

# 1小时聆听计划

## 关爱长者大型公益活动

9月5日,火炬社区居委会阳光花园小区会议室里早就热闹了起来,因为“1小时聆听计划”志愿者们在这里集结了。在社区工作人员的支持配合下,由淄博市婚姻家庭咨询师协会会长、淄博润泽心理研究中心主任、国家二级心理咨询师李华带队,淄博市旗袍协会、淄博市民生社会发展中心、淄博麦田计划的志愿者们积极参与,“1小时聆听计划”关爱长者公益活动第一次进社区来到了这里,走进了老人家里。我们继续用心聆听那份属于老人的独家回忆!

文/图 记者 马斌

### 热心庄阿姨故事多

庄阿姨在阳光花园是出了名的热心人,作为一名老党员,她严于律己,因为膝盖做过手术,走路非常困难,却坚持每月按时参加小区党员集体学习活动。不仅如此,她还热心公益,总是力所能及帮助别人。“我是1946年出生,1965年参加兵团,1979年才回来进工厂成为一名工人。”庄阿姨坦言,自己深刻感受到这么多年生活的巨大变化,所以她认为每个人都得珍惜现在的生活。她做的这些没啥好说的,是该做的。

聊天时,庄阿姨告诉大家,她1965年就到了甘肃农建十一师,驻扎在海拔3700多米的阿尔金山上,这一待就是14年,两个孩子都是在那出生的。“当时,在那里开车一天都见不到一个人。偶尔碰到,也是骑着骆驼放牧的人。”庄阿姨说,当时她去时,铺盖都没有,只能和战友睡一个被窝,就这样整整过了一个冬天,第二年才发的被子。

2018年,庄阿姨一家被评为“最美家庭”。颁奖仪式一结束,她就一个人来到了居委会,把1000元奖金捐了出来。“这有啥?这些钱对我来说可有可无,但如果用这些钱给孤寡老人或者留守儿童买点东西,就会发挥更大的作用。”庄阿姨的这番话深深感动了来自淄博市旗袍协会的聆听志愿者成耀芝、孙启燕、梁传华。作为淄博市旗袍协会会长,成耀芝说,跟老人聊天,自己也是一个学习的过程,今后一定发动更多会员参与。聆听的是老人的故事,成长的是自己的心境。

### 演奏小提琴展笑颜

当聆听志愿者走到阳光花园一栋居民楼时,就听见了悦耳动听的小提琴声。一见面,才知道演奏者正是73岁的苏学友老人。“您是教小提琴的吗?”“不是不是,纯属个人爱好。”苏学友老人告诉记者,小提琴一直是自己的兴趣爱好。原来,老人是淄博市技师学院63级的学生,当时学机械工程专业。毕业后,又留校任教。尽管老人已经退休多年,提起学校的发展变化是侃侃而谈,可见平时非常关注。

“淄博市技师学院是我的母校,是我工作了半辈子的地方,还是我跟妻子结缘的地方,我肯定时刻关注。”苏学友老人说,他的妻子是该校65级学生,随后也留校成为一名教师,学的也是机械专业。自己的学校1958年创建,这些年变化太大了,但是对应用人才的培养从未放松。

苏学友老人学习小提琴演奏多年,而他的妻子这几年也开始学习钢琴演奏。当话题转到自己的爱好小提琴时,老人直接把琴拿了出来,给大家演奏了起来。尤其是苏学友老人演奏《我和我的祖国》时,老人的老伴以及聆听志愿者董浩、李美兰、徐书健、曹晓明都一起演唱了起来,老人脸上的笑容更多了。



一次特殊的合作——老人演奏,志愿者们合唱。尽管是第一次,但是配合很默契。

# “1小时聆听计划”首次进社区

## 听雷锋战友讲他们的故事



说起过往,老人们都非常高兴,志愿者们也用心聆听。



### 雷锋战友再忆雷锋

眼前精神矍铄的老人李学桐已经81岁了,老人说的第一句话就是:“我比雷锋大两岁。”原来,老人曾是雷锋的战友。“我是1960年参军入伍的,当时是在工七团,雷锋是在工十团。本来不认识,后来在铁岭施工时,我们俩就认识了。后来,我经常到抚顺出差,就跟雷锋说我搭你便车吧,他每次都说行。”李学桐老人说,就这样两个人接触就多了。

回忆起自己的老战友,李

学桐老人感触颇深,他说雷锋对自己可抠门了,袜子补了又补,牙膏挤得特别干净。但是如果知道哪个战友家有困难了,雷锋又会很大方给战友家里寄钱,那时候就能寄好几十元钱。其实,李学桐老人在部队时也是很优秀的。“我上山采芦花,然后做笤帚。16个班,一个班一个。入伍三个月,就升上等兵了。1964年,我就入党了。”李学桐老人坦言,很多人劝他出本自传,讲讲过去的

事情。

聆听志愿者李华说:“现在很多年轻人,对过去的事情知道太少了。写自传,说的尽管是李老的故事,但更多是那个年代的故事。这些真的需要记录下来,留存下来,好让更多人看到。”听到这些,李学桐老人很是认同,并表示自己会好好考虑。“我们全力支持!”聆听志愿者姜春兰、宋玉霞拍手赞成,并表示需要的话,大家都会帮忙的。

### 聆听——不一样的聊天

聆听志愿者 李华

作为一名心理工作者,聆听是我的基本能力。从8月初,受晨报之邀参加“1小时聆听计划”公益活动,到后面主动参与成为一名聆听志愿者,我已经参加了3次聆听活动,可谓感触颇深,受益匪浅。与老人聊天是我的强项,这源于从小与外公外婆一起生活的经历,算是从小就在老人堆里“混”了,与老人有不解之缘。

聆听是不一样的聊天。通过聆听,可以让老人们通过讲述排解孤独寂寞,可以让老人对自己人生价值充分肯定,真正做到老有所养老有所乐,传递社会正能量,让老年人的精气神得到提升,拥有一个乐观的心态,享受美好幸福的晚年生活。

每次活动,老人们见到我们都非常高兴,回忆往昔畅所欲言,聊到一些事情竟像孩子般开心。作为一名志愿者,从老一辈人的故事中感受到他们过去的不易,坚韧不拔的力量,以及对当下生活的满足感,也学到了很多。作为一名聆听者,我愿意成为老人们心灵真诚的陪伴者。同时,也希望这个活动继续开展下去,让更多老人敞开心扉,讲述曾经的难忘点滴。



扫描二维码,听他们讲故事。

### 聆听志愿者及志愿者团队继续招募

鲁中晨报发起的“1小时聆听计划”,是通过定期到老人身边陪伴、倾听,在讲述与倾听中建立温暖链接的,从而满足长者精神需求为主要目的的公益项目。

目前,“1小时聆听计划”已分别于8月22日、8月28日、9月5日组织了三次聆听活动,志愿者们正用一次次公益行动呼吁全社会,通过多种方式来共同倡导、广泛传播“多一份陪伴,多一份倾听”的公益理念,以此推动全社会对老人精神需求的真正关注,真正实现老有所养,老有所乐。当然,我们需要更多人参与,因为有更多故事需要被记载,聆听路上,我们需要你的加入! 记者 马斌



“1小时聆听计划”群,期待你加入。



## 中秋送礼就送蟹王府

## 阳澄湖大闸蟹!




地址: 张店区华光路大润发往东100米! 电话: 2288100