

养老赛道新职人

让“老有所养”有了新模样

申城“银发赛道”正热。越来越多的年轻人选择陪诊师、养老护理员、“银发”私教等职业。养老,不再只是“伺候”二字。年轻人用专业和长情陪伴,让“老有所养”有了新模样。

7月的一个下午,上海最高温飙至38℃。上海市中医医院门诊大楼,42岁陪诊师李珠云惦记着从宝山赶来的89岁倪阿婆。看到老人精神不错,她松了口气,“太热了,一会儿回去帮你‘打个车’!”勤俭惯了的老人家连连摆手,但脸上透着见孙女般的亲昵。在李珠云手上,这样的七八十岁患者并不少,也有需要推着轮椅复诊的骨伤科病人。每个月能接五六十单——她负责陪着或直接替他们挂号、见医生、付费并取药。这背后考验的是“细节”。比如提前在电话里和对方沟通好病情、病史以及过往用药情况,在看诊时如有需要随时“补位”。她还自考高级心理咨询师证书,想打破“代沟”。

“微笑是最好的语言”是长护险护理员吴兰云的微信签名,也是她的工作状态。每天12时前,她都会到94岁范兰香家“报到”。一进门就是温柔的问候:“奶奶,今天好吗?”范阿婆的眼神立刻亮了。小吴会根据老人的状态,提供洗澡、剪指(趾)甲、处理大小便等服务。41岁的吴兰云有8年从业经验。她觉得自己的优势是灵活使用电子设备,“这两天帮忙网购了DVD。”

26岁的赵洛麟在上海市杨浦区四平社区市民健身中心担任长者运动健康师。高温天的午后,他辅助70岁的蒋女士做力量训练。“以前她坐飞机要靠轮椅,医院康复科效果也不大,现在爬楼梯基本没问题了。”他的学员集中在55岁到70岁,大致分两种:一是为防止肌肉流失、预防摔倒的学员;二是被慢性疼痛困扰的长者。转型前,他是面向年轻人的私教,但他更看好“夕阳红”市场。小赵还有个意外的发现:“这些老人,并不像我想象中的老人。他们也爱看大众点评、小红书,时髦!”学员谢女士的反馈颇有“双向奔赴”的意味:“过去不敢试,跟年轻教练接触后,觉得还能尝试很多新东西。” 据《新民晚报》



陪诊师
上海市中医医院内,
42岁陪诊师李珠云陪89岁倪阿婆付费取药



陪诊师
上海市静安区曹家渡街道社区卫生服务中心,45岁陪诊员、护理部护士王丽君时刻关注朱阿婆的感受



养老护理员
上海市高平路860弄,吴兰云协助80岁刘月珠下6楼



银发私教
四平社区市民健身中心,26岁长者运动健康师赵洛麟指导59岁谢女士训练



41岁吴兰云为94岁范兰香剪指甲
养老护理员



系统
静文在向卿阿姨介绍心率带
23岁长者运动健康师孙
银发私教

一辈子专注一件事

83岁集邮爱好者斩获国家级大奖

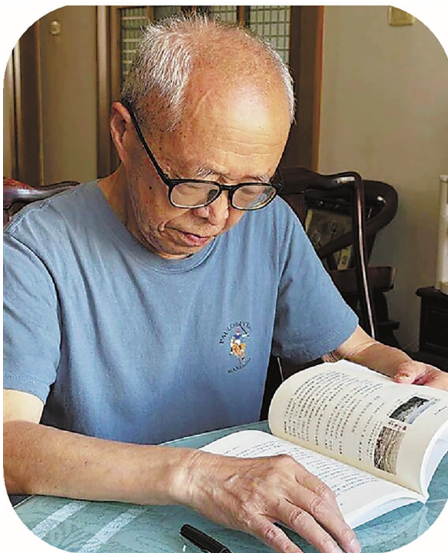
在前些日子落幕的第20届中华全国集邮展览上,嘉兴桐乡83岁的集邮爱好者陆旋初,凭借其撰写的《旋初集邮文集》斩获大银奖。

《旋初集邮文集》承载了陆旋初长达70年的集邮情怀。全书分为两大板块:邮讯篇记录桐乡各类集邮活动,留存本地集邮文化发展的鲜活印记;邮文篇收录他多年研究心得。

“这一次能够获得国家级奖项,不仅是对我70年来集邮之路的肯定,更是让全国都看到了我们桐乡的集邮文化。”谈及这份荣誉,陆旋初满是感慨和自豪。

陆旋初和邮票的缘分,始于少年时期的“一眼心动”。“觉得它很漂亮。”陆旋初说。

1956年,他还是一名初一学生,亲戚送来的一些邮票,以其独特魅力瞬间吸引了他。精致的图案、丰富的色彩、暗藏的人



陆旋初近照

文故事,小小的一枚邮票,为他打开了一扇新世界的大门。在陆旋初家中,满满一整柜邮册整齐陈列,厚厚的册子,装满了岁月,也装满了他集邮的执着。

“曾经为了收集一枚邮票,我四处寻访、多方打听,整整坚持了两年,最终在合肥一位邮商的帮助下得偿所愿。当时拿到那枚邮票,别提多开心了。”陆旋初说。

在陆旋初看来,邮票不仅是个人收藏,更是见证时代变迁的珍贵藏品。“看着这些不同年代的邮票,就像亲眼见证时代越来越好。”为此,他精心整理了专题收藏《阿拉桐乡好地方》,收录了桐乡各个时期的邮票和明信片,串联起岁月光影,清晰反映出桐乡城市面貌、人文发展的特点。

小小方寸邮票,装得下大千世界,也藏着陆旋初对生活、对家乡纯粹的热爱。一辈子专注一件事,这就是最动人的匠心。

据《浙江老年报》