

# 他数年如一日义务照顾孤寡老人

## 专访拉萨市城关区策门林社区“双联户”组长格桑扎西

在拉萨市城关区吉崩岗街道策门林社区，一位深受众人敬佩的“活雷锋”让人印象深刻，他便是党员、“双联户”组长格桑扎西。自2021年起，他便主动肩负起照顾更拉老人的重任，不仅关心老人的日常三餐，更是细致入微地照料着老人的生活起居。他的善举，早已在邻里间传为佳话。“格桑扎西总是用心地照顾着大院里的孤寡老人，更拉老人已经是他精心照料的第三位了。”邻居次仁扎西说。今天，让我们一同走进策门林寺大院，聆听这个温馨动人的故事，感受那份由心而发的关爱与温暖。

文/图 记者 赵越

### 心地善良的他 主动承担起照顾老人的责任

2021年，策门林社区来了一位特殊的居民——更拉老人。她是一位无儿女的孤寡老人，原籍昌都，早年迁至拉萨，并在此扎根生活。然而，命运却在她的晚年给了她一次沉重的打击。几年前，更拉老人的双腿突然瘫痪，使她瞬间失去了独立生活的能力。相关部门在得知这一情况后，出于对她生活安全的考虑，曾提议将她送往拉萨市城关区老年人日间照料中心，但老人却坚定地拒绝了这一安排。随后，她便住进了策门林寺大院公房。

当格桑扎西初次遇见更拉老人时，他那颗善良的心瞬间被深深触动。在老人刚搬进大院的日子，她原本由拉萨市城关区普阳社会工作者和志愿者服务协会进行照料。然而，尽管志愿者们精心准备了营养均衡的饭菜，更拉老人却对此表现得毫无兴趣。在老人的心中，她渴望的并非只是物质上的满足，而是那份源自家的味道和温暖。于是，她私下里向格桑扎西表达了她的愿望：“能否请你帮我买些牛肉呢？我想亲手做些‘夏馍馍’（藏语肉包子的意思）。”

为满足老人的心愿，格桑扎西毫不犹豫地承担起了照顾这位无依无靠的孤寡老人的责任。他的善举不仅赢得了老人的深深感激，更得到了家人毫无保留的支持。从此，格桑扎西的生活里就多了一份责任。

无微不至地照顾 一日三餐一做就是三年多 老人的饮食习惯简单而朴素，她偏爱糌

粑粥和“夏馍馍”，偶尔也想品尝一些清炒时蔬。然而，由于年事已高，她并不喜欢食物中添加过重的调料。这些细微之处，格桑扎西都细心地记在心里。

每天早晨，格桑扎西都会准时出现在老人家中，为她精心熬制一碗香醇的糌粑粥；到了中午，他在忙完自家的午餐后，有时甚至来不及吃上一口，就急忙赶往老人家，为她准备可口的午餐。这样的日子，已经持续了整整三年，从未间断。“人嘛，每天都要吃饭。”格桑扎西说道，“与老人接触久了，也渐渐赢得了她的信任。这份信任，让我更加坚定地继续照顾她，为她带去家的温暖。”在格桑扎西的榜样作用下，他的女儿白玛措姆也主动加入了照顾更拉老人的行列中。白玛措姆表示：“我学习的是老年护理专业，当爸爸因为某些原因不便时，我就会承担起照顾老人的责任，为她更换尿布、擦身体。”

随着时光流逝，更拉老人逐渐感受到了大院里弥漫的温暖与关爱。她的脾气不再如初来乍到那般倔强，而是变得愈发温和，脸上的笑容也愈发灿烂起来。

### 社区里的“活雷锋” 由他照料老人大家都放心

在策门林社区，像更拉这样的孤寡老人还有两位。这些老人感受到了无微不至的关怀与照料，仿佛找到了一个温暖的“新家”。

策门林社区第一书记德央介绍道，社区首先为孤寡老人提供免费的住房，确保他们有一个安身之所。其次，每天10时，社区的网格员都会准时入户探访，了解老人们在日常生活中遇到的困难，并提供及时的帮助。此外，每逢节日，社区居委会还会特意慰问孤寡



格桑扎西为老人倒上一杯甜茶。

老人，为他们送去节日的祝福和关怀，让他们感受到社区的温暖与陪伴。

“在我们社区，大家都叫格桑扎西‘活雷锋’，他无私奉献的精神和关怀他人的行动深受大家敬佩。因此，我们毫不犹豫地将孤寡老人的照料任务交给他，对他充满了信赖。每当用餐时间，他都会细心地将当天的菜品拍照，发送到我的微信上。”德央如此说道，言语中流露出对格桑扎西的深深赞赏。



城关区塔玛社区老年人日间照料中心工作人员为老人清理便壶。

听党话·感党恩·跟党走

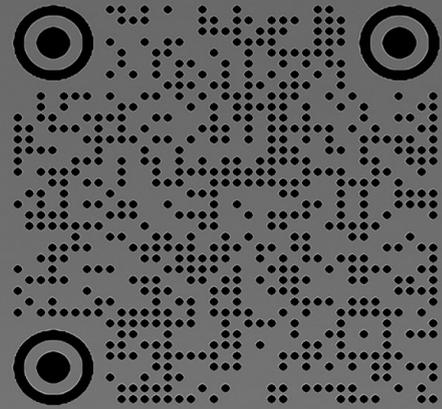
全面的 及时的重要通知 国内要闻 总有一条信息 旅行攻略

是你或TA需要的! 搜热点国内国际 权威发布 活动招募 考录信息 要闻 精彩瞬间 等你发现... 本地资讯 招聘求职 民生 重大项目进展 权威发布 大美西藏 吃喝玩乐 有料有趣 权威发布 民生 重大项目进展 权威发布 大美西藏 吃喝玩乐 有料有趣 权威发布 民生 重大项目进展

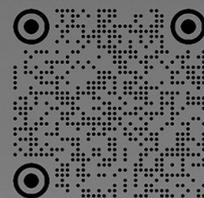
# 扫码关注

西藏日报

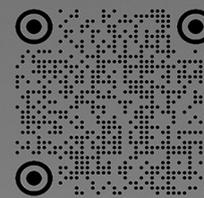
坚持政治家办报



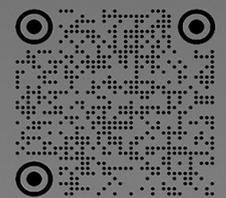
西藏发布微信公众号



西藏日报微信公众号



西藏日报藏文媒体微信公众号



西藏商报微信公众号