

■“敬老文明号”创建单位之壶镇镇老年活动中心

# 敬老爱老 打造老年人的欢乐家园

## 阅读提示

在壶镇镇老年活动中心,老人们可以交朋友、学知识、锻炼身体,还可以参加丰富多彩的娱乐活动。特别是2017年中心启动了“敬老文明号”创建工作以来,那里更成为了老人安享晚年的欢乐家园。

在缙云县壶镇镇,提到老年活动中心,老人们几乎无人不知,无人不晓。在那里,老人们可以交朋友、学知识、锻炼身体,还可以参加丰富多彩的娱乐活动。2017年,壶镇镇老年活动中心启动了“敬老文明号”创建工作,组织和动员各方面力量,为老年人办实事、做好事、献爱心,为老年人打造了一个可以安享晚年的欢乐家园。

日前,记者来到壶镇镇老年活动中心走访。一走进中心的大门,就看见几个阿姨正拿着扇子排练舞蹈,原来她们是在为中心今年的“春晚”做准备。走进中心内部,可以看见不少老人在悠闲地交谈,有的在图书馆里看书,有的在练太极拳,气氛轻松而愉快。

据中心工作人员蔡葛林介绍,为了给壶镇镇的老年人搭建一个学习平台,中心在全镇创办了40多个老年电大教学点,并组建了一个镇级讲师团,各村教学点每月定期开课,讲师团根据村教学点的实际需求,义务上门授课,教授老年人关于法律法规、强身健体、饮食搭配、医疗卫生、消防安全、家庭用电安全等方面的实用知识。截至目前,教学点



暖夕阳志愿者为老人们免费剪发

已累计为上万名老人授课。去年,壶镇镇老年电大教学点还被评为浙江省示范教学点。

不仅如此,中心还举办了镇级歌咏班、婺剧唱腔班,由社会爱心人士义务担任导师,在每周二、周三开展集中学习培训,每学期末举办一次学习成果展,深受老年朋友欢迎。走进中心办公室,还可以看见陈列着的几十个金灿灿的奖杯,这是中心积极开展太极拳、门球等老年体育活动的成果。

2017年底,中心组建了“缙云县暖夕阳志愿者协会壶镇分会”,筹集1.7万元资金,通过多种形式为老年人送温暖,关心他们的生

活,倾听他们的心声,帮助失能、残疾、空巢、高龄等老人解决各种生活困难。去年,志愿者们开展了6次服务活动,为全镇需要关爱的120多位老人一次又一次送上温暖,并为两位重症老人解决了残疾级别鉴定的问题等。同时,中心还动员各村(单位)老年协会、社会力量参与实际行动,着力为困难老人提供生活照料、精神慰藉等方面的服务。

“接下来,我们将继续以‘为老年人服务’为抓手,深入推进创建工作,让老年人在这里收获更多欢乐幸福的时光,让他们的晚年生活更加美满。”蔡葛林说。

记者 吴启珍  
通讯员 刘光烁 李晓军

## 孝顺是把父母当孩子对待

“我们体贴老人,要像对待孩子一样”,这是德国著名作家歌德的一句名言。我对这句名言的认同,来自父亲对姐姐孝行的感叹。

从小镇回到老家休养后,父亲就有了一个习惯——不放过小镇的每一个赶集日。姐姐在小镇上开了两家店,父亲每次去赶集,都会到姐姐的店里,姐姐每次都会给他些零用钱。他拿着这些钱,在集市里走走看看,买些东西,寻找属于自己的乐趣。

父亲在说姐姐孝顺时,一直念叨着姐姐给他零花

钱这件事,这令我感到疑惑。在我记忆中,父亲从来不接受我们给的钱。从什么时候开始,父亲竟乐于拿零花钱了?姐姐说,父亲从前也不要她的钱,然而随着习性的渐渐改变,父亲现在越来越像个小孩子了。

姐姐的话,让我不由仔细观察起父亲的言行来。从父亲的许多言行中,我越来越能读出父亲孩子般的表达。这份童真的表达,让我看到了父亲苍老后的另一面:父亲已经是一个年迈无力的老人,如同一个年少的孩子般,需要我们为他遮风

挡雨。

父母在慢慢变老,只有贴心孝顺,才能不负父母的养育之恩。有空多听听他们唠叨,让他们回忆美好。带他们出去走走,看看世界,品品美食。别厌烦他们对你的牵挂,别随意挂断他们无事找你的电话。回家别再空手,买点零食,给点零钱……

只有把父母当孩子看待,你才会让他们感受到他们对于你的重要,你才会让他们有克服一切困难的信心,你才会让他们真正体会到夕阳无限好。

(林新华 52岁)

## 潮语汇

### 萌新

大多指刚开始玩游戏的新手。在QQ群中,也可以表示自己刚入群的新人。

### 连睡

是“连麦睡”的简称,也就是“睡觉的时候还把网连着开摄像头直播”,多用来形容两个人的关系无比亲密的程度。

### 养火

新版的QQ上,两个人互发消息3天能出现小火花,互发消息超过30天会出现大火花,擦出的火花越大就表示两人的关系越好。所以现在“培养感情”又叫养火。

## 健康支招

### 流感高峰期 应常在家开窗通风

中国疾病预防控制中心提醒,目前我国大多数省份已经进入流感高发期,建议老年人少去人群密集的地方。虽然天气寒冷,但应勤开窗通风,保持室内空气流通,可以降低房间内病毒的浓度,减少人与病毒接触的机会。

(赵维)

## 经世感言

生活中有苦有乐,有甜有酸,有辣有咸属于常态。生活原本就是赤橙黄绿青蓝紫编织而成的“万花筒”、柴米油盐酱醋茶融合在一起的“多味罐”。大千世界和而不同、异彩纷呈且丰富多彩,同理,人生过程也因起伏跌宕、五味杂陈而精彩无限。

(庆元 吴永德 55岁)

您的经世感言,我们来刊登,欢迎投稿。来稿寄:丽水市中山街北126号丽水日报报业集团704办公室处州晚报编辑部桑榆情版收;电子邮箱:C215166610@163.com。