



陈时田是北京惠民志愿服务联盟队长。11年来，他坚持每天为周边社区近20位空巢老人免费送餐，为生活困难的邻居送免费餐。他带领约500人志愿服务联盟在社区、学校、军营、养老院等地开展公益服务，服务内容涵盖为老服务、环境清理、节日慰问等，累计开展1000余次志愿服务活动，用行动诠释了爱心与温情。他还参加社区百姓宣讲团，积极宣传志愿服务理念，曾获北京市五星级志愿者、北京市“孝顺之星”等荣誉称号。



# 一碗饺子传递大爱

——北京惠民志愿服务联盟队长陈时田的助老惠民故事

□本报记者 孙艳 文/摄

在大兴区兴丰街道，有一家陈记老馅饺子馆，老板身穿志愿者蓝马甲忙进忙出，熟悉这里的人都知道，饺子馆老板是个热心公益的人，经营饺子馆助老济困，一晃坚持了十一年。他把象征着团圆、如意的饺子，送进独居老人家里，送进敬老院，送进军营、警营……他就是北京惠民志愿服务联盟队长陈时田。

## 一碗饺子托起助老之心

2014年春天，凭借女儿高考一定能考进北京的信念，陈时田放弃了在东北老家的高薪工作，怀揣着创业的激情，踏上了来京谋事业的旅程。在一些萍水相逢的朋友帮助下，他落脚大兴区，开了这家饺子馆。

身为退伍军人的陈时田，不忘军人本色，热情周到的服务，赢得了众多顾客的喜爱，饺子馆做得风生水起，吸引了越来越多的回头客，特别是老年人的喜爱。机缘巧合，陈时田没有想到的是，小小饺子馆不仅仅是他创业梦想的开始，更是他传递公益爱心的起点。

有一天，陈时田接到了一位顾客打来的电话：“陈老板，您能帮我一个忙吗？”顾客在电话中表示，她的母亲行动不便，而她因工作原因无法回家，非常担心母亲吃不上饭。

“当然可以，您放心！”陈时田毫不犹豫地答应了顾客的请求。挂断电话，他立刻准备好了饺子，根据顾客提供的地址送了过去。那时候，还没有兴起外卖服务，顾客向他提出了这样的请求，显然是遇到了困难。他不能让老人饿着，所以毫不犹豫地跑了这一趟。

“孩子，真是太感谢你了！”老人的一句“孩子”，让陈时田顿感温暖。自幼便失去母亲的他，来北京创业后也一直“单打独斗”，这句“孩子”触动了他对亲情的渴望。

老吾老以及人之老。看到眼前这位连吃饭都成了难题的老人，陈时田



郑重地向老人承诺，以后每天都会亲自为她送餐。而这时，陈时田也深刻地意识到，老年人是一个特别需要关心和帮助的群体，如果自己能为老年人尽一份力，实际上也是在为社会贡献自己的力量。

这个承诺如同种子一般，深深扎根在陈时田的心中，从此生根发芽、开枝散叶。从那之后，陈时田发现周围社区中有很多独居老人，其中不少人不仅行动不便，还面临着经济上的困境。他不仅继续为那位老人免费送餐，还开始为其他有困难的老人免除餐费，一晃就是11年……

## “爱心饺子”传递人间温暖

中午11点半，饺子馆的后厨现包现煮的饺子出锅了，陈时田打包好三份饺子从店里出发了。

离饺子馆最近的是付阿姨家，陈时田向记者介绍，老人今年86岁了，就一个女儿，也已经60多岁了，身体也不太好，在城里还得看外孙子，平时也顾不上照顾老母亲。

“付阿姨，我来啦，快趁热吃饺子！”陈时田进门就开始招呼86岁的付秀兰吃饭，记者注意到一个细节，阿姨家的门是虚掩着的，这是付阿姨估

摸好时间，特意给陈时田留好了门。

“特别感谢陈老板，他照顾了我好多年，过意不去……”付阿姨边吃饺子边跟记者夸赞陈时田。交谈中，付阿姨还唠起了家常，甚至说起了自己小时候的故事。

“其实，人老了，上了年纪，不但需要生活上的照顾，更需要精神上的陪伴，你看付阿姨看到咱们来了，多开心，她知道有人在关爱她，有人愿意接近她，这也是老年人需要的一种安全感。”去往第二位老人家的路上，陈时田对记者说。

家住时代龙河小区的张阿姨，陈时田也照顾了好几年。前几年，张阿姨一直照顾病重的老伴，身体上和精神上都受到了打击，陈时田不但义务为老人送餐，还经常做一些力所能及的事情，特别是老伴去世后，张阿姨精神状态一直不太好，陈时田经常过来安慰她，在心理上给予她关爱。

“这些年，我提供送餐服务的老人有几位已经不在，对我来说，其实触动还是比较大的，想到他们，就更让我坚定要把这件事情做下去。”陈时田向记者回忆起了孙大爷，当初的那份触动至今历历在目。

孙大爷住在黄村东里社区，孩子在城里开公司，没工夫照顾他。当时，陈时田也是接到孙大爷孩子的电话，问能否给他父亲送趟饺子，还特意嘱咐他父亲身体不好，得在门口多等一会儿。

那天，陈时田拎着饺子，按响了孙大爷家的门铃，便等着大爷开门。可令人没想到的是，陈时田足足等了15分钟。门终于打开了，陈时田发现这漫长的15分钟，竟是行动不便的孙大爷从床头挪到门口的时间。

“回想当时的情景，回想大爷扶着墙一步一步挪动的样子，我心中的滋味难以言表。对于老人而言，这段短短的距离竟如此漫长，每一步都显得如此艰难。”陈时田说，自那以后，更加坚定了他服务老人的决心。

## 成立服务联盟将爱心扩大

小小的饺子馆，每天都在接力爱的传递。在陈时田的带动下，饺子馆员工们纷纷加入送餐照料服务中。2014年，饺子馆里的员工们多了一个身份——志愿者。“当时我成立了陈记惠民志愿服务队，当时只有饺子馆这10来个员工。到后来，包括理发的、卖五金件的，周围有10来家商户，也很支持我做这件事，就加入了进来。”陈时田回忆说。

后来，在大兴区政府和兴丰街道的支持下，陈时田逐步成长为公益带头人。之前的惠民志愿服务队壮大成北京惠民志愿服务联盟。如今，联盟已发展到500多人。目前，仅陈时田个人志愿服务时长就达1765小时，为孤寡老人及养老院提供服务2300余次，捐助金额达16万余元。

此外，陈时田带领志愿服务队还活跃在城市的每个角落。学雷锋日，他们清扫街道、清理小广告；“五一”劳动节，与环卫工人共同维护城市整洁；“六一”儿童节，走进校园开展活动；中考期间，为考生送水和慰问品；端午节，进社区包粽子、慰问孤寡老人；建军节，进军营送饺子和祝福；重阳节，到养老院为老人理发、做足疗；国庆节，一起开展爱国主义教育；警察节，与警察包饺子联欢；每周三，在医院路口站岗执勤，疏导交通……他们的身影出现在各行各业，让爱心在不同群体中传递。

这段时间，陈时田正在统计街道范围内的各社区空巢、独居老人台账，他想进一步扩大服务范围，带领联盟成员为辖区更多的老年人做志愿服务。面对未来，陈时田心里的规划和展望非常明确，他希望能够将惠民志愿服务工作做得更加专业化、规范化，扎根养老院和社区，为空巢、孤寡老人提供更专业、更丰富的志愿服务活动，为社会传递更多的孝道文化和正能量。