



责任感 没有黄昏

人到暮年志不休,壮心不已精神抖。

梁复员、薛铭勋、丁官保、王建华、谭西几名退休人员的事迹,是广大退休人员中的一个缩影。他们有的退休不久,有的已经80多岁高龄,本该在家颐养天年,安享清福,但他们有一份不忘初心的坚守,哪里有需要,就去往哪里。他们的故事也说明,在老龄化进程加速的当下,“延迟退休”可以开发利用好老年人力资源,发挥他们的聪明才智和丰富经验,奉献社会,服务他人,促进经济社会协调发展。



谭西(左四)和队员们在排练舞蹈。
黄欣雨 摄



薛铭勋在帮助袁霞斌做康复训练。
何春林 摄

核心阅读

朝阳青春固然可贵,但人到暮年,有了大半生的阅历,积累起来的处事经验,何不是暮华之时的珍贵财富。

3月12日,《中华人民共和国国民经济和社会发展第十四个五年规划和2035年远景目标纲要》公布,明确提出按照“小步调整、弹性实施、分类推进、统筹兼顾”等原则,逐步延迟法定退休年龄。延迟退休一时成为热议的话题。

记者发现,在株洲,早有一些人对“延迟退休”有了体验,他们“退而不休”,不甘寂寞,在自己的本行或在其他领域继续努力工作,服务社会。近日,本报记者走近几位“退而不休”者,记录他们埋头苦干,持续发光发热的事迹。

1

畜牧人梁复员: “编外”传授养殖真经

畜牧兽医工作很辛苦,工作环境又脏又臭,愿意长期扎根一线的人不多,但渌口区畜牧水产事务中心的梁复员一干就是40年。如今,已退休的他依然在用过硬的专业知识和丰富的经验为养殖户无偿服务。

人退休了心难退

今年64岁的梁复员肤色黝黑,体型精瘦,一副老农人模样,同事和养殖户都称呼他为老梁。

在岗位的40多年里,梁复员肯吃苦、肯钻研,专业知识过硬,长期扎根一线,积累了丰富的经验,成为了单位的一名技术骨干。2017年,梁复员正式办理退休手续,离开了奋斗多年的工作岗位。

“当时办退休手续的时候,心情很复杂。”梁复员坦言,离开单位那一刻,心里喜忧参半,喜的是辛苦多年,肩上的担子终于可以放下,忧虑的是对工作岗位的不舍,对畜牧生涯的不舍。

其实,所在单位对于梁复员退休也是不舍,相当于一名技术骨干。不过,梁复员却没有离开单位。他休息一段时间后,主动申请成为渌口区畜牧水产事务中心夕阳红党支部的一员,用自己的专业知识和经验,为畜牧工作继续发挥余热。

使命责任不退休

2018年,非洲猪瘟疫情大肆蔓延,基层畜牧兽医工作者毅然冲在第一线,筑起防控屏障。梁复员也主动向单位请缨,加入防控队伍,每天早出晚归下乡开展疫情排查,宣传防疫知识,提供技术服务。梁复员还坚持学习,将自己的经验与新技术结合起来,为养殖户提供技术指导。

“遇到问题,给他一个电话,他就会上门。”养殖户张志辉回忆,梁复员常上门指导养殖户,分享喂养、消毒等方面的经验。一些养殖户考虑到他已经退休,属无偿服务,便主动支付劳务报酬,可都被梁复员婉拒。“我上大学学的费用是国家出的,养殖的技术是单位教的,自己学兽医技术没花一分钱。”梁复员说。

“送到手里的钱都不晓得接,干了一辈子了也没赚几个钱。”梁复员的妻子虽然嘴上埋怨,对其丈夫的工作却十分支持,不但家里的大小事务都一力承担,有养殖户到家里请教,她还做好饭菜热情招待。

如今,梁复员依然坚持投身于畜牧兽医工作,对于养殖户的求助,他总是有求必应。梁复员说,他这辈子没有什么大的成就,但只要社会需要、养殖户需要,只要身体还健康,就愿意继续履行作为畜牧人的使命与责任,活到老,干到老。



丁官保(左)坐诊时,指导苏美翠学把脉。刘平 摄

延迟退休将至 他们“先行体验” 绘出别样夕阳红

株洲日报·掌上株洲记者/何春林 刘琼 黄欣雨 廖智勇 刘平 通讯员/史文恺 王炯

2

退休工人薛铭勋: 迷上康复训练的“助训师”

84岁的薛铭勋是石峰区煤气公司生活区的名人。退休后,他成了小区老人及体弱不便者的康复训练“助训师”。

每日陪伴,不厌其烦

薛铭勋曾是株洲洗煤厂职工,于1997年退休。退休后,他迷上了帮人做康复训练。

2019年8月,已中风5年的居民袁霞斌经邻居推荐,让薛铭勋协助其做康复训练。

根据医生的建议和自己总结的经验,薛铭勋每天3小时陪伴袁霞斌做康复训练。小区广场上,满头白发的薛铭勋陪在袁霞斌身旁,常被不知情的市民误认为是一对父子。

经过一年多训练,袁霞斌的身体状况有所好转,能抬起脚,手能抓住物品,语言能力有所恢复。

“北风风光,千里冰封,万里雪飘……”袁霞斌向记者朗诵《沁园春·雪》展示其语言恢复情况。他说,训练辛苦,薛铭勋陪他每天至少要走一万步。

目前,除了袁霞斌,薛铭勋还帮助

多人按照医生要求做康复训练。

“只要身体行就不退休”

为什么会被小区居民称为“助训师”?薛铭勋说,这与他的经历有关,他曾患过脑梗,但经过三个月的康复训练,肢体活动能力和语言能力基本得到恢复。

“俗话说,久病成医,反退休后也是闲着,还不如利用自己的特长帮助邻里。”薛铭勋说,他平日喜欢看关于中医、康复治疗等方面的书籍,多年来积累了一些经验。

对于薛铭勋,居民们赞不绝口。他们发现,薛铭勋对接受康复训练的居民都是手把手、不厌其烦地教,还分文不收。“像他和小袁,不是父子胜似父子。”小区居民陈琳说。

薛铭勋说,中风瘫痪患者生活质量较低,常常满脸愁容,但在自己的帮助下,不少病人能自理生活,还有一部分人重回社会岗位,这是他最有成就感的事。只要身体条件允许,他还会继续陪伴有需求的居民做康复训练。

乐。”丁官保说。

助医学爱好者圆从医梦

丁官保擅长以脉辨病,陪同公寻医问药的女青年苏美翠对此产生了浓厚兴趣。2019年3月份,在芦淞区从事服装销售的苏美翠主动向丁官保提出拜师学医的想法。

“要热爱中医文化,要有救死扶伤精神,不能以医术作为营利谋生手段。”对于苏美翠的请求,丁官保没有当场表态。在接下来的一年多时间,每逢丁官保在周日坐诊,苏美翠总会到场看丁官保给患者把脉诊断病情,并帮助就医的患者做一些力所能及的事。

“学医就是要有责任心,把患者当亲人。”丁官保发现,苏美翠有恒心,爱好医学,学习刻苦,非常细心,常为患者着想。于是,今年3月份,他和苏美翠来到市国信公证处办理了《传统医学师承关系合同书》公证,让苏美翠自公证之日起,连续跟师学习满3年,可获得参加执业医师资格考试或执业助理医师资格考试资格。

目前,丁官保已在长沙、湘潭、常德和株洲,为5名医学专业人士及非医学专业、但有志学医的青年办理了师承关系公证。丁官保表示,在退休生活中,遇到有学医梦想的青年,还会继续尽力帮助,自己会将学术思想和临床经验倾囊相授,为继承中医传统、弘扬国医精神尽一份绵薄之力。

4

退休民警王建华: “闲里偷忙”宝刀未老

身体不错,还有干事热情,虽然退休了,王建华却像以前一样忙碌。协调纠纷、帮助摸排走访……脱掉警服的他,依然是居民们的“平安卫士”。

刚退休,又入驻退休民警工作室

“老王,你来评理!”3月22日,董家段公安分局退休民警工作室,61岁的王建华刚坐下,两名中年女子怒气冲冲地走了进来。原来,这两人是邻居,分别住在上下楼,楼下住户埋怨楼上住户夜间走路声音大,影响休息。而楼上居民认为,楼下居民故意找茬。

“你们两家认识不是一两年了,从父辈起就是老熟人。为了这点小事把关系搞僵,未必还真要搬家不成?不划算。”弄请来龙去脉后,王建华直入主题。

调解中,他找准纠纷切入点,晓之以理,动之以情,让两名当事人握手言和。

王建华曾是一名社区民警,从警近20年,在去年5月退休。退休前,他负责管辖新泉、新立两个社区。这两个社区地处城乡结合部,社情复杂,矛盾纠纷不少。

由于是土生土长的当地居民,加之长期扎根基层,王建华已是当地居民的老熟人。大到治安、刑事类警情,小到邻里纠纷,居民们总爱找他。

按理说,王建华干了几十年公安,退休后终于能够清闲,但闲不住的他主动“揽活儿”。

“我身体还行,突然闲下来很

不适应。况且现在警力紧张,我和辖区居民关系都不错,可以帮他们分忧。”王建华说,去年5月底,刚退休不到一个月,他就主动入驻退休民警工作室。就这样,他和其他20多名退休民警,每天在工作室值班,接受群众咨询、求助,协助派出所调解矛盾纠纷。

宝刀未老,助甘肃警方擒逃犯

虽然不能再穿警服办案,王建华却始终用一名警察的标准要求自己。

去年12月,甘肃警方向董家段派出所发来一份协查通知函。原来,一名涉嫌经济犯罪的逃犯曾出现在龙苑小区。

这个小区民房多、租户多。若警方大张旗鼓去搜查,肯定会打草惊蛇,如何尽快抓住逃犯?

“那里地形我熟悉。”得知此事后,王建华自告奋勇打头阵。随后,他带着从甘肃省赶来的便衣民警,以采集信息为名,开始入户走访。

经过5个小时连续摸排,他们找到了嫌疑人藏匿的居所。很快,这名逃犯落网。

当好社区民警有何秘诀?总有年轻民警向王建华“取经”。他说:“关键要有‘四心精神’,即关心、细心、耐心、用心,才能将工作做到群众心坎上去。”

虽年过六旬,王建华依然干劲十足。这段时间,株洲政法系统在开展教育整顿工作,作为退休老民警,王建华发挥传帮带作用,帮助年轻民警。

5

社区老书记谭西: “半路出家”习舞忙义演

退休以前,作为操坪社区党总支书记、主任的谭西,每天忙得像个陀螺。她于1997年进入操坪社区居委会工作后,一干就是24年。社区工作较为繁琐,但谭西每件事都亲力亲为,“做什么都是一心一意”。

当工作的劲儿“烧”得正旺的时候,二十多年的工作生涯却画上句号。2019年,50岁的谭西退休了。别人打趣她,“还这么年轻,去干嘛好呢?”她自己也无法接受无事可做的日子,“呆在家里真不是个滋味”。

“半路出家”学习舞蹈

谭西还没来得及为空闲的退休生活忧虑,就被以前的同事拉去加入了建宁广场舞队。这一下,一发不可收拾。去年,她又成为市排舞协会的一员。

在此之前,她从来没有想过自己会和舞蹈结缘。“跳起来手脚都不对称”。从站在最后一排,一招一式地学,到自信地站在第一排,带领姐妹们一起跳,她花了两年时间。“我就是这样,做什么都要做好。”

有一次,谭西一家计划了十天的北京旅行,但团队又即将登台表演健身球,姐妹们都在紧张地排练。为了跟上进度,谭西



王建华(左一)在进行义务巡逻。通讯员供图