

杭州姐妹花 共学养老 活出精彩

阅读提示

老年人可以活出自我,再年轻一把。戴云霞说,因为有了彼此陪伴,让她们不再惧怕衰老,不再惧怕疾病和死亡,只希望活得精彩、活得畅快。

人老了怎么办?晚年生活如何过得精彩?最近,在杭州余杭区五常街道西溪风情社区,有一对穿着时尚的阿姨,正展示着她们丰富的生活。53岁的郭建超身着嫩绿色大衣,画着精致的妆容,65岁的戴云霞头戴黑色贝雷帽,搭配米色围巾,举手投足间尽是优雅。我天天在看电视剧《老闺蜜》,里面说的闺蜜情可不就是我俩这样的吗?

在记者追问下,郭建超侃侃而谈,她毕业于东华大学纺织专业,多年前在杭州创办了一家服装外贸公司,是成功的女企业家,目前处于半退休状态。她和戴云霞因旗袍秀结缘而成为闺蜜。

性格互补 互相扶持成就团队

2015年,郭建超入住现在的小区后,办了第一届花园节派对,几位优雅的阿姨把自己庭院里的花草草打理得精美有范,诗情画意的照片很快火遍朋友圈。郭建超的举动瞬间吸引了浙江大学退休教师戴云霞。

戴云霞的孩子一家去了香港工作,她的生活一下子变得冷清。她想加入到这个新兴的小团体,便主动联系郭建超。一来二去,两人渐渐熟络起来。

郭建超回忆,由于两人志趣相投,三观一致,又有着相似的企业管理经验和学历背景,很快成为挚友,常常有种相见恨晚的感觉。

西溪风情社区有1500余位老年居民。他们中有律师、企业高管、医生、公务

员等,大家对于精神文化的需求日益迫切,郭建超便寻思着成立一支旗袍队,留住年轻时的优雅和美好。这一想法马上得到戴云霞的响应,两人一拍即合,西溪风情旗袍队诞生了。

然而组建社团之后的路并没有想象得那么顺利。用郭建超的话说是荆棘密布、矛盾重重。但闺蜜就是当你被别人欺负的时候,愿意为你挺身而出的人。

小区有18个社团,可提供的集中活动场地只有两个。一次,戴云霞和学员们正在排练室里练习舞蹈动作,突然有个人闯了进来,为了争夺场地,甚至要大打出手。没有人敢出来说话,只有郭建超不顾一切站了出来,和对方据理力争,最终化解了这场矛盾。

闺蜜,是那个把你看透还依然喜欢你的人。郭建超和戴云霞性格互补,一个强势、大大咧咧,一个小心谨慎。闺蜜俩也有恼气的时候,由于了解对方的脾性,郭建超总是会礼让,过个几天天气消了,便和好如初。

靠着相互扶持,两人把队伍越做越大,依靠各自人脉资源,找专业老师为大家上课。两人笑称,旗袍队是她们闺蜜情依托的一个载体。

不断突破 精神文化生活不可少

除了养老院,还有什么新的养老模式?年纪渐长后,闺蜜俩越来越关注养老生活。她们都想到了一个词——共学养老。因为她们总是不断突破自我,力求

成为技能满分的人。

每天的生活安排得满满当当,充实感、幸福感、正能量是我的年度关键词。前不久,郭建超所在的西溪风情社区获评全国共学养老社区建设实验基地。

在这支共学团队队伍中,既有工艺美术大师、摄影协会会员、非遗传承人,也有作家、学者、退休干部等,他们互为师生,资源共享。通过核心队员传帮带,形成更多新的学习团体,让居民从中获益。

独乐乐不如众乐乐。作为多个团体的发起人和组建者,郭建超热衷学习各种新技能,也愿意把自己所学到的东西分享给更多人。她在共同学习中不仅考取了高级茶艺师证书,还取得了女性形体培训导师证。

翻开郭建超的日程表,每天都排得满满当当:周一参加合唱团;周二白天民族舞课,晚上舞蹈课、时装课;周三时装旗袍队骨干排练;周四上午芭蕾课,晚上瑜伽课;周五芭蕾练习;周日时装旗袍队练习。

这些兴趣班,戴云霞也从未缺席,她们调侃说两人在一起的时间比家人还多。两个志同道合的老人,不依靠子女,寻找适合自己的共学养老模式。这是比居家养老更进一步的养老模式。

不光如此,两位闺蜜还坚持做公益。充实的生活让两人变得神采奕奕。老年人可以活出自我,再年轻一把。戴云霞说,因为有了彼此陪伴,让她们不再惧怕衰老,不再惧怕疾病和死亡,只希望活得精彩、活得畅快。

据《浙江老年报》

坚持 书一定要有人读,才能体现其价值的理念

宁波92岁老人捐赠2500余册藏书

2500余册藏书,其中不乏《笔记小说大观》(1-438册)、《钦定佩文韵府》(1-200册)这样珍贵的藏书。家住舟山、今年92岁的严万浩先生决定把它们捐赠给宁波市档案馆。这是近年来宁波市档案馆首次开展跨地市捐赠,同时也是近年来个人藏书捐赠量较大的一次。

日前,严万浩先生藏书捐赠仪式在舟山市百叶颐养院举行。严万浩先生及其家属、宁波市档案馆工作人员、社会各界代表汇聚一堂。

严先生生活在舟山,为何选择将藏书捐赠给宁波市档案馆?这无疑是参加这次捐赠仪式大多数人心中最大的疑问。严万浩先生的小女儿严越说,父亲出生在宁波余姚,自幼父母双亡,一度以放牛为生,日子过得十分清苦。15岁加入新四军浙东纵队,参加过抗日战争和解放战争。解放后响应组织号召,奔赴舟山定海

支援建设,并在舟山扎根。

一直以来,他都为自己没能为家乡建设、发展做贡献而心存遗憾,所以这次决定把藏书都捐给宁波市档案馆,既回报家乡,也很符合宁波书藏古今,港通天下的城市气质。严越说。

一口气捐赠2500余册藏书,其中不乏像《笔记小说大观》(1-438册)、《钦定佩文韵府》(1-200册)这样的宝贝。如此大手笔,跟严万浩先生一直以来书一定要有人读,才能体现其价值的理念有关。

在严越的印象中,父亲是个十分爱读书的人,年轻时最爱逛的就是书店,哪怕是去外地出差,风景名胜可以不看,但当地的书店尽量要走一走;家里的藏书越来越多,也曾有人出高价收购,但父亲都舍不得卖,每年还要花大量时间对藏书进行养护,甚至还专门花了近一年时间对线装书重新整理、装订。

正是在严万浩先生的言传身教下,他的子女们在少年时也从来没有放弃过读书,耕读传家躬行久,诗书继世雅韵长的家风一直在家族中一代代传递。这次将藏书捐赠出来,也是希望让更多人有机会看到父亲的藏书,体会到读书的意义。严越说。

在接下来计划举办的宁波市档案馆档案资料征集成果展中,我们也将向社会公众展示严万浩先生的部分藏书。宁波市档案馆馆长鲍娴萍说,有很多宁波帮人士年轻时在外闯荡,留下了很多书籍、手稿等文字资料及实物,记录的档案、资料、史实并不只限于宁波,今后宁波市档案部门将尽可能多走出去,也希望社会各界,尤其是更多宁波帮人士捐献档案资料。

据《宁波晚报》