老人们聊天、义诊、包水饺、吃月饼,让老人们开开心心过了一个团圆节。

**稿件由16市记者采写,记者戚云雷 赵卓琪统稿**

## 这个节,老人们满脸欢笑满心欢喜

“团圆中秋”活动走进16市养老院、社区

9月30日上午,在中秋节来临之际,齐鲁晚报·齐鲁壹点联合齐鲁志愿者公益合作单位漱玉平民大药房推出了齐鲁志愿者“相伴”系列活动——“团圆中秋”,走进山东16市的养老院、社区,和老人们一起吃顿团圆饭,陪老人们过上一个祥和、温馨的中秋节。

1

### 保健专家来义诊 守护老人们的健康

作为此次活动的公益合作单位,漱玉平民大药房在16市均安排了保健专家与志愿者同行,打算为老人们义诊。在各地的活动现场,保健专家为老人们测量了血压,嘱咐老人们在秋冬季节饮食方面要注意,少吃过于滋补以及高糖分、高热量的食物,天气转冷要多喝温水、多休息。如果觉得有不适,尽量每天早上测量血糖,并根据老人自身情况及检查结果给予用药指导,帮助老年人掌握基本的健康保健知识和技能。

青岛漱玉平民大药房的保健专家为市北区福星老人护养院的老人们详细讲解手指保健操,此外还对秋季饮食养生进行了科普。“掌心向上,另一只手的大拇指由掌根部向手指方向推压掌心。”专家耐心讲解步骤,老人们按照老师的教学方法边学边做。不少老人表示由于年纪大了行动不便,已经很长时间没能站起来活动了,现在学习了手指保健操,坐着也能活动筋骨,真是非常感谢志愿者。

“这些年来,漱玉平民大药房一直在坚持公益活动,我们也希望通过公益活动,让社会更加关注空巢老人群体,让老人的晚年生活有乐趣、有尊严。”漱玉平民大药房德州分公司总经理张磊说。泰安漱玉平民大药房有限公司总经理周霞也表示,他们为老人们送上的不仅是一份爱心,也是对老人们满满的关怀和爱,希望有更多的人能更加关注老年群体。



济南的志愿者为老人送上蛋糕,陪老人过了一个热闹的中秋节。

2

### 全省十六市联动 欢声笑语里吃团圆饭

临近中午,各市的活动点都传出了饭菜的香味,老人们陆续就坐准备用餐。在菏泽吴店镇敬老院,志愿者和老人们一起包了水饺,热气腾腾的水饺出锅后,志愿者们把水饺分给老人们,和老人一起吃团圆饭。

在威海环翠楼街道党群服务中心,三名志愿者和社区工作人员一起陪8名老人拉家常话中秋。为感谢社区和志愿者们的热心陪伴,姜丽莲老人还在午餐时为大家准备了一份自己的“心意”,亲手做了一盒春饼,让志愿者们尝尝自己的手艺。志愿者们和老人们共同举杯,庆祝中秋佳节,其乐融融。

在青岛市北区福星老人护养院,青岛巴士“红叶红”及青岛漱玉平民大药房的十余名志愿者与老人们提前共度中秋佳节。得知购买的月饼甜度太高,不太符合老人的口味,志愿者特意上网学习如何制作月饼,制作出五仁、椒盐、黑芝麻等甜度较低的传统口味月饼,和枸杞、西洋参等慰问品一起分发给老人。

在日照中盛幸福苑,志愿者们除了为老人准备爱心日用品,



德州志愿者在为老人分发中秋月饼。

还陪他们一起做手工。不管是墙上的画作、剪纸,还是桌上摆放的假花,都是志愿者陪老人一起制作的。“老人最需要的就是关怀,我们就是要提供更多的精神娱乐活动,让他们觉得不再孤单。”

在德州福乐多智慧康养中心,看到志愿者们前来看望,90多岁的吴奶奶兴奋之下唱起了红歌,现场气氛瞬间被带动起来,大家一起为老人打着节拍,老人也越唱越起劲:“解放区好风光,打下粮食来交公家,好儿女来把兵当……”

中秋节,自然少不了月饼,志愿者和漱玉平民大药房的工作人员将准备好的月饼发到了社区和养老院的老人们手中。“这是送给您的月饼,中秋节快



乐!”香甜可口的月饼让老人们喜笑颜开,为中秋佳节增添了幸福味道。

3

### 被现场热烈气氛感染 老人们直言“很温暖”

记者注意到,在各地的活动现场,志愿者们或陪老人吃饭,或陪老人做手工,有的还给老人定做了蛋糕,现场欢声笑语,其乐融融。活动通过齐鲁晚报·齐鲁壹点的在线直播,让全省16市的观众朋友共同分享中秋佳节的喜悦。

“我就是喜欢热闹,尤其是看到今天这么多人,我吃着饺子

看着大家的笑脸,心里可高兴了。”在济宁龙行社区,今年已经84岁的高文英老人笑着说,自己身体很硬朗,平时没事就喜欢在小区大门口义务值班,得知今天举办中秋活动后,一早就来到了现场,没想到会这么热闹。

在青岛福星老人护养院里,志愿者们拉着老人的手与他们亲切交谈,询问他们的身体和生活状况,共享天伦之乐。在听说志愿者特意来和他们过中秋时,一些老人感动得热泪盈眶。

“今年子女们让我回家跟他们一起过节被我拒绝了,我觉得在这里过节就很好!不给子女添负担,还有这么多老朋友在一起。”住在日照中盛幸福苑的陈安帮告诉记者,他今年75岁,已经在幸福苑住了三年。“吃得好睡得好,平日里我们会经常看电影、做手工、画画,还有很多义工来表演节目,日子过得特别充实!”

“我们岁数大了,自己在家吃饭都是对付一口。现在家门口有了食堂,饭菜花样多又好吃,不仅我们方便,子女们也很放心,老伙计们聚在一起也开心。”泰安粥店街道枣行社区82岁的杨洪进老人感慨,“也多亏了社会各界人士经常为我们送油送面,陪我们过节,心里真是很温暖”。

**稿件由16市记者采写,记者戚云雷 赵卓琪统稿**