

二十年烟火暖桑榆 一餐百味邻里情

近日，沈阳市沈河区北站街道山东堡社区“家文化”广场暖意融融，一年一度的“百家宴”热闹开席。而今年的欢聚，不仅是邻里团圆的盛宴，更是社区爱心助老食堂成立二十周年的纪念盛会。二十年来，一群平凡的社区志愿者不计报酬、默默坚守，从一无所有到烟火常明，用一碗碗热饭撑起了辖区老年群体的“幸福饭桌”。

山东堡社区是典型的老旧小区，空巢、独居、高龄老人较多。2006年，社区发现不少老人因子女不在身边、买菜做饭费力，常常凑合吃饭。于是，一批热心居民和党员志愿者自发站出来，萌生了开办爱心食堂的想法。

彼时的爱心食堂，没有标准场地、专业设备和专项经费，一切从零起步。曾坚守食堂数年的资深志愿者李阿姨感慨：“最难的时候，食材涨价、场地简陋、人员短缺，食堂数次难以为继。志愿者们没有工资，还常自掏腰包补贴。”志愿者秦阿姨则说：“我们想好了，现在为老人服务，等我们老了，也会有新志愿者来服务我们。希望通过努力，把志愿服务精神传递下去。”

从简陋小屋到规范整洁的社区助老食堂，从寥寥几位志愿者到队伍代代接续，二十年间，爱心食堂在风雨中坚守。如今，食堂菜品日日翻新、荤素合理搭配，兼顾低盐、少油、

软烂的老年饮食特点。食堂每月仅收费80元，每周固定两次面食，一周菜品不重复，彻底解决了老年人“做饭难、吃得单一”的难题。

81岁的独居老人王大爷是食堂十余年的老食客，“以前我一个人住，腿脚不好，买一趟菜费劲，做一顿饭吃好几顿。自从有了爱心食堂，每天准时热菜热饭，干净卫生、价格还便宜。”

本次百家宴活动中，志愿者们早早忙碌，精心制作特色铁锅炖、凉拌菜，居民还带来了红烧鱼、狮子头、拔丝白果等拿手好菜，荤素摆满长桌。辖区老人们围坐一堂，共话家常，品尝佳肴，畅谈社区变化，细数食堂二十年的温暖瞬间。老人们举杯致意，向坚守二十年的志愿者表达最真挚的感谢。

一餐百家味，二十年桑榆情。如今，山东堡社区爱心食堂早已扎根民心。未来，社区将持续优化助老食堂服务，完善菜品、细化举措，延续志愿初心，用持续的温暖烟火守护辖区老人“舌尖上的幸福时光”，让居家养老更安心、更舒心、更幸福。

本报记者 赫巍利 文 王迪 摄



沈阳市沈河区北站街道山东堡社区“家文化”广场暖意融融，一年一度的“百家宴”热闹开席。



每道菜都饱含爱意。



今年的欢聚，不仅是邻里团圆的盛宴，更是社区爱心助老食堂成立二十周年的纪念盛会。



二十年来，一群平凡的社区志愿者不计报酬、默默坚守，从一无所有到烟火常明，用一碗碗热饭撑起了辖区老年群体的“幸福饭桌”。



这里有浓郁的人情味。