

# 用青春时光守护夕阳岁月

浙江“最美”养老护理员是怎样炼成的?

**记者李凡 通讯员郑轶文报道**说到“护工”,很多人的第一印象可能就是劳累与辛苦,觉得现在的年轻人吃不了这个苦,不愿意从事这个行业。然而,近年来的现状却表明,随着对家政服务业市场的需求量不断增加,越来越多的年轻面孔也开始担任起“护工”的主力军。这些85后、90后甚至00后们尽管看起来经验没有多“老道”,但照顾起爷爷奶奶来可一点都不马虎,他们用自己的青春时光温柔地守护着老人们的夕阳岁月,并日渐成为他们的暮年依靠。

近日,在省委宣传部、省总工会联合发布的2023年度“最美浙江人·最美工匠”名单中,就有这样一名“85后护工”入选,她就是宁波海曙区广安养怡院养老护理员郭素玲。

今年36岁的郭素玲第一份工作是康复医生。2009年,从长沙民政职业技术学院康复理疗专业毕业后的她成为了一名康复医生,每天接触最多的



在广安养怡院,养老护理员郭素玲(图左)和她的同事成为了老人们的依靠。

就是老年病人。然而,在工作中郭素玲却慢慢发现,对于老人们来说,康复医生其实并不稀缺,反而专业的养老护理员才是那个最被大家需要的角色。深受触动的她于是转投养

老护理行业,而这一干就是14年。

刚步入护工家政行业的时候,老人家属质疑的声音层出不穷:“哇!这么年轻,能照顾好老人吗?能吃得了又脏又累

的苦吗?我们能放心把老人交给你吗?”面对质疑,初来乍到的郭素玲也曾倍感压力,但同时她也暗暗较劲:“年轻人一定可以为护工行业带来不一样的能量和活力,既然外界有质疑,那我就用实际行动去打破它。”坚定了信念,郭素玲开启了养老服务技能修炼的漫漫征途,她虚心向长辈请教,不断提升自己的专业技术,总结出了一套先进的“素玲工作法”,并用实际行动收获了很多老人和家属的点赞。

2019年,厚积薄发的郭素玲在国家级养老护理员职业竞赛中过关斩将,获得一等奖,此后又接连获得宁波市首席工人、浙江金蓝领、浙江省技术能手等荣誉,直至此次获评“最美工匠”。面对荣誉,郭素玲谦虚地表示:

“养老护理员不像产业工匠那样亮眼,能雕琢出精美产品。我们每天面对的是需要生活照料、医疗康复和情感寄托的老人,将爱心、耐心、关心、细心、责任心倾注在日复一日、年复一年对老人们的照护中,这就是我所理解的匠心。”

在郭素玲看来,养老护理员是“排雷兵”:“跌倒、噎食、烫伤、病情恶化……面对各种意外,应该有预案,提前做好各种风险防范。”为了把自己日常总结的专业技能传承下去,郭素玲还成立了以自己名字命名的工作室,牵头开设“护理小课堂”,开展业务培训,分析院内实际案例。“广安养怡院有90多名养老护理员,其中还有不少00后。发挥工匠作用,传承匠心精神,也是我的职责和使命。”郭素玲说。

“奶奶,昨天家人来看望你了,开心吧!”“阿叔,下午有教‘手指操’活动,到时参加哦!”“阿婆,你的脚好些了吗?”……从养怡院1楼走到7楼,郭素玲的一声声问候,犹如一缕缕阳光照亮了老人们的心田。“这是他们最后的‘家’,老人在这里能感受到家的温暖,我们的一切辛苦和付出都是值得的。”郭素玲笑着说。

从创业老板到小区保安  
磐安24岁青年很励志  
**熬最深的夜  
读最清醒的书**

也瞬间静下来。他帮一些朋友写代码兼职,闲时读书。

今年2月14日,他与一位老同事聊天。“他坚持每天读书,感到收获很多,也鼓励我这样做,给我的触动很大。”

从这天起,陶景润每天都会抽出时间来看书,“慢慢地,你会发现,坚持读书不难,就像吃饭喝水一样简单”。他爱读曾国藩,也读心理学、法学,读史明智。

半年后,他感到自己的知识储备与学习能力、习惯都有了提升,于是想到通过自考来提升学历。“我想学法律,就开始自学。”

坚定了目标,陶景润也更明白需要有稳定的收入来支撑。他做出一个意想不到的决定,应聘小区保安。

从创业老板到小区保安,这个“跨界”不可谓不大,甚至在很多人眼里是遭遇了“人生滑铁卢”。但是,书里的道理让陶景润有了“人间清醒”,他拿《拖延心理学》的一句话激励自己:“努力不等于表现,而在于成长。”一份工作带来的价值,不应看重外在,而要看它带给你的成长。

“在外人看来,保安可能是一份不体面、没前途而且很辛苦的工作。但在我看来,保安并不辛苦,虽然露天站岗很冷,但它给了我充足的时间与空间,我可以静下心来好好看书,这就是最大的收获。”陶景润说,现在的自己不急于表现,也不急于定义未来,他把握当下,做好工作、读好书。“你买的房产也好、赚的钱也罢,它都会贬值。只有把知识装到脑子里,它永远不会贬值,它只会改变我的言谈与举止,或许还会改变未来。”

更重要的是,读书让他明白了:人生有起落,精神始传承。他想到了创业,希望以此改变现状。接下来的4年中,陶景润先后经历了6次创业,当中有成功亦有失败,更多的是绕圈子的原地踏步,卡点就是缺乏学习能力。

“我的老同事里,走上更高岗位,有更好发展的往往是保持终身学习习惯,不断充实自己的人。”他觉得,这正是自己的不足之处,限制自己的是学识与见解,学习与沉淀很重要,找回初心更重要。

去年12月,想要“回归初心”的陶景润离开杭州,回到家乡磐安。小城很安静,他的心

## 袁文涛: “倒数第一”的逆袭



**通讯员朱玲巧报道**两年一度的“云计算奥运会”即将到来,台州技师学院专职教师袁文涛正在准备启程前往世赛国家集训队参加新一轮集训。

不久前,在全国第二届职业技能大赛上,他获得云计算项目第四名,创造浙江在该项目上的最好成绩。

从成绩倒数的“问题少年”,到市赛、省赛一路闯关,并两次在国赛上大放异彩,袁文涛的答案在人们的意料之外。

21岁的他,是如何抓住机会成功逆袭的?

### “倒数第一”的学生

袁文涛架着一副黑色框架眼镜,脸上稚气未脱,浓眉下的眼睛很有神,有着独属于青年的神色。

2002年,袁文涛出生于杭州萧山义桥镇,并在当地上完了小学、初中。

但他并不是杭州人。妈妈来自安徽,是一名普通的纺织厂女工,爸爸来自湖北孝感,是一名全能型修理工。两人在打工中认识,又在四处漂泊后选择定居杭州。

“跨省混血”的身份,让袁文涛在学生时代吃了不少苦。一些同学语言上的伤害,让小小年纪的袁文涛变得有点自卑。这也让袁文涛产生一点厌学的情绪。在很多人眼中,他是一个不折不扣的“问题少年”——

从小学二年级开始,他迷上了打游戏,经常混迹校园周边的网吧,没钱就先赊账。初一入学考试,全校370多名学生,他考了360多名。

他自己也感觉到了某种“被放弃”,位置永远被安排在全班最后一排靠门的“专座”。

“你不是块金子。”有人对袁文涛说过类似的话,他很想证明这句话是错的,但当时,他找不到反驳的方向。

袁文涛的父亲,看着儿子的迷茫,也有点着急。他想着,如果孩子不是块学习的材料,那就像自己一样,学一门技术也不错。

袁文涛的父母,看着儿子的迷茫,也有点着急。他想着,

分,踩着录取分数线进了台州技师学院,“班上42个人,我就是那个第42名。”他说。

### 成为一块“金子”

在选择专业的时候,袁文涛的想法很简单:因为喜欢玩游戏,想要“名正言顺”地让父母买电脑,就选择了大数据应用技术(云网融合)专业。

直到进入学校后,他才真正了解了什么是职业教育,什么是云计算。

每一次技术变革总会不可避免地导致一些岗位的边缘化甚至消失,但与此同时,也会创造大量新机会。最典型的莫过于日新月异的数字技术。

袁文涛作为云计算专业第一批“吃螃蟹”的学生,他们将成为互联网时代诞生的“数字工匠”。

直到进入学校后,他才真正了解了什么是职业教育,什么是云计算。

每一次技术变革总会不可避免地导致一些岗位的边缘化甚至消失,但与此同时,也会创造大量新机会。最典型的莫过于日新月异的数字技术。