



书法欣赏

我从小喜爱书画,退休后,我报考了一个全国的书画函授班,系统学习了3年,主攻国画花鸟,但诗、书、画、印均都涉猎,从不放过学习机会。我认为:“处处留心皆学问”、“能者为师”、“各种艺术都是共通的……”。我的座右铭:“鉴古尝今、博采众长;淡泊名利、不尚阿谀”。

(作者:帅杰 84岁 石峰区万泥塘社区)

梦里老家

仲秋时节,朋友相约去当年上山下乡的浏阳北盛寻梦。到了目的地,我仍云里雾里,一排排整齐规划的新房,每个社员家都拥有两到三个铝合金大门的店铺。昔日官桂冲,今日工业园,旧貌换新颜。本应为他们终于挣断了脸朝黄土背朝天,日出而作,日落而息的命运而欢欣鼓舞,可是我却高兴不起来,没有了土地的农民还是农民吗?

我记忆中的农村是这样子的:偶有汽车过便扬起一片黄雾的土路,我们在土路边乘凉,还有那茂盛的大樟树。月光下,老人在树下讲故事,我们在树下唱歌弹琴,情侣们在树下卿卿我我,孩子们在树下追逐嬉戏……

家家户户必有的,用四块条石围成的火塘,火塘上竖着一根可升可降的铁制通钩,通钩上悬挂着大铜壶。每做完一气功夫后,我们会峰拥着到好客的主人家,团团围坐在火塘边,烤着烧得哔吧作响的柴火,闻着一缕缕好闻的焦糊味的青烟,看着铜壶里冒着的滚滚白气,品着贤慧的女主人一杯杯殷勤劝着的茴香茶。即使农活再忙心也不忙……。这一切都荡然无存。我不禁语塞,为我破碎的梦……

汽车继续前往,直到洞阳林场才依稀有了几时的记忆。扑面而来的是清新略带潮湿的风,两边被云雾缭绕的高山迅速向后退去,眼前是一片片竹林,一栋栋粉墙黛瓦的玲珑小屋掩映其中。我顿觉神清气爽,“没被开发真好!”

到了,慈祥平和的老人正坐在阶基上打瞌睡,黄狗,黑猫偎在主人旁仿效着。一只花母鸡带着一群刚出壳的小鸡在竹林里悠闲的寻寻觅觅。房前屋后随处可捡到板栗。板栗!数年前,我不就因了这诱人的“板栗打

脑壳”而改变了我的一生吗?直到今天我才有幸与它相遇,迟到了几十年的梦……草坪中、山坡边那自生自长躺着、歪着的冬瓜和南瓜,像极了一个个乱窜乱跑玩累了恣意小憩的小肥猪。那一刻“众里寻它千百度”“悠然见南山”“陶公我来了”都无从表达。我醉了?不!那是心的净化,那是灵魂的升华。什么同事之间的猜忌,什么邻里之间的纷争,见鬼去吧。让我们快乐工作,享受生活!

离开时,细雨霏霏,屋顶上的炊烟在潮湿沉重的空气中低低的弥漫。浓浓的乡情,莫名的惆怅,不争气的眼泪竟直往下掉。

记得我们在南岳开财务半年报会。散会的前一天晚上,我和小范不忍这山间明月从我们梦中悄悄滑过,静静的相拥着站在阳台上。陶醉在蛙鸣声声,松涛阵阵里,阳台外的松树高大挺拔,不知名的藤顺树而上,又随树冠自然垂垂,让我想起一朵朵巨大的蘑菇,一把把皇帝的统伞。良久,我俩像从宿醉中醒来,“小陈,你愿做树还是做藤”,“做藤”我毫不犹豫,“你呢?”“做树”。秀丽芳菲的桂花树如今已扎根大洋彼岸。

我想我的前世,我前世的前世也许真的是根顽强不屈的青藤。在溪涧边,在山谷里,年复一年做着春的梦想:春寒料峭,在寒风中抖索的她,用纤细的触须紧紧抓着爱人的手,任凭霜雪雷电的袭击,始终相互缠绕,不离不弃。永远带着情感随着爱人前行。

如果不是,我如何爱死这险峻巍峨的大山,如何爱死这满山沁人的黛绿。

原来大山深处才是我真正的梦里老家!
(作者:陈淑娥 64岁 荷塘区电力小区)

征集

株洲晚报《乐活周刊》长设“常青艺苑”专版,专登老年人作品。诗词、散文、杂文、小小说、书法、画作、摄影、剪纸、篆刻……都需要。赐稿请寄:株洲晚报一楼乐活周刊投稿箱,另外,请注明姓名、年龄、通讯地址和联系电话。邮编412000;邮箱:wblehuozhoukan@sina.cn。一经选用,稿费从优。也欢迎大家积极提供与老人有关的新闻线索。

特别提醒:本刊登载的文章、美术作品均有稿酬(纸版、电子版、微信版稿酬合一),凡未收到稿酬的作者,请与本刊编辑部联系。作者如无特殊声明,即视为同意授予本刊及本刊微信版、本刊合作网站信息网络传播权,本刊支付的稿酬包括此项授权的收入。



晚报乐活周刊读者群: 632352980

春夏秋冬诗四首

春

剪燕衔泥桃花红, 耕犁犁地快如风。 老牛咀嚼两行泪, 不日膘肥寿归终。

夏

风推菡萏泛微波, 蝉抱垂柳蛙对歌。 醉翁夜钓看舞女, 怎知金鲤水中拖。

秋

雨湿丹桂落地黄, 露润丛菊竞艳香。 金柚银果满坡挂, 稻浪滚滚粮挤仓。

冬

一统江山千里琼, 天公欲霸锁苍龙。 瑞雪纷飞兆丰年, 数枝寒梅万点红。
(作者:陈昌富 62岁 暂居上海)

国家卫计委: 健康老龄化明确部门任务分工

近日,国家卫生计生委研究制定了《“十三五”健康老龄化规划重点任务分工》,经征求国家发改委、民政部、财政部、人力资源和社会保障部、全国老龄工作委员会办公室等13部门意见后印发。据悉,《重点任务分工》涵盖20项重点任务及工程。

记者发现,由国家卫生计生委牵头负责的重点任务及工程共12项,即:

- 老年疾病预防工作; 推动开展老年人心理健康与关怀服务; 加强医疗卫生服务体系中服务老年人的能力建设; 大力发展医养结合服务; 推动居家老年人长期照护服务的发展; 加强老年健康相关科研工作; 健全基本医疗保障制度; 发展老年健康产业; 推进信息技术支撑健康养老发展; 建立健全监测检查评估机制; 老年心理健康与心理关怀服务项目; 医养结合示范工程。

由其他部门牵头的包括加强老年健康教育; 进一步加大对贫困老年人的医疗救助力度等8项。

《重点任务分工》指出,要做好国家基本公共卫生服务项目中的老年人健康管理服务工作,推广老年痴呆、跌倒、便秘、尿失禁等防治适宜技术,开展老年常见病、慢性病、口腔疾病的筛查干预和健康指导。到2020年,65周岁及以上老年人健康管理率达70%。启动老年人心理健康预防 and 干预计划,为贫困、空巢、失能、失智、计划生育特殊家庭和高龄独居老年人提供日常关怀和心理支持服务。研究出台老年人健康分级标准。

《重点任务分工》同时指出,要探索建立从居家、社区到专业机构的比较健全的长期照护服务供给体系。在地方试点基础上,探索建立长期护理保险制度。将老年医学、康复、护理人才作为急需紧缺人才纳入卫生计生人员培训规划,推进养老护理从业人员职业技能鉴定工作。鼓励医养结合服务机构参与人才培养全过程,为学生实习和教师实践提供岗位。

(综合健康报、新华网等)

返老还童



在神农公园竹林边的草坪里,每天早上都可以看到这两位可爱的老人,如孩子般快乐地玩着飞碟。76岁的刘爷爷拿着飞碟用力甩出去,老伴在另一头迅速的接在了手里,就这样飞来飞去,两位老人十分默契。

刘爷爷家住公园附近的洗煤厂小区,他说,飞碟是两年前女婿从网上买来送给他们的,通过玩飞碟不仅锻炼了身体,还让自己有一种年轻的感觉。
(记者 沈三 摄影报道)



在降雨间隙期 享受这两天的好阳光吧

刚刚过去的一周,属于冬天的冷空气和雨雪接踵而来。迅速下降的气温,让人们着实感受到了新一季的寒意。以至于我们看到阳光时,心生出一种温暖的错觉。

而今天,这样的阳光或许要回来了。市气象台说,相比前些日子让人措手不及的阴雨寒冷,这两天,冬天的进程似乎开始放慢节奏。市气象台说,今明两天,株洲都是多云或晴朗的好天气,市区最低气温6—7℃左右,最高气温18—20℃;“和煦”这个词,大概说的就是这两天。而周二开始,又因为暖湿气流和弱冷空气缘故,株洲又将要下雨了。

也就是说,在两次冷空气影响的间歇,有两个晴朗、温暖的日子,让大家稍微舒展一下,也是这冬日里的小幸福吧。所以,想洗洗晒晒的,这两天可要抓紧了哦,之后又是下雨又是降温的,也许家里的衣服,又得囤好几天了呢。
(记者 王娜)

Table with 3 columns: 今天天气 (晴 6-18°C), 明天天气 (晴转多云 7-20°C), 后天天气 (小雨 10-18°C). Source: 市气象台25日16时发布

株洲历史上的今天

1996年的今天,株洲庆云发展股份有限公司社会公众股今日在深交所挂牌交易。

2003年的今天,株洲冶炼集团有限公司被批准为国家“绿色通道企业”。

2016年的今天,央视推介株洲硬质合金领域的创新成就,播出《株洲:匠心创新,亮出中国制造新名片》。

导读

从农村移居城市的老人如何重建朋友圈? >>> A02

李济仁的“五脏保健操” >>> A03