责编/林瑶 王晨 美编/白杨 校对/李月

地处丰台区莲花池西里6号院的莲花池军休所，坐落在历史悠久、风景秀丽的莲花池畔。谈及这十年来丰台区的变化，住在这里的军休干部最有发言权。从十几年前的退休安置“不想来”到现在的“抢着来”，他们的感受最深。丰台的发展给这些退休老兵的医、食、住、行带来便捷和实惠，如今这里已经成为他们宜居颐养的幸福家园。

退休老兵看丰台十年变迁

莫俊科

王名才

相长水(男)和老伴高玉花

▲邹美超(女)和老伴彭水云

王名才/摄

看病就医不再难
“健康班车”进家门

莫俊科 莲花池军休所军休干部
【党龄52年 入住丰台区9年】

我是2013年从部队退休后移交安置到莲花池军休所，刚来军休所时，看病、拿药只能去几家定点医院，每次都是公交加步行，一天只能办一件事。自从军休所在区卫健委的支持下引进了社区卫生服务站，平时的小病小痛、各种基础检查在家门口就能看，这里的医生服务好又专业，我们感到方便又贴心。卫生服务站为所有军休干部建立健康档案，并根据身体情况进行健康评估分层，提供个性化诊疗服务。24小时的医疗服务专线，让我们在突发疾病时有了“定心丸”。不仅是我们军休干部，家属看病也能持社保卡享受医保报销。社区服务站还定期开展健康知识讲座，为我们普及健康知识以及疾病预防指导。这不，从前年开始每到秋冬季节，军休所和区卫生防疫部门联系，为我们上门免费接种流感疫苗，解决了出门接种不方便的难题，这件实事办到了我们的心坎上。今年，体检车又开进了军休所，我们400多名军休干部在家门口就享受到包括CT、骨密度、彩超等15项检查项目在内的专业体检服务，一些以前因为出行不便而放弃体检的老同志这次也赶上了这趟“健康班车”。现在，每当和住在外地的老战友说起这里的医疗保障，他们不知道有多羡慕呢。这都因为我们赶上了新时代，有了党和政府的好政策，让我们这些老兵有了满满的幸福感。

青山绿水家园美
便利出行心里甜

王名才 莲花池军休所军休干部
【党龄61年 入住丰台区14年】

站在阳台就能看到美丽的莲花池公园，这是我们军休干部的“后花园”。每天早上一起床第一件事就是看旭日东升，在公园遛早、锻炼身体，也是我们每日的必修课。十年前的莲花池面积没有现在的大，园景设计中规中矩。几年前，公园大胆创新，以森林为特色的“增彩延绿”示范项目，进一步扩大了公园的绿化面积，增加部分区域景观，大大提升观景品质。如今园内一步一景，三季有彩，四季常绿，万千花木色彩斑斓、芳香四溢。好的生态环境吸引了金翅雀、翠鸟、苍鹭等鸟类在这里安家落户，我和我的影友几乎天天来这里拍摄打卡。看着家门口公园越来越美，我们打心底里高兴。老百姓在这里唱歌、跳舞、打拳、健身，尽情享受着城市变迁、时代发展带来的红利，这就是我们所期盼的美好生活。环境变美，出行也方便了许多，公交、地铁、打车让我们出行有了更多选择。光家门口的公交线路就有十几条，步行10分钟即可到达10号线地铁站，与三五老友相聚再不会因出行不便而发愁了。去年高德打车暖心车站在军休所南北两个出入口落地，我们只需扫描车站二维码就能轻松完成一键叫车，没有微信的也可以打电话叫车，不需要设定上车地点，司机直接通过定位到达车站。真没想到，我们这些老年人也能轻松赶上时代发展的快车。

健康养老添色彩
人生最美夕阳红

邹美超 莲花池军休所军休干部
【党龄51年 入住丰台区16年】

党的十八大以来，习近平总书记高度重视体育事业发展和人民健康工作。党和政府把我们这些老兵安置到军休所休养，就是让我们保养好身体安度晚年，这也是退休后的一个主要任务。我和老伴平时都喜欢健身，军休所成立太极拳队时就积极报名，加入到全民健身队伍中。刚开始学习的时候不得要领，后来丰台武协的老师为我们进行了专业技术指导，队员们的拳法日渐精进。几年来，太极拳队在丰台区体育局、丰台区武术运动协会组织的各项技能培训以及太极拳、健身气功比赛中崭露头角，取得了不错的成绩。队员中2人取得了由国家体育总局颁发的国家级社会体育指导员证书、2人取得了北京市体育局颁发的一级社会体育指导员证书，还有20多名老同志取得了由丰台区体育局颁发的二、三级社会体育指导员资格。由于长期习练太极拳和健身气功，大家对太极拳产生了深厚的感情，身体也越来越好。有的老兵说，咱们现在有这么好的条件，就得好好珍惜。我锻炼我健康，太极陪伴我终生，夕阳就能无限好。现在打太极拳已是我们每天生活的第一要务，是我们夕阳生活最重要的内容。太极拳打出了健康，打出了友谊，打出了快乐，打出了长寿的信心。

综改加梯解民盼
幸福“一键”直通达

相长水 莲花池军休所军休干部
【党龄55年 入住丰台区23年】

我住在莲花池西里6号院已经20多年了，像我这样住在这6层板楼的老同志有156户，平均年龄都在83岁以上。没有电梯，对于行动不便的老同志，活动空间全部压缩在家。出行难，是悬在我们心口多年的顽疾。加之楼龄长，跑、冒、滴、漏这些老旧小区的通病也影响着我们的正常生活。2017年，我们院作为丰台区的首个试点，老旧小区改造和加装电梯两项工程双双落地动工。重新铺设地下管网、更换上下水管道打通了大院的“毛细血管”。翻修路面、规划停车位、翻新楼宇外立面、整修绿化带让大院焕然一新。楼宇间、围墙边新装的监控探头为我们的生命和财产安全建立可靠保障。最值得一提的就是新加装的电梯，它让老同志的幸福“一键直达”。我的两个老战友，两人腿脚都不太方便，虽然住在一个院，就因为下不了楼，多年来两人都是打电话相互问候，真是只闻其声不见其人。电梯开通运行那天，两位耄耋老人阔别多年再次重逢，激动相拥、喜极而泣，当时的场景感动了在场所有的人。作为这两项惠民工程的受益者，我感谢党和国家对我们老同志的关心，也感谢各级政府的重视，让百姓生活中的“小事”成为政府案头的“大事”。这一桩桩、一件件深入、扎实、细致的工作是直抵人心的民生温度，让我们倍感温暖。

通讯员 毛婕 张炜 供稿

柴方洁/摄