

“90后”养老护理员： 十年如一日守护幸福夕阳红

在湖起潮落的古浮海湾，龙海寺旁的三福养老院是一片宁静祥和之地。这里居住着来自全国14个省份的99位老人，其中最年长的已96岁。他们有着共同的特点——都是素食老人，且在这里享受到如家人般的温暖和照顾。而这温馨的背后，离不开养老护理员们的默默付出。

1992年出生的张秀选是锦尚镇人，十多年前为照料父亲来到这家养老院，也由此与这里的老人结下了不解之缘。后来经过专业技能培训，张秀选成为养老护理队伍中最年轻的一员，每天从早到晚，与老人共度时光，照料他们的饮食起居。3月14日，我们走进这家养老院，看一看这位年轻“90后”在照料老人时的那份体贴和专业，同时记录下素食老人们的幸福夕阳红。清晨5时30分，当大多数人还在睡梦中时，张秀选和她的同事已经开始了新一天的工作。她们集合完毕，准备叫

醒老人，打扫房间，整理床铺。在这个过程中，张秀选总是特别细心，根据每位老人的作息习惯，轻柔地唤醒他们，确保老人在新的一天里有个愉快的开始。6时15分，是养老院每天的早餐时间。老人们陆续来到食堂，有序就座。张秀选和同事则忙碌着为老人分餐。她不仅要掌握每位老人的用餐习惯和餐量变化，还要时刻留意他们的身体状况，确保老人们的饮食健康。早餐后，张秀选陪着老人散步聊天，分享生活趣事。

帮老人调试手机

这些老人虽然年事已高，但在张秀选的陪伴下，他们依然能够感受到生活的美好。上午10时，86岁谢奶奶推着一辆小推车，要去打理她精心浇灌的小菜园。张秀选也来到菜园，给谢奶奶打下手。两人一个挖坑，一个栽下生菜苗，忙得不亦乐乎。这些蔬菜不仅给老人们带来了劳动的乐趣，也将成为食堂食材，供全院老人享用。午餐时分，张秀选在忙碌的间隙，注意到95岁邱奶奶的指甲有些长。于是，她利用午餐后的休息时间，在养老院门口的沙发上为邱奶奶修剪指甲。这一幕，让89岁的卢奶奶也坐不住了，她排起队来，等着张秀选为她修剪指甲。经过半个多小时的细心修剪，两位老人看着自己的指甲，笑得合不拢嘴，对张秀选的手艺赞不绝口。午休过后，养老院的气氛再度活跃起来。年逾八旬的林奶奶准备带着她的好姐妹



陪谢奶奶打理小菜园



老人们分享生活趣事



庄奶奶一起练习腰鼓，但两人觉得不够热闹，于是拉上了张秀选一起。一时间，腰鼓声在养老院里回荡，吸引了其他老人的围观和喝彩。张秀选虽然不是专业的腰鼓手，但她的参与让老人们感到更加亲近和快乐。傍晚时分，当太阳西斜，张秀选来到72岁张大伯的房间，耐心地教张大伯如何使用手机微信，并帮他调整好字体大小，以便与家人朋友沟通联系。张大伯虽然年事已高，但对新事物充满好奇，张秀选的耐心教导让他倍感温暖。夜幕降临，张秀选的工作并没有结束。她还要巡查养老院的各个角落，确保老人们的安全。在确认一切正常后，她才会结束一天的工作，回到自己的宿舍休息。日复一日，年复一年，张秀选用自己的青春和汗水，守护着这些素食老人的晚年生活。她的付出和坚持，得到了老人们的认可和赞誉。在老人们的心中，张秀选不仅是一位护理员，更是胜似家人的“开心果”。“这份工作虽然辛苦，但看到老人们在她的照料下容光焕发、精神矍铄，就感到无比满足和幸福。”张秀选说。

(王国良 郭雅霞)



为邱奶奶修指甲



陪老人散步聊天



为老人分餐



三人合练腰鼓

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

中共石狮市委宣传部 · 石狮市融媒体中心 · 石狮日报

垃圾分类 让城市更文明

中共石狮市委宣传部 · 石狮市融媒体中心 · 石狮日报