

# 春节我在岗 服务不停歇

过年期间,在人们休闲放松的时候,社区服务“不打烊”。居民有需要,网格员马上来,送上温暖和感动。记者走访了解发生在大年初一到初六的突发事,带您看一看网格员们在忙点啥。

## 修好电视

除夕夜,玉园南社区网格员姚文静与维修志愿者,上门为独居老人维修电视。

当日傍晚,网格员接到西机路65号院76岁刘大爷的求助电话,电视出现蓝屏,收不到节目信号。孩子在国外没回来,老人想看央视春晚,希望尽快修好。经检查,是机顶盒信号接口松动所致。志愿者重新插紧信号线,将信号源调回机顶盒模式,很快就恢复了正常播放。此时,距离春晚播出还不到半个小时。网格员没急着走,而是手把手教老人如何切换信号、调节音量,避免再出现类似问题。

刘大爷高兴地说:“多亏了你们,这下能安心看节目了。”



网格员孟雅洁与电工师傅春节期间上门维修电路

## 恢复供电

“小孟,我家停电了,啥也干不成了。”大年初二晚上7时,上庄街1号院的居民李大娘给东社社区网格员孟雅洁打去电话,希望尽快处理。

这位独居老人81岁,儿子在外地工作,由于要值班,大年初三下午才能返回。网格员马上联系物业的电工师傅,一起赶到家里。电工首先排除了欠费的原因,随后检查楼道的配电箱,一切正常。入户再看,终

于发现是空开装置老化导致跳闸,并且触点出现烧灼发黑的情况,需要更换配件。10分钟后,电工取来新配件,很快换好,合闸后恢复了照明。

老人端来热水,连声道谢:“喝点水再走,大过年的给你们添麻烦了。”网格员摆摆手说:“大娘,这是我们应该做的,有啥事尽管打电话。”随后,网格员和电工师傅又仔细检查了一遍家中的电路,这才放心离开。

## 上门调解

大年初三晚上12时30分,和平苑社区网格员刘晓莉接到居民的电话,反映楼上动静太大影响休息。原本已经休息的网格员放下电话,穿衣出门。

在和平苑小区内,居民陈女士一见面就说了经过:“我家娃才2岁,楼上一群年轻人又唱又跳特别吵,孩子被吵醒好几次,一直哭闹。”网格员入户沟通,楼上来了很多亲戚,正彻夜娱乐,音乐声很响。经过劝说,对方意识到不妥:“光顾着高兴,没留意时间这么晚了,实在抱歉。”说完,对方关闭音箱,并保证动作轻一点,不会再影响邻居们。

## 止住漏水

大年初三上午,和泽苑社区网格员高小梅接到了露泽园小区居民张大爷的紧急求助。客厅的吊顶一直滴水,墙面被浸湿,但上楼敲门没回应,非常着急。

网格员通过社区居民信息平台,查到了楼上住户的联系方式。沟通得知,这家人在海南过年,一时间回不来。对方也很着急,委托网格员帮忙处理。根据对方提供的智能锁密码,网格员进了屋子,发现地板有很多积水,是卫生间一根连接马桶的进水软管漏水。关闭家里的总水阀后,两名网格员清理了积水,并将具体情况告诉了住户。对方表示,回来后第一时间维修,并负责为楼下邻居修复受损的墙面。事情得到了解决,张大爷悬着的心终于放下来,对网格员的贴心服务表示感谢。

春节期间,许多社区都安排了人员在岗值守,及时解决居民的身边事,让大家度过了安心愉快的假期。

记者 李涛 文/摄

## 外出突发疾病 社区及时救助

本报讯(记者 郭晓华)2月21日,农历正月初五,桃园南路第一社区上演暖心一幕:一位七旬老人外出时因病被困路边,幸得正在辖区巡查的社区工作人员及时救助,最终安全返家。

当天下午,社区副书记秦红霞与网格员史银花坚守岗位,像往常一样在辖区路段进

行安全巡查。行至康乐街农发行小区门口时,发现一位大娘独自坐在路边,面色痛苦,神情无助。两人见状立即上前查看,并询问情况。经沟通得知,老人患有糖尿病、高血压等疾病,回家途中,突然感到头晕目眩、双腿无力、无法行走,因而被困在此。考虑到天气寒冷,老人身体状况不佳,秦红霞与

史银花一边安抚老人,一边根据老人提供的信息与其家属取得联系,并详细告知现场情况及具体位置。

在等待家属赶来的过程中,两人始终陪伴在老人身边,贴心照料。她们的守护,让老人感到安心与温暖。直到家属赶到现场,将老人安全接走,秦红霞与史银花才转身离开。

## 老人急需陪护 格格帮忙解忧

本报讯(记者 韩睿)父亲在医院急需陪护,儿子却接到紧急通知,需立即返岗,情急之下只得向社区求助。面对居民紧急求助,网格员毫不犹豫放弃走亲戚的计划,赶到医院全程陪护,直至下午其亲属赶到交接后才放心离开。

2月23日早上,新华西社区网格员孙丽接到辖区居民李先生打来的求助电话,语气急切:“我父亲还在医院,单位突然有急事要我马上赶回去,实在找不到人陪护,能不能麻

烦您帮忙照看半天?”据了解,李先生的父亲因肺炎并发症正在住院治疗,每天早上到下午都需要输液、雾化治疗,原本由他全程陪护。不料当天清晨,他刚送父亲去了医院,单位便通知他立即返岗,家中亲属不能及时赶到,一时陷入两难的李先生抱着试试看的心态拨通了社区电话。接到求助时,正准备出门走亲戚的孙丽了解情况后,没有丝毫犹豫,当即调整个人计划,赶往李大爷看病的医院。抵达病

房后,李大爷正坐在床边等候。孙丽立即协助护士办理缴费、领取护理用具,又搀扶老人进行几项检查。随后在输液期间,她陪老人聊天,询问饮食喜好和身体感受,叮嘱其按时服药、注意休息,还打开手机,让老人听他喜欢的戏曲,缓解老人住院的枯燥与焦虑。

下午1时许,李先生的亲属赶到医院交接后,孙丽才放心离开。当晚,李先生特意致电网格员,再三表达感谢。

## 科学调整节奏 远离节后综合征

本报讯(记者 李涛)假期即将结束,从“休假模式”切换到“工作模式”,有人可能会出现疲惫、乏力、焦虑等情况。2月22日,玉园南社区举办的一场健康讲座上,医务人员给出专业建议:可通过作息、饮食、心理三方面科学调整,尽快告别身心不适。

本次春节假期共9天,是近年来最长的一次连休。有人安排了满满的行程,导致身体得不到充分休息。市民侯女士一家先后去了青岛、大连,每天大部分时间在景点或去景点的路上,晚上回到宾馆“一秒入睡”,但次日一大早又出发了。大年初六返回太原后,全家都感觉非常乏累。

市民周女士的肠胃出现了不适,吃啥也没胃口,去药店买了健胃消食片。买药时,药店的工作人员表示,最近来买这款药的人挺多,大多数原因是过年吃得太油腻、太多,导致肠胃“运转不畅”。

在讲座上,社区卫生服务站的医生给出建议。首先,要科学调节“生物钟”,每天早睡早起,尽快恢复到日常的节奏。其次,提前为肠胃“减负”,减少摄入重油重糖的食物和零食,适当多吃新鲜蔬果。另外,每天可以进行20分钟至30分钟的“微运动”,如快步走、瑜伽等,促进身体的“快乐激素”内啡肽分泌,赶走坏情绪。

从轻松愉快的假期氛围,回到紧张忙碌的日常,有人心理上会产生落差,难以集中注意力,工作效率低下。针对这种情况,可以将任务分解为若干小目标,每完成一个便给予自己积极反馈,逐步建立工作信心。

网格网事

