

对许多人而言，一座城市的烟火气尽在花样经不断的一日三餐里。复工复产复市的当下，嵌在居民区、商务楼宇里的社区“大食堂”陆续恢复运转。从一开始只提供客饭到上新面点小吃，再到逐步恢复堂吃，“大食堂”正一步步还原人们最为熟悉的味道。许多上海人对早餐吃个肉包子有种执念，愿意为买到好吃的肉包子，排上近一小时的队也大有人在。

生活中的小确幸，还不仅仅是晨间那只热气腾腾的肉包子，还有中午那顿镬气十足的炒菜。饭食之外，人们留恋的还有那些普普通通，却将生活填补得更为充实的家长里短。戴上口罩、保持着一米的安全距离，熟悉的邻里又见了面，互相寒暄几句，久违的暖意立即涌上心头……

■本报记者 王嘉旖



心心念念的肉包子又上桌了

来自市民政局的最新数据显示，目前本市日均提供老年助餐服务已达1.5万余客。

3月16日起，彭浦新村街道的四家社区食堂全部恢复供应，一并回到餐桌上的还有老人们心心念念的肉包子。负责人董钧棠对于自家出品的肉包子十分自豪，“只只都是50克肉馅、75克面皮，这样做出来的肉包子料足、吃口好。”

为了尽量减少老人出门的次

数，重新开张的彭三社区食堂还专门推出了早点套餐。一份套餐12元至13元不等，包括肉包子、菜包子、刀切馒头等老人们喜欢的各种点心。董钧棠说：“买上这样一份套餐，一般能解决老人两到三天的早饭。”此后，食堂又陆续恢复了中饭、晚饭堂食和外带，恢复了16道菜荤素搭配、营养丰富，满足了社区老人们想吃自选菜的念想。

镬气十足的炒菜，是最深刻的“舌尖记忆”

董钧棠所在的连锁餐饮店经营着上海多家社区食堂。为确保整体菜品质量，他每周都会轮转多家食堂，有时还会亲手炒制当周新品，给厨房里的小师傅们做示范。

位于安亭镇墨玉南路888号的上海国际汽车城大厦白领食堂，是董钧棠最近常来帮厨的地方。一周里总有几天，他会驱车数十公里从市区赶到这里。做中餐的人大都讲究感觉和经验，但董钧棠却有些不同，他更看重的是“标准”，“我希望把每一道菜配比都固定下来，这样食客每次都能吃到水准一致的菜。”

时针指向上午9点半，白领食

堂后厨俨然已成为“战场”。“动作快点！”一走进厨房，董钧棠就语速都快了许多。下油、翻炒、装盘……凭借多年经验，他的每一个动作都精准到位，转眼一大份油焖大虾热腾腾地出锅了。2月3日，上海国际汽车城大厦就已陆续有企业复工。一周后，位于二楼的白领食堂也被“催”着开张了。从恢复营业至今，白领食堂每天卖出的套餐已从最初的200多份增至目前的560多份。

大铁锅炒出来的菜带着一股镬气，说不出哪里特别，却让许多年轻小白领格外想念。董钧棠坚持的“标准”，也成为他们最深刻的“舌尖记忆”。

一餐饭食之外，老人们更想念家长里短

上午10点，距离浦东新区洋泾社区食堂的午市饭点还有一小时。90岁的张宝华老人早早来到食堂，“占”好心仪的座位。许多老人和他一样，也陆续走进食堂。戴好口罩、一人一桌，老人们都十分自觉且严格地遵守着防疫规定。

洋泾社区食堂是沪上首批开放堂食的社区食堂。负责人鲁小锋告诉记者，开放堂食是为了满足社区老人的刚需。

在尚未恢复堂食前，鲁小锋就遇到数位老人前来询问食堂何时开放。他留意到，来问的多是独居老人，社区食堂关门期间，他们的饭食常常对付了事。鲁小锋心想，何不恢复堂食，让老人用餐更放心呢？他的想法与洋泾街道社服办负责人一拍即合。就这样，大家开始筹备起来。重新规划出入动线、在地面划

上一米间隔的等待黄线、入口处安排专人测温……尽管恢复食堂需要做各种细致准备，但鲁小锋觉得值得，“这既是生活逐步回归常态的标志，也是满足社区老人们最朴素的期待。”

在一餐自选搭配的午饭之外，更吸引老人们的是久违的生活气息——重新开放的社区食堂更漂亮了，一盆盆长寿花摆放在窗台上，紫色花朵拥簇成一团，煞是精神；等待开饭的时候，大家还会隔着桌子打声招呼，顺便聊上几句。

社区食堂目前只面向60岁以上老人开放堂食，年轻人可以在点餐后选择打包外带。恢复堂食至今，社区食堂的就餐人数已从一开始的近50名老人翻番至百人。来来往往的人多了，一餐餐再简单不过的饭食中，流淌着的是至为珍贵的人间之味。



镬气十足 暖意满满 “大食堂”又开门了

记者手记

对独居老人而言，一份由社区食堂出品的午餐，意味着买沃烧的担子卸下了一半；

对已复工复产多日的年轻小白领来说，大食堂里那份荤素搭配得宜的午市套餐，意味着不必纠结每天带饭还是吃泡面；

对许多社区居民而言，重新开张的社区食堂，更是带来了他们翘首以盼已久的“网红菜”。一个馅心扎实的肉包子、一份将油控制得恰到好处的干煎带鱼，是他们平凡生活里重要的幸福感来源……

一日三餐，在人们生活中占据的分量不言而喻。重新转起来的社区“大食堂”，不仅满足了居民们的味蕾需求，更将久违的生活气息也带进大大小小的社区之中。除了在意甜口味之余，人们更习惯那个烟火气十足的用餐环境，或许有些喧闹，或许带着些许油烟味，却都是生活中最质朴、最原本的味道。

本版摄影 本报记者袁婧



助老员回来了、日托所和睦邻点也开了……

养老服务“重启” 欢声笑语回归



■本报记者 王嘉旖

助洁、清扫服务“点单率”最高

人行14年的助老员孙亚芬，讲起话来语速飞快，充满活力的样子最合老人们的眼缘。

今年2月中旬，孙亚芬接到结对老人周月蟾的电话。93岁的周月蟾老人去年刚动过一次大手术，平时家里的重体力家务活都由孙亚芬承担，每周上门服务2次，一次两小时。眼看着家里需要洗的衣服积攒成堆，地板也蒙尘许久，好不容易捱过春节假期的周月蟾，几乎天天盼着孙亚芬登门。打完电话，孙亚芬立即把老人的需求向街道反馈。街道养老服务中心很快决定，根据社区老人的实际生活需求，逐步恢复居家养老服务。

2月的一天上午，孙亚芬再次敲开周月蟾老人的家门。她知道老人爱干净，因此一进门就马不停蹄，从客厅、厨房到卫生间，把家里的角角落落都打扫得干干净净。看着家里亮堂了，老人的心情也跟着好了起来。（上图）

助老员孙亚芬服务的北新泾街道地处长宁区西部，以老旧小区为主，老龄化比例高达40.29%。社区里，年满90周岁、符合一定条件的老人均可享受居家养老服务。人行多年的孙亚芬十分懂得老人们的需要——助洁、清扫服务总是“点单率”最高。

“黏糊糊的感觉没了，心情也好了”

天气渐热，洗上一次舒舒服服的热水澡成为不少老人最挂念的事。3月16日起，黄浦区淮海中路街道的西成睦邻点，在各种防疫措施到位后重新开放。睦邻点运营机构乐享聚家负责人万丽华告诉记者，率先开放的是包括洗浴、洗衣等在内的基本服务，以满足社区老人的刚需。

伴随沪上养老服务纷纷“重启”，老人们熟悉的便利生活又回来了：不方便清洗的大件衣物、床单，可以选择直接去社区睦邻点清洗、烘干，彻底告别历经一个冬天的“黏糊糊”；语速飞快、充满活力的助老员上门了，为家里带来了熟悉的欢声笑语；心心念念的日托所也重新开放了，老人们曾经的种种焦虑、不安也在逐渐恢复如常的生活里一点点被抚平。

3月17日一大早，在与工作人员预约后，94岁的孙贵顺阿婆在女儿的陪伴下来到洗浴区。和往常不同的是，这里新添了紫外线消毒灯，专门对老人们的换洗衣物进行消毒。每一位老人洗浴过后，工作人员还会对浴室里里外外进行消毒。此外，洗浴区域还设有无障碍洗浴间，专门为坐轮椅的老人服务。为了保证消毒到位，西成睦邻点定下规矩，每天最多接待3位老人。

西成睦邻点的洗衣项目，也是周边社区居民有口皆碑的“明星服务”。四台洗衣机、两台烘干机在洗衣区一字排开，人们可以通过预约，清洗棉衣、床

单等大件衣物。重新铺上洗净的床单，老人们笑着说，“黏糊糊的感觉没了，心情也好了。”

很多时候，老人们只是需要倾诉

这段时间，新华居家养老服务中心助老员杨学芬从未暂停上门服务。对于跟老人“请假”这件事，她总会有些于心不忍，“每次到了上门服务的时间，老人们都会在家里盼着，等我们上门。”

除了基本生活服务外，“陪聊”也是助老员们的一项重要工作内容。对此，杨学芬已经摸索出一套安抚老人的“最佳方案”——静静聆听、不参与评论，“很多时候，老人们只是需要倾诉。”

人员稳定，是长宁区新华居家养老服务中心助老员队伍的一大特点。多年的相处，助老员早已与老人们积攒了非同寻常的情分，形成了一种“类亲子”关系。这些年，每次出门，杨学芬总会逛逛老年服装店，为结对老人看看有没有合适的衣服。给老人买衣服并不容易，既要款式合心意，还要价格适中。“时间长了，老人们的喜好我比较了解，能帮忙的就顺手帮个忙。”杨学芬说。

让“小老人”也能歇一歇

“闭门”两个多月后，地处松江区的华中公寓老年人日间照料中心本月起重新对外开放。

上午8点不到，收到日托所重新开放消息的任阿婆，早早候在了大门口。96岁的她，既是日托所里年纪最大的老人，也是入托时间最长的老人。由于腿脚不便，任阿婆每天都由女婿推着轮椅接送。

和任阿婆一样，这家设在居民区里的日托所格外受欢迎，许多老人一来就是好多年。86岁的倪老伯道出爱来日托所的原因——“自在”。与老人们熟悉的“生活圈”几乎零距离的日托所，有着天然的地缘优势。老人们来到这里，总觉得好像在家一样。临近中午，倪老伯还会催促着工作人员赶紧“拉上帘子”，随后，坐上自己习惯的沙发开启“午休时间”。

在工作人员孙梅看来，日托所的重新开放不仅为人托老人带来更多与同龄人相处的时间，也留给社区“小老人”难得的喘息机会。此前，他们不仅要费力照顾自己的孙辈，还要不间断照顾年迈的父母，“现在日托所开放了，他们可以利用这些时间歇一歇，做点自己想做的事情。”

相关链接

为进一步恢复生产生活秩序，上海因时因势优化调整防控策略举措，及时更新行业防控规范。3月下旬，市民政局发布《本市民政系统服务行业疫情防控工作规范（第二版）》。

《工作规范》指出，社区长者食堂和老年助餐服务点，要继续做好老年人上门送餐保障，并可在做好各类疫情防控措施的情况下逐步恢复堂吃；居家照护服务方面，要在充分尊重服务对象意愿的基础上，做好各项疫情防护措施，有序开展服务。此外，综合为老服务中心、日间照料中心、老年活动室、睦邻点等为老服务场所在做好各类疫情防控措施的情况下，可采取预约限流、规划开放区域、控制人员密度等方式，逐步有序开展服务。