

# 爱满重阳节 情暖老人心

## ——市领导开展重阳节慰问活动

本报讯(记者 王莉)九九重阳节,浓浓敬老情。在“老年节”来临前夕,10月27日上午,副市长、市老龄委主任顾峰前往天元区敬老院和百岁老人家中,为老年朋友送上节日的祝福和亲切的问候。市政府副秘书长、市老龄委副主任郑剑、市民政局局长、市老龄委常务副主任易湘东、市人社局副局长、市老龄委副主任田智思、市老龄办主任、市老龄委委员陈韬及天元区相关负责人参加慰问活动。

顾峰一行首先来到天元区敬老院,与高龄老人刘茂秋、李福英夫妻亲切交谈,了解他们身体状况和生活情况,嘱咐他们照顾好身体。刘茂秋老人说:“他因两个儿子不在身边,和老伴一同住进的天元区敬老院。他们在这里过得非常安心,比在家里过得还好,在这里不仅一日三餐能按时,而且敬老院特意把电路和厨房都进行了改造,更加关注、关爱老人。”

顾峰拉着老人的手说,敬老爱老是我国的传统美德,关注老龄事业、改善老年人生活,建立关爱老人的服务体系是我们共同的责任。既要让老人吃好、住好,更要注意丰富老人的精神文化生活,让老人们老有所养、老有所依、老有所为、老有所乐。

随后,顾峰一行来到百岁老人田金生的家中。与老人及其家属亲切地拉起了家常,细心了解老人的健康状况和饮食起居情况。得知老人身体健康、儿孙孝顺,他非常欣慰,并嘱咐其家人继续悉心照顾好老人。101岁的田金生是一位老兵,但身体健康、精神矍铄,并在刚刚结束的2017年湖南“健康百年福润三湘”尊老敬老系列评选活动中获得了“百岁健康之星”称号。顾峰为田金生老人送上慰问金和“百岁健康之星”的奖杯,嘱咐老人要保重身体。

顾峰表示,“家庭有老人,家庭就幸福;社会有老人,社会就和谐”。习近平总书记十九大报告中指出,积极应对人口老龄化,构建养老、孝老、敬老政策体系和社会环境,推进医养结合,加快老龄事业和产业发展。希望老人们保重好身体,一起见证这个时代的进步与发展,共享社会发展的丰硕果实。



▲副市长、市老龄委主任顾峰慰问天元区敬老老人

## 80后瞿新波荣获省“十佳为老服务工作者”荣誉称号

本报讯(记者 刘朵儿 通讯员 唐珂)在2017年度湖南省“健康百年福润三湘”尊老敬老系列评选活动中,我市瞿新波获得“十佳为老服务工作者”荣誉称号,天元区101岁的田金生获得“百岁健康之星”称号。

瞿新波,80后,怀着对老年人的敬仰,对养老事业的执着,加入了湖南颐园养老事业发展有限公司的大家庭,2014年参与创办荷塘区与茶陵县颐园园分支机构,让200多位老人有了一个共同美好的家。家住湘乡社区81岁的黄婉艳说,以前在家常感冒,经常要住院。住进老年公寓后,生活规律,饮食科学,每天做完运动操后还能和老人们一起聊聊天,心情很舒畅,身体比以前好了。

2014年,瞿新波和与表姐们在荷塘区玫瑰名城租赁商住楼3600平方,按照三星宾馆配置改造成老人公寓,配备厨房、无公害有机餐

厅、老年慈善超市、康复理疗室、阅读书法室、棋牌娱乐室和多功能媒体室,另外还配备了一键紧急呼叫系统及居家养老信息服务平台。从最初入住的第一位,到现在的60多位老人,瞿新波用爱心、真心和耐心服务每一位老人,得到了老人、亲属和社会的一致认可。

2017年,茶陵县桃江老年托养中心成立,“麻雀虽小,五脏俱全”,公寓内配备了理疗室、阅览室、棋牌室、书法室、多功能媒体室等;标准化餐厅、紧急呼叫系统等;乒乓球桌、健身设备等。半年多米已陆续收住失能失智老人37位。

除此之外,瞿新波从2015年开始为9个特困抗战老兵提供免费入住一个月的服务,他还为30位贫困老人送温暖,坚持送被子和暖手宝之类。

## 敬老孝老 不忘初心 社工组织关爱农村老人

孝亲敬老是中国传统美德,10月27日芦淞区残梅村老年协会和株洲大同社会工作服务中心举行“敬老孝老 不忘初心”关爱老年人活动。

活动现场,有芦淞区大京风景区卫生院为老年人提供义诊服务;湖南工业大学高校志愿者对村里的特困户及五保户老人进行了照料帮扶;中国人寿保险公司给留守老人送出老人意外险;大同社工协助留守老人与外出务工子女进行了“亲情连线”,并且筹集了爱心物资,对村上老年人进行了节日慰问。

此次活动是株洲市2017年“乐享银龄”敬老系列活动之一。“乐享银龄”敬老活动是由市老龄委主办,中国人寿株洲分公司承办,株洲市大同社会工作服务中心、株洲晚报协办,旨



▲大同社工给老人派送慰问物资

在广泛动员机关事业单位、爱心企业和社会组织等社会各界力量参与开展敬老爱老助老活动。



▲副市长、市老龄委主任顾峰与百岁老人田金生合影

# 养学为乐

## 当我们老了又如何

今天是重阳节,在这个登高望远、爱老敬老的节日里,我们一起来聊一聊有关老人的话题。“老吾老以及人之老”,每个人都会有老去的一天,老年生活到底是个什么样子?老年生活到底该怎么度过呢?记者随机到各个社区采访了十多位老人,听听他们对“老有所养”、“老有所学”、“老有所为”、“老有所乐”有些什么看法。

家住天元区小湖塘社区的刘春华(73岁):我退休十多年了,退休之后就跟儿女们住在一起。每个月的生活费500块就够了,吃穿都是儿女们给我出,主要就是买药,由于以前没注意保养,现在心血管都有点问题,每个月吃药和保健品得花费个几百,但还是能够负担。

家住天元区铁路生活小区的张大贤(76岁):我以前是行政单位的工作人员,现在每个月的退休费有3000多,跟老伴儿一起单独住,比较自由。每个月花费要花

3000左右,除了自己食用,平时还会帮儿女们带下孙子,接送上下学,给他们做做饭,我觉得很享受现在的生活,应该算得上是老有所养吧。

家住天元区嵩山路社区的李志才(68岁):现在福利好,吃饱穿暖是没问题的,我觉得对我们这样的老人来说,老有所养不仅仅是物质生活上的安养,更多的是精神上的,儿女工作顺利,有空多来陪陪自己,让我们能安安心心快快乐乐的享受晚年生活,这就是我希望的老有所养。



- 有所养
- 有所学
- 有所为
- 有所乐

### 记者手记

在采访中记者发现,对于许多老年人来说,物质上的温饱冷暖,远不及家人、亲人的关心,精神上的充实更为重要。人总是会老的,但对老的理解却各不相同。李商隐诗曰:“夕阳无限好,只是近黄昏”,表示消沉、伤感的情绪。来自清有自勉诗曰:“但得夕阳无限好,何须惆怅近黄昏”刘禹锡也曾说过:“莫道桑榆晚,晚霞尚满天”这都是对年老一种积极乐观的看法,希望天底下所有的老人都能“人老心不老,老亦不老”。



家住五公司宿舍区的刘翠萍(76岁):刚退休那几年没事做,整个人都觉得不对劲,后来跟别人学会了炒股,认识了很多朋友,后来家里人怕我被骗,不让我炒了,前年我孙子看我无聊,买了智能手机给我,教我玩微信,现在每天在微信上和家人语音聊天视频,听听歌曲看看养生的文章,我觉得人老了心不能老,还是得多接受新鲜事物,不然会跟社会脱节的,前段时间我还教我外地的妹妹也玩微信,以前一年都见不到一次面,现在天天视频见面,所以要老有所学啊。

家住湘华社区的周石丁(71岁):我是原湘华技校的一名教师,从小就喜欢拉二胡,拉二胡既动手又动脑,我不说自己的年龄,别人都以为我才六十岁多一点,退休后组织社区的老人们组建乐团,开办二胡演奏班,平时大家凑在一块自娱自乐,有时候还去其他社区演奏交流,或者去养老院给那里的孤寡老人拉上一段,我觉得既然自己有这么一项技艺,就不能藏着掖着,既要娱乐自己,也要给大家带来欢乐,现在社区有十多个老人加入了拉二胡的队伍。

家住天心家属区的潘长晋(84岁):我是株洲电力机车厂的一名工程师,退休以后,锻炼的时间多了,却发现适合在家运动的器材太少,于是有了自己研发创造的想

家住贺嘉土社区的王振林(78岁):以前家里穷,能吃上顿饱饭就觉得很幸福了,现在生活水平好了,吃得饱穿得暖,看着儿孙满堂,我觉得这就是最大的乐趣,现在就等着抱重孙了。

家住月塘社区的杜万银(72岁):我打太极已经有十多年了,习惯跟着音乐节拍打,所以在手机里下了太极音乐,打拳时就放着听。随着年龄越来越大,听力也越来越差,手机声音放再大也听不到了,我就想着自己做一个音乐播放器,我就从废弃的电话机上拆了两个喇叭,又从网上买了个音频功放板和一个MP3功放板,总共不到十块钱,折腾了几天,声音挺大的,我又用

家住大园社区的王永发(74岁):到这个年纪,眼神也不好了,精力也跟不上了,想学点东西都很费劲,所以还是老老实实的和以前的朋友打打牌聊聊天,其实也蛮好的。

家住云里社区的马松林(68岁):我不会打牌,跳舞吧腿脚又不是很利索了,平常就到公园里走走,现在孙子也上学了,白天确实没什么事情干,所以今年报了老年大学的书法班,平常在家里也经常练练,觉得练书法一个能锻炼脑子,同时也能修身养性,有空还能教孙子练书法,一举两得。

法,到现在一共发明了四件针对老人健身的器材,其中还有两件获得了国家专利,我觉得兴趣是最好的老师,退休了照样能发光发热,也能老有所为。

家住贺嘉土社区的王振海(68岁):“老有所为”首先要有利于自己的身心健康,在自己身体和心理都能允许的前提下而为之,其次是要有利于社会、有益于他人,在社会和他人都能接受的情况下而为之。在日常生活中,一切有利于自己身心健康,有利于社会的言行,也是“老有所为”的表现,比如带头遵纪守法,遵守社会公德和秩序,身体力行地传播中华传统美德以及做点力所能及的家务事等。

了一些废旧材料做了塑料盒、喇叭套,做成一个漂亮小巧的外壳,装在口袋里打拳正好。有朋友说买个唱戏机不过才几十块钱,何必自己这么折腾呢,我说,自己动手本身就是一种乐趣,那是花钱都买不到的。

家住天心家属区的潘长晋(84岁):自己跟机器打了一辈子交道,退休后自己也添置了一些简单的工具,有事没事就在那敲敲打打,听着那声音心里都舒服。自己研发的那些产品都是自费的,虽然申请了专利,但一直没有卖出去,很多老朋友都说我傻,但看到一件东西就想拆开来琢磨琢磨,看能不能更完美,我想这是属于一个老工程师的乐趣吧。(本版采写:记者 阿来)