

# 此心安处是吾乡

## 宁波“老漂族”如何融入城市新生活

在江北区慈城镇云鹭湾社区的公园里，每到上午7点左右就会热闹起来。来自江西景德镇的62岁老人吴丽华每天早上送外孙女去上学后，就会跟随社区太极队创始人杨镇刚学习打太极，还参加了朗诵班。身边是默契的伙伴，日子充实温暖。很难想象，几年前初到宁波时，她还是那个整日闷在家中、听不懂方言、没有朋友的“异乡人”。如今，越来越多像吴丽华一样的“老漂族”，挣脱漂泊孤寂，融入城市烟火，在第二故乡收获安稳与温暖。



江北区慈城镇云鹭湾社区太极队。



鄞州区潘火街道金谷社区开设“阿婆课堂”。



海曙区集士港镇明馨社区“爱乐”乐队。



随迁老人梅兰友就与本地63岁的居民陈忠萍结为“社区老闺蜜”。受访者供图

### 1 他乡晚年为何难心安？

所谓“老漂族”，是为支持子女发展、照料孙辈生活，远离故土奔赴城市生活的老年流动人口。在宁波，随着城市活力持续迸发，外来青年扎根发展，随迁而来的“老漂族”群体日益壮大，他们在陌生的城市开启晚年生活，却普遍面临着融入难、孤独感强等多重困境。

“老漂族”心中的苦闷，并非老人矫情。语言不通，是老人们“漂”进城市的第一道鸿沟。“刚来的时候，一句宁波话都听不懂，去菜市场买菜都要靠打手势，生怕买错。”家住鄞州区姜山镇红枫新村的69岁居民梅兰友来自台州，她坦言，3年前，她来到宁波带孙子，平日活动范围仅限小区和家，“邻居聊天说方言，我插不上话，只能默默走开，感觉自己像个外人，生活非常单调。”她表示，语言不通、社交缺失，让她难以融入社区。

同时，生活习惯差异，加剧了陌生感与疏离感。“饮食上，我们宁波菜偏咸鲜、多海鲜，而不少‘老漂族’习惯了家乡的重辣、面食。另外，气候不适、就医不熟等问题也困扰着这些老人。”江北区前江街道未来盛园社区党支部书记邵洁表示，由于社区靠近工业园区，外来职工众多，“老漂族”也随之而来，除了外部原因，诸如婆媳关系、育儿观念等家庭内部摩擦也让老人难以融入城市新生活。

在“老漂族”融入城市生活中，社区是关键一环。但陌生环境带来的警惕心理，让社区服务难以触达。“想要服务好‘老漂族’，但把他们约出来并不容易。”江北区慈城镇云鹭湾“90后”社工缪婕表示，不少“老漂族”初来乍到，有较强的警惕性，邀请他们来参加活动常常会吃“闭门羹”，如何打破心理壁垒、拉近邻里距离，成为社区服务的难点。

### 2 让“老漂族”真正融入进来

如何抚平“老漂族”乡愁隔阂，让漂泊晚年真正扎根落地？

“首先要将他们从苦闷的精神状态‘拉’出来。”鄞州区姜山镇茅山居委会党支部书记何璐璐介绍，为了让“老漂族”与本地老人之间熟络起来，今年年初，社区创新“新老结对”模式，随迁老人梅兰友就与本地63岁的居民陈忠萍结为“社区老闺蜜”，日常互帮互助、相伴相融。

为了温柔地接住这些“老漂族”，宁波各社区精准聚焦“老漂族”真实痛点，推出一系列有温度、接地气的服务举措，推动随迁群体从“异乡过客”向“社区主人”转变。

针对语言不通、邻里陌生的融入难题，鄞州区潘火街道金谷社区打造“带娃阿婆”项目，并开设“阿婆课堂”，由本地居民手把手教授日常购物、邻里问候等实用方言，帮助随迁老人轻松突破沟通壁垒；江北区慈城镇云鹭湾社区打造“老漂茶馆”，定期举办乡音故事会，五湖四海的老人围坐畅谈、共叙乡情，在熟悉的乡音里抚平异乡孤独；江北区前江街道未来盛园社区打造了“家乡的味道”项目，通过一场场私房菜分享活动，让南北风味碰撞交融，也让“老漂族”更好地融入社区。

走出家务琐事，晚年生活同样可以鲜活多彩。不少“老漂族”长期围着家庭、孩子打转，没有自我价值，甚至调侃自己只是儿女家里的“保姆”。

“以前每天围着灶台和孙子转，现在在家门口干活、唠家常，不仅可以交友，还能赚买菜钱，日子充实多了。”随迁老人陈娟感慨道。依托社区共富阵地，北仑区大碇街道丁山社区开设手工坊，让老人们在家门口劳作交友、灵活增收，在动手实践中拓宽社交圈层、重拾自我价值。

而在北仑区小港街道竺山社区，生于青岛、扎根新疆的74岁退休教师孙秀英，在2010年牵头组建了“四人小调”，逐步发展为50余人的“初秀合唱团”，以歌声凝聚邻里温情；无独有偶，在海曙区集士港镇明馨社区，同样成立了一支由15位“老漂族”组成的“爱乐”乐队，唱响晚年精彩。

### 3 从“漂泊者”到“共建者”的蜕变

“以前总觉得我们是‘来做客’，现在我们是‘主人公’。”家住鄞州区潘火街道香园社区，今年63岁的伏文平来自河北，去年12月5日国际志愿者日当天，在伏文平等一众“老漂族”的策划下，“他乡亦故乡 情暖邻里间”文艺演出在社区举行。

“很多随迁老人通过参与社区活动，主动服务社区，对融入社区也更有信心了。早在2022年起，我们社区就推出了‘老漂族’融入计划。”香园社区党总支书记俞敏介绍，社区这支“老漂族志愿队”，活跃在便民服务、文明宣传一线，主动为社区治理出谋划策，策划起各类邻里互动项目，成为社区共建中不可或缺的主力军。

不少“老漂族”在被服务、被温暖的过程中，主动转身成为社区治理的“新力量”。北仑区大碇街道富春社区成立“老漂议事厅”，30名“老漂族”自发担任楼栋调解员，化解邻里矛盾、参与社区治理；在江北区慈城镇云鹭湾社区，来自湖北恩施的70多岁老人吕建华成立了“老漂族”俱乐部，帮助“老漂”们重建生活圈，促进他们与本地居民的深度融合。

如今，越来越多“老漂族”主动加入志愿服务队，从事垃圾分类劝导、小区环境维护、帮扶高龄独居老人等志愿服务，在奉献中找到归属感，实现自我价值，完成从“漂泊者”到“共建者”的蜕变。

城市的温情，始于接纳，终于相守。此心安处是吾乡，在宁波细腻温暖的民生服务里，漂泊的乡愁被温柔消解，陌生的距离被邻里温情融化，越来越多的“老漂族”褪去异乡身份，扎根烟火邻里，让他乡，终成故乡。

记者 马佳威