



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”界的主力军。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，他们用自我的青春时光温柔地守护着老人们们的夕阳岁月，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就是康复医生。2009年，从长沙民政职业技术学院康复治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，而这一下干就是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，郭素玲开启了养老护理技能修炼的漫漫征途，她虚心向前辈请教，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技能赛中过关斩将，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，能雕琢出精美的产品。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。

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，台州技师学院专任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，有着独属于青年人的神色。

2002年，袁文涛出生于杭州萧山区义桥镇，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。

中考那年，他考了399.5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”。

人社部2020年指出，中国现有云计算相关从业人员超过400万人，一线城市云计算人才需求最为明显，而到2025年，中国云计算人才仍将有近150万的缺口。

这让袁文涛隐约看到了人生“翻盘”的希望。

但这门专业坚持下来，却并不容易，需要掌握智能化网络技术、善于渗透融合数字技术进行系统搭建与运维，不仅要学习编程、网络、数据处理、物联网等综合性知识，而且知识的更新换代速度极快，平均一两个月就冒出大量新的知识点的。

“全班从一开始的42个人，到毕业就只剩下了28个人。”袁文涛坚持到了最后。

“每天学到的知识都让我觉得很新颖，身上也有源源不断的动力，觉得自己就像一块海绵在不断吸收知识……”袁文涛真正喜欢上了这个专业，课后练习基本功、琢磨技术，技术已经成为他生活中不可或缺的一部分。

在他的计算机启蒙老师韦思炜看来，“每次上课，袁文涛都是那个听得最认真的一个，也会积极参与实验环节，遇到不懂的问题时，会找老师打破



砂锅问到底。”

这让袁文涛感受到“被认可”，等到期末结束，他的成绩已经进入了全班前列，也拿到了比赛的“入场券”。

这时，袁文涛觉得，自己或许也能成为一块“金子”。

有机会要为国争光

年轻，有着最低的试错成本。袁文涛修改了“错题本”后，开始朝着全新的目标前进。

2019年，成绩优秀的袁文涛被选拔进入了云计算兴趣小组，和其他成员一起，前往南京参加集训。

集训的日子非常枯燥，也十分难忘。云计算项目涉及的技术领域较多，需要分成多个模块分别进行针对性的训练，也讲究熟能生巧。

这个过程更像是一个人的战斗：每天对着一台电脑，从早上8点坐到晚上8点，12个小时都耗在了机房。

回到宿舍，袁文涛还会继续加练，几乎每晚都在12点左右才睡觉。机会也留给了有准备的人。

2020年4月，第一届全国职业技能大赛举行，这是我国规格最高、项目最多、规模最大的、水平最高、影响最广的综合性国家职业技能赛事。

当时，袁文涛参加了四川省赛区的选拔。比赛分为3天，每天6个小时。袁文涛一开始就取得了领先的成绩，连评委老师都对这个少年感到了好奇，频频投来目光。在众人的目光中，他顶住了压力，最终拿下了冠军。

这出乎很多人的意料，袁文涛可以说是一鸣惊人。

回到浙江后，袁文涛很快投入新的训练。拿到省赛的冠军只是一个新起点，后面还有国家队的比赛要面对。

之后，第一次冲击国赛，他不负众望拿下了第七名，首次入选国家集训队。闭幕式颁奖的时候，他很羡慕能站在领奖台上的选手。

“原来技能学子们也能站在世界舞台上，与各地的选手们交锋，甚至还有机会身披国旗，为国争光。”袁文涛意识到这一点后，对于比赛爆发出了更强烈的渴望，“我心里就暗暗发誓，总有一天也要站上去！”

再次冲击国家队

今年6月，以“技能浙江 共富先行”为主题的第二届浙江技能大赛在金华永康举行，袁文涛再次向国家队发起冲击。

这时，他已经通过台州技师学院入职考试，成为云计算实训指导教师。

台州技师学院全力支持，提供专门训练室，并配备了教练团队和专家。制订训练计划、安排训练进度，进行体能训练、调整赛前心态，袁文涛技能水平快速提升。袁文涛在众多选手中脱颖而出，以第一名的成绩拿下国赛入场券。

袁文涛的目标是进入世赛国家集训队。“第一次参加国赛的经历，让我见识到了实力悬殊，第一名和第七名，相差了三十多分，我得更加努力，才能追上这样的差距。”袁文涛暗下决心。

心。

备赛期间，袁文涛几乎没有回过家，每天和团队一起，训练到晚上10点多。

特别是周末，校园空荡荡的。回到出租屋，也是孤单一个人。袁文涛也想回杭州见家人一面，但他还是留在了学校继续训练。

今年9月，全国第二届职业技能大赛在天津举行。大赛共设置109个竞赛项目，4000多名选手参赛。其中，云计算这样的世赛选拔项目与世界技能大赛保持一致。

“和第一届相比，参赛选手的水平都有了明显的提升，竞争十分激烈。比赛第一天，其他选手就展现出了很强的实力，让我倍感压力。”袁文涛回忆道。

但袁文涛凭借平时高标准的训练，快速调整心态，在前两天比赛中稳定发挥，成绩一直保持在前三。可惜在第三天最后一个故障排除上暴露了短板，稍微落后了。

最终，袁文涛获得第四名，刷新了浙江省该项目的最好成绩，顺利进入国家集训队，并被授予“全国技术能手”称号。

“通过这次比赛，我看到自己和第一名的差距在不断缩小，比赛让我变成了更好的自己，一次次备考的过程，就是属于我的高考。”青年的身上从暗淡无光中蜕变出自信的光芒。

对于袁文涛来说，现在的他必须为新的目标全力去赢：从国家集训队出线，代表中国队站上世界的舞台。

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

通讯员汪蕾报道 凌晨的磐安县城，气温降到了个位数，路人已裹上了厚厚的棉服。

县城一小区停车场入口处右侧，搭着一顶简易帐篷，里面放着一张折叠桌、一把藤编椅，一个穿着黑色保安服的年轻男子坐在里面。从18时30分到次日清晨，三小时一岗，维持门岗安全、出入车辆秩序是这名男子的工作。不得不说，这是一份清苦也清闲的工作——熬最深的夜，做周而复始的事。

男子叫陶景润，磐安本地人，1999年出生，在这里工作刚满一个月。闲暇时，他会重复做一件事：拿出一本书翻看。最近他在看的是全国高等教育自学考试指定教材《宪法学》，厚厚一本已看了大半，每一页都写满了笔记。

现年24岁的陶景润毕业于磐安职校，2017年进修编程后到杭州，成为一名程序员。头两年，他在企业工作。公司里有人走、有人留，有人原地踏步、有人升职加薪，看着身边有不同选择与发展的同事们，刚满20岁的陶景润开始思考自己到底想要怎样的生活，尤其是看到有同事为生活犯愁时，他不愿意10年后的自己也是这样。

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，更多的是绕圈式的原地踏步，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。”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

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成了“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。

一颗白果背后的 职企“双向奔赴”

通讯员周汉均报道 “罗总，这是今年刚下的白果吧？看着还挺诱人。”近日，浙江双羊集团有限公司举行妇联成立大会，宁波慈溪市附海镇妇联主席谢建英到公司出席会议，会后在公司总经理罗圆圆办公室小坐闲谈，看到了茶几上摆着一碟炒好的白果。

“对，你尝尝看，入口香醇，回味还不错。”罗圆圆笑着给她递过去，“这个白果可是有故事的。”“什么故事？说来听听！”听到这话，一下子勾起了谢建英的好奇心。

“公司花园里的银杏果大丰收，每年落果之后，员工们都喜欢去捡。这其中就有一个来自贵州安顺的女员工，前些天，她捡了果子弄干净炒好，给我送过来。你看，她还特地给我配了一杯奶茶。”罗圆圆接着说。

“贵州的女员工？”“对，这个故事说来话长，我来讲给你听。”双羊集团总经理办主任、工会负责人杨杭莉接过了话头。

这位女员工叫李玲，贵州安顺人，已入职10多年。2021年11月，杨杭莉在车间微信群通知，如果有职工生病住院，除了医保之外，公司工会还为员工参保了职工医疗互助保险，按相关提示要求操作，即可报销。“然后，李玲就加了我的微信，向我咨询报销的事情。当时她得了重病，看病期间做了8次化疗，头发全都掉完了，心理上、经济上都受到重创。”得知

情况后，杨杭莉提醒李玲及时申请工会职工互助基金，并介绍了公司的帮扶政策，还对她进行心理疏导。

故事还没完，李玲是个爱美的员工，为了安慰她，杨杭莉还表态说工会可以资助她买一顶假发，让她拿发票来报销。李玲说假发已经买好了，只是价格太贵了，不好意思报销。“我想假发能有多贵，我给我妈在网上买过假发，很便宜，两三百、四五百元都有。结果李玲说她花了2500多元。我想我都表态了，便宜也好，贵也好，肯定要给她报销，就把这个情况汇报给了罗总。”

罗圆圆也马上回复杨杭莉说，“这个钱不用工会支出，她个人赞助，只要李玲喜欢就好，心情好，病情就恢复得快”。她还立即让杨杭莉转了3000元钱，多余的钱嘱咐李玲买点营养品，让她打起精神好好养病。

这让李玲特别意外，也特别感动。杨杭莉说，今年3月，李玲返岗，车间领导和同事们对她都很关心和照顾，她的身体慢慢得到恢复，干劲十足，在今年中秋活动上还唱了两首歌，“这不，炒了白果还给我们送过来”。

李玲战胜疾病，回到岗位，曾经的假发成为温暖的回忆。杨杭莉说，“去车间给李玲拍照片的时候，可爱的插头二车间工友们都成了摄影指导，七嘴八舌要求我把李玲‘拍得好看一点’，特别温暖。”