



金婚夫妇与志愿者合影。

这是爱情最好的模样

15对金婚夫妻现场传授婚姻“保鲜秘籍”

“我愿意以岁月为证，与你相守如初；以家风为魂，教后辈笃行不怠……”8月16日，北仑区柴桥街道芦北社区活动室内暖意融融，15对金婚夫妻身着中式喜服，携手走过红毯，共同宣读金婚誓词。

这场由北仑区民政局主办，柴桥街道芦北社区、北仑区惠家社会工作服务中心联合承办的“情系岁月 家风传韵”七夕金婚庆典，为携手走过半世纪的伉俪送上专属仪式感，更让观礼的年轻人体悟到婚姻的温度、家风的力量。

50年相守里藏着最生动的家风课

仪式正式开始前，化妆师为老人细细补妆，摄影师举着相机，捕捉着老夫妻相视一笑时眼角的皱纹与眼底的温柔。在“古礼新韵”环节，15对金婚老人在悠扬乐声中，完成沃盥礼、同牢礼、执手礼。

现场还为15对金婚夫妇赠送定制的金婚证书，上面印有姓名、婚龄，还印着每对夫妻的专属家风格言：俞东国夫妇的金婚证书上写着“尊重谦让”，曹川镇夫妇的金婚证书上写着“热心助人”，沃学正夫妇的金婚证书上写着“与人为善”……

80岁的李玮珍挽着老伴俞东国的手，红着眼眶难掩激动：“结婚50多年，这么热闹地迎七夕、过节，还是头一回。”

这对社区里出了名的“热心肠”

夫妻，退休后也不闲着。俞东国自掏腰包在社区设了“便民磨钥匙点”，十年如一日免费帮邻居磨钥匙；李玮珍则带着缝纫机摆摊，义务为大家缝补衣物。

“助人为乐就是我们家风的根。”俞东国说，这份善意早已悄悄影响了下一代。他的儿子是宁波市优秀共产党员，女儿是国企多年的“敬业标兵”，孙辈们也个个懂事上进。

72岁的曹川镇紧握妻子的手，感慨道：“当年结婚就一张床、一个木箱，除此之外，啥都没有。如今日子好了，踏实做人、热心助人的初心可不能变。”

作为社区里的“金牌维修工”，曹川镇于2017年加入社区乐帮义

工团，无论寒冬酷暑，谁家水管坏了、坐便器堵了，他随叫随到。

“婚姻啊，就像做维修，平时多些小修小补的包容，就不会有‘大修大补’的那一天。”曹川镇以朴实的比喻来形容夫妻的相处之道。

77岁的沃学正是这支乐帮义工队的“领头雁”。从2015年他一个人满社区跑着修水电，到如今队伍扩充到10人，平均年龄66岁，涵盖水电、木工、泥工等多个领域。

“社区里45%都是老人，有的换个灯泡都难，搭建这个队伍，就是想给大家搭把手。”沃学正说，年轻时日子苦，现在生活好了，就想多回报社会，“我教育外孙女就一句话：好好学，做对国家和社会有用的人。”

长辈倾囊相授婚姻“保鲜秘籍”

“婚姻保鲜的秘诀是什么？”在“金婚会客厅”交流环节，面对主持人的提问，老人们打开了话匣子。

80多岁的俞东国笑着说：“就两个字，谦让。当年条件苦，我和老伴两地分居，后来有了孩子，更是三地跑。难不难？难！但认准了彼此，就一起扛，相互包容着走。”

俞东国的老伴补充道：“磕碰肯定有，关键是记着对方的好，别总埋怨。两个人一条心，再难的坎也

能趟过去。”

“爷爷奶奶，你们吵过架吗？怎么化解呀？”大学生志愿者小张忍不住举手提问。

金婚老人黄师傅笑着说：“哪有不吵架的夫妻？但吵架时别争对错，先退一步。你让一点，我让一点，事儿就过去了。”

一句句朴实的话语，温润了年轻人的心田。小张感慨道：“以前总觉得‘家风’是个很宏大的词，今天

才明白，长辈们相处的点点滴滴，就是最好的家风教材。”

北仑区民政局婚姻登记服务中心相关负责人表示，此次金婚庆典是“家风传承系列活动”的起点。未来，当地将组建“金婚家风宣讲队”，邀请金婚老人走进校园、企业分享故事；同时组织青年跟着老人学服务，让“代际共学”成为家风传承的新方式。

记者 林微微
通讯员 李玲 喻凯芳 文/摄

一荤两素 花样每天翻新

这个社区食堂 推出9.9元适老特惠套餐

“今日菜单：红烧鸡腿、清蒸黄鱼鲞、烤麸、咸肉蒸蛋……”8月15日上午10点多，海曙区望春街道徐家漕社区老年食堂，迎来第一批迫不及待前来尝鲜的老年居民。明亮的打菜窗口前，几位老人正戴着老花镜，仔细研究着墙上公示的菜单和醒目的优惠信息。

对独居、高龄或行动不便的长者而言，“今天吃什么”往往是生活中的难题。徐家漕社区作为典型的老龄化社区，精准聚焦这一痛点，致力于破解居家老人的“吃饭难”困境。

这个老年食堂，约150平方米，窗明几净，桌椅齐整，打菜区、收盘区布局清晰，丰富的菜品陈列其间。

看着这个家门口的全新食堂，提前来熟悉环境的老年居民脸上无不洋溢着安心与喜悦的笑容。

为了让这份关怀更具温度、更可持续，徐家漕老年食堂推出惠民政策：社区60岁以下的居民可享九五折优惠；60至69岁的长者餐费降至九折；70至79岁享受八五折；80岁及以上的老人更能低至八折。所有菜品定价均低于周边市场价，切实减轻老人用餐负担。

尤为贴心的是，食堂每日还精心推出一款仅售9.9元的“适老特惠套餐”——包含一荤两素，营养均衡且每天花样翻新，让社区长者的餐桌常吃常新。

社区食堂的灯亮了，照见的不仅是热乎饭菜，更是从“老有所食”到“邻有所乐”的美好图景。“未来，我们社区将持续把办好老年食堂作为落实民生实事的重要抓手，努力满足辖区老人多层次、多元化的养老需求，让‘老有所食、食有所安’的愿景在这里稳稳落地，为共建共享温暖和谐的‘我们的家园’添上浓墨重彩的一笔。”徐家漕社区党委书记陈晓云表示。

记者 林伟 通讯员 陈洁 易懿行