



志愿服务让退休生活更精彩

——记北京市清华长庚医院志工队队长李佩林

□本报记者 唐诗



“2014年，我在报纸上看到北京清华长庚医院志愿者招聘公告，报名后成为了首批8名志愿者中的一名。现在，我们的队伍已经有400多名注册志愿者了。”李佩林今年64岁，退休前在北辰集团担任审计主管，2014年担任北京清华长庚医院志工队副队长，2015年至今担任队长，除做一线志愿服务外，还负责组织、培训、任务分配等工作。李佩林从事志愿工作4年期间，由于表现突出，今年7月被北京市志愿者联合会评选为北京市五星级志愿者，为北京清华长庚医院首批获此称号的三位志愿者之一。

“除了锻炼身体，退休后大部分时间都用在做医院的志愿服务上。志愿服务的价值获得感不仅在于付出了服务，还在于收到的很多感谢。”李佩林说。

一次次录入 帮志工队成员完成注册

“我的女儿现在在国外生活，她英语很好但医学术语不太懂，在医院生产期间，志愿者提供了无偿的帮助。我们当时受益于志愿者，所以感受到了志愿者对患者的帮助作用。”李佩林说，清华长庚医院初建立时，天通苑附近的居民都很期待小区附近的这家市属三甲医院，2014年她得知在招志愿者时就赶紧报名，顺利成为志愿者还担任志工队副队长。她和其他7位第一批志愿者分头招募附近居民加入，随着163位居民的陆续加入，队伍初步建立。

“几年过去了，现在想来当初遇到的困难都不是事。但当时想要一下子把工作从零做起，却千头万绪，我们可以说是白手起家。”由于招募的志愿者以退休人员 and 老年人居多，不会用电

脑、微信成了首个问题。在给成员们在网上进行注册用来记录服务时长时，李佩林发现很多成员此前在社区注册过，再次注册就会无效。加上老年成员们不熟悉电脑使用，不清楚自己的密码，导致无法重新注册，李佩林就和文书组联系市志愿者联合会一个注销，或联系老年成员们所在社区居委会用当时注册的邮箱和密码，再次完成注册。

“志愿者注册、档案管理，一个个录入的工作量挺大的，但我想在工作开始做时就要正规化。”李佩林告诉记者，由于电脑、微信培训课程的开展，现在年老些的成员们全都掌握了相关的技能。

作为副队长，李佩林还负责组建了工作组中的周二组，并安排活动组和后勤总务组的工作。“成员的热情很高涨，这点不用

担心。重点在服务时要告诉大家应该做什么并怎么去做，做到让患者感到温暖的同时，不触碰对方的隐私。”由于志愿工作认真负责，2015年，李佩林开始担任志工队队长。

一朵朵玫瑰花 温暖祝福感动患者

在负责职工队活动组的志愿服务当中，李佩林会和组内志愿者们筹办一系列活动，入春节为病患送春联、儿童节为患儿送礼物、圣诞节为大家送礼品、母亲节为女性患者送鲜花等。这些温暖的小举动，有时却深深地感动着患者及其家属们。

去年母亲节，北京清华长庚医院职工队举办了慰问送玫瑰花的活动。李佩林到急诊室去送花时，注意到一个病重的老人闭着

眼躺在病床上，不忍打扰老人休息的她就蹑手蹑脚地准备绕着病床走过去。老人的儿子却让李佩林等一下，他想给母亲送一朵玫瑰花。

李佩林回忆，当时老人的儿子把花放在了母亲的手里，并轻声唤着母亲，希望最喜欢花的母亲能睁眼看一看。

“当时老人还真睁开了眼睛，他的儿子一下子就流泪了，我也落泪了。”李佩林说，当她亲眼看到一朵花能温暖他人，帮助母子完成一次心灵的对接，她十分感动。

“有时帮助病人挂号、指个路、解答他们的疑惑，也会听到许多句感谢。我觉得付出了一些就收获了如此多的真挚谢意，这样的快乐是在满足中升华出来的。我很高兴退休后发挥出了余热。”李佩林说。

一声声劝导 为患者解决各种问题

在志愿服务中，志愿者们也会遇到不被理解的情况。有一天上午9点多，李佩林刚上岗服务没多久，一位70多岁拄着拐杖的老大爷来挂心脏内科的号，却被告知当天的号已经满了。由于老人并没有提前预约，没挂到号就着急起来，大声叫喊还敲着拐杖发出刺耳的声音。坐在椅子上的老人闹脾气，还说要打人，李佩林上前劝说可以帮着预约第二天的号，可老人赌气说不用；劝他挂个急诊先看看，老人也说不行，一直持续了1个多小时。

当时医院的保安还劝李佩林躲一躲，但当她想到自己走开了老人还是会闹，让年轻的医护人员处理起来会更有难度，她就继续安抚着老人。李佩林随后查到老人的病历找来了老人的家属，并和其他志愿者帮其预约挂号，老人的情绪终于安抚好了。

还有一次，一个初中生来打针特别害怕，妈妈怎么劝都没有用，初中生还是害怕地躲闪并拒绝，李佩林就对他说：“你已经长大了，下次都可以自己来打针了。”过了一会，初中生果然自己去打了针。“在志愿服务中，一线志愿者起到的作用很大。有时要把老人当成小孩对待，有时还要把小孩当成大人对待。”如今李佩林个人志愿服务的时长已经达2500余小时。

“在我们志工队这个气氛温暖又纪律严谨的大家庭中，我最大的收获就是快乐和满足感。”李佩林说，这支志愿者队伍多数是50后、60后，接下来会针对志愿者本身组织更多更丰富的活动，让他们的精神生活更丰富一些。



90后博士生科技服务“银发族”

——记北京邮电大学在读博士生张佳鑫

□本报记者 任洁



张佳鑫（左二）教授社区居民学习网上预约挂号

能读到北京邮电大学的博士研究生，1990年10月出生的张佳鑫是一个不折不扣的学霸，但他并不是停留在象牙塔尖“两耳不闻窗外事”，而是热心公益事业，6年来无偿帮助老年人学习信息化知识，他发起的“夕阳再晨”公益助老项目累计服务近6.5万小时。

张佳鑫来自陕西汉中，在北京读书的他发现年轻人与科技亲密接触，而老年人却因为种种原因停滞在信息化社会之外，无法享受现代科技的便捷。能不能为他们做点什么呢？他动起了脑筋。2011年，受到希望工程激励行动BC计划的启发，他找到志同道合的13个同学，决定成立桑榆守望者公益服务团队，专门为老年人提供科普服务，项目名字定为“夕阳再晨”，意为让夕阳再度焕发青春变成朝阳。

为老年人提供切合实际的服

务，首先要了解他们的真正需求。为此，张佳鑫带着团队深入京城多个社区走访调研，了解老年人的喜好。回来后他们把结果分门别类，利用所学专长，量身打造出丰富的个性化学习计划：使用电

脑、数码相机、MP3、ATM取款机、网上预约挂号、缴纳水电费、查询健康养生急救知识、防止网络诈骗……再利用课余时间，分步骤去教授老年人。

项目刚起步时没有名气，

“夕阳再晨”团队先去学校周边社区宣传，一点点说服大爷大妈来听课；没有经费，团队就靠双手去挣，他们卖过雪糕、明信片、芦荟胶，派发过洗发水，与企业合作义卖，通过多种方式把项目延续下来。

因为他们的耐心细致，授课内容浅显易懂，老年人掌握得很快，与年轻人一样开始享受网上冲浪，团队的口碑很快建立起来。“夕阳再晨”项目于2011年2012年连续两年获得青少年发展基金会及英国大使馆文化教育处颁发的“激励成果奖”“营销先锋奖”，还承接了教育部“银龄发展工程资源共享平台”建设项目。

在开展公益活动的过程中，张佳鑫发现一些高校公益社团存在圈子小、宣传渠道不畅等问题，在海淀区精神文明办的指导下，2013年他发起“高校正能量联盟”，借助助老项目的运作经

验，带动全国27个省市自治区102所高校的182个公益团队，每月开展网络文明倡导、文明出行引导等活动，践行志愿服务，为大学生搭建公益事业平台，服务社会和弱势群体，并为优秀团队提供企业孵化、跨界资源筹措、融资等服务。

在他的带领下，6年来，“夕阳再晨”项目团队累计服务近6.5万小时，开发助老教学套餐超过37.8万字共计1036页，荣获全国敬老文明号、中国青年志愿服务大赛全国金奖、北京市“最美丽工”榜样团体等奖项。“高校正能量联盟”公益项目在全国“创青春”大赛中荣获金奖，张佳鑫本人则荣获“2014北京榜样”、2017年北京青年五四奖章等荣誉。“用一个很小的杠杆，撬动一个天平，帮助到更多的人，这就是我的梦想。”张佳鑫说。