

我市举办“我们的节日·重阳节”主题活动

丰富长者文化生活 营造尊老爱老社会风尚

文明湛江 美好生活

本报讯(记者何有凤 通讯员曾小亮)10月11日是重阳节,当天上午,在文明办指导下,市文明办、麻章区文明办、文明办、总工会、新时代文明实践中心共同举办“心中有爱,时光不老”——2024年湛江市“我们的节日·重阳节”主题活动,丰富长者的文化生活,进一步营造尊老、敬老、爱老、助老的社会风尚。

在麻章区步行街,精彩纷呈的活动吸引了众多长者前来参与。活动在歌曲《人间第一情》中拉开帷幕,随后葫芦丝独奏《打跳欢歌》、广场舞《我的中国》、合唱《家和万事兴》等节目轮番上演,展现了老年朋

友们的多才多艺和积极向上的精神风貌。

除了文艺表演外,活动现场还开展传授老年人养生和保健知识讲座,设有健康义诊、免费理发等项目。医护人员为老年朋友测量血压、血糖等健康指标,并根据他们的身体状况给出健康建议和指导,让老年朋友在“家门口”享受到便捷的医疗服务,受到大家好评。麻章区书法协会的书法家还现场为老年人题字,为他们送去吉祥、幸福和长寿的美好祝愿。

“今天的活动非常精彩,让我们收获良多。志愿者免费帮我理了个头发,看起来精神多了。还收到了书法家题字赠送的福字挂件,在义诊活动中医生也给我普及了很多健康生活方式。希望以后多多举办这样的活动。”陈老伯笑着说。

▶ 志愿者为长者免费理发。
本报记者殷翔展 摄



金秋重阳 敬老孝亲

本报讯(记者陈彦 通讯员余晶)10月10日至11日,“情暖留守儿童 筑梦蓝色湛江”项目暨爱心妈妈专项行动——“金秋重阳 敬老孝亲”主题活动走进霞山区新兴街道文霞社区和海头街道岑攀村儿童之家,弘扬中华民族敬老孝亲的传统美德。该活动由湛江市妇联主办,共66名儿童参与。

活动中,社工爱心妈妈为孩子们详细讲解重阳节的由来,以及“登高”“晒秋”“赏菊”等传统习俗,带领孩子们诵读经典诗文。在互动游戏环节,“茱萸投壶”“放鸢祈福”等游戏让孩子们热情高涨。大家争先举手回答问题,积极参与游戏,现场气氛热烈。“我要给奶奶捶捶背”“回家后我要扫地”“陪爷爷奶奶散步买菜”……孩子们纷纷分享活动结束后将如何用自己的行动表达对长辈的爱。

城市文明 大家谈

□李湘东

10月11日是重阳节。麻章区步行街热闹非凡,大批银发老人聚集这里,沐浴着温暖的阳光,尽情尽兴欢度自己的节日,个个满脸笑容。

“心中有爱,时光不老”——2024年湛江市“我们的节日·重阳节”活动内容丰富,节目形式创新,过程高潮不断,深受老年朋友喜爱和点赞。如文艺演出中专门安排老年歌舞团表演,白发老人自编自演,在舞台上展示老年人的风采;医疗专家现场进行健康讲座,深入浅出讲解脑卒

爱满重阳节 情暖老人心

中预防识别、老年人如何防跌倒以及膳食营养指导,给老人送知识送健康;书法家泼墨题字送出200余帖书法;免费测量血压、血糖,为老人理发剪发。活动结束后,还为每位参与活动的老人送上一份节日水果礼包,内含苹果、火龙果、橘子、香蕉等,寓意平安健康长寿。

重阳节是尊老、敬老的节日。重阳节凝聚了“吾老以及人之老”的浓浓深情,诠释了“百善孝为先”的传统美德。麻章区用形式多样的重阳节活动,满足老年人精神文化生活需求,给老人们带来了欢乐。该活动注重创新、强化特色、

突出适用性、体现贴近性,很合老年人的心意。广大市民给老年人送上一份安康,道上一声祝福,让家国情怀尽情流淌,令传统佳节大放异彩。在港城湛江,老人们度过了有品质、有温度、有文化的重阳节。

爱满重阳节,情暖老人心。我市各地都组织重阳节活动,形成浓厚的尊老敬老爱老助老氛围。关爱爱护老人是一项永恒的事业,要在“懂老”上下功夫。要懂得老年人想什么、需要什么、追求什么、适应什么。要在“爱老”上用气力。要做好适老化改造和便老化服务,为老

人办好一件件实事,满足众多老人期待。如建好城市适老设施,办好老年大学,组织多样化、经常性的文体活动,充分利用数字技术赋能银发经济,做到想老人所想、急老人所需、解老人所困,用多层次、高品质、专业化的养老服务,方便老年人生活,让老年人共享发展成果,安享幸福晚年。

我们要崇尚孝善之道,常怀感恩之心。要注重平常,每时每刻我们都要把尊老敬老爱老助老服务常态化,持续增进老年人福祉,让重阳节蕴含的孝善感恩思想深入人心,涵养我们的精神家园。

情暖重阳 翰墨飘香

本报讯(记者林明聪)10月11日,吴川市塘尾街道塘马村翰墨飘香、热闹非凡,由吴川市文学艺术界联合会和吴川市硬笔书法家协会联合主办的“情暖重阳,翰墨飘香”——“我们的节日·重阳节”书法进社区活动举行,倡导孝老爱亲的时代风尚。

活动现场,来自吴川市硬笔书法家协会的10多位会员挥毫泼墨,一幅幅寓意吉祥、饱含深情的书法作品跃然纸上,表达了对老年人的美好祝愿。老年朋友看到书法家们为其创作的书法作品,笑容满脸。

反诈宣传 关爱老人

本报讯(记者李亚强 通讯员梁晶晶)10月11日,坡头法院南三法庭干警走进南三市场,开展“子女关心沟通多一点,父母距离诈骗远一点”的普法宣传活动,在重阳节之际将反诈法律知识送到老人身边。

活动现场,干警向附近居民分发宣传手册,并结合实际案例,向群众尤其是老年群体讲述不法分子实施诈骗的惯用手段,提醒老年群体在日常生活中要提高防范意识,警惕“免费的午餐”。如遇可疑情况,要第一时间与子女沟通交流或直接报警,避免遭受不必要的财产损失。

暖心服务 情暖重阳

本报讯(记者潘洁婷 通讯员杨志辉)10月11日,遂溪县城月镇政府社工站与吴西村委会、乡村振兴驻镇帮镇扶村工作队组织开展“九九重阳节 浓浓敬老情”主题系列活动。

活动现场分为暖心义剪区、为长者奉茶区、互动套圈区。在暖心义剪区,理发师为长者提供免费理发服务;在长者奉茶区,志愿者们精心准备了茶叶和茶具,为长者奉上一杯热茶气腾腾的茶水;互动套圈区更是排起了长长的队伍,现场欢声笑语,其乐融融。

午餐时分,志愿者还准备了营养餐点,老人们吃得健康、吃得开心。在用餐过程中,志愿者与老人交流,了解他们的生活状况和需求,为其提供力所能及的帮助。

外嫁女慰问长者

本报讯(记者钟邦国 通讯员吴智雅)10月11日,雷州市雷高镇山前村20多名外嫁女相约回娘家开展走访慰问活动。

爱心活动由出嫁姐妹代表吴美能发动组织,她在几个月前提出倡议,得到了170多名出嫁姐妹踊跃捐款以及村委会干部和乡贤的支持。当天下午,出嫁姐妹代表进家人户看望了部分行动不便的五保老人、孤儿等,送上慰问品及慰问金。

欢声笑语聚一堂

本报讯(记者潘洁婷 通讯员王志强)10月11日,湛江市旗袍文化研究会会员走进遂溪县洋青第一敬老院,与这里的老人们共庆重阳节。

大家为老人们带来了被子、保暖内衣、帽子、袜子等日用品,送上了老花镜,还表演了精彩的文艺节目,与老人们一起分享蛋糕。

凝聚“银龄”力量 助力老有所为

港城 讲事

□叶舒云

近日,各地举行丰富多彩的活动,倡导尊老、敬老、爱老的传统美德,喜迎重阳节。(10月11日《湛江日报》)

时节如流,我们又迎来一年一度的重阳节。

重阳节始于西汉,距今已有2200多年历史。《易经》中把“九”定为阳数,九月初九,两九相重,故名“重阳”。“九九”与“久”

久”同音,有长久、长寿之意。1989年,我国把每年农历的九月初九定为“老人节”。2006年,重阳节入选中国第一批国家级非遗项目;2013年7月1日起实施的《老年人权益保障法》,明确规定“每年农历九月初九为老年节”。如今,重阳节已经从一个节日、一个节点,上升成一种纪念、一种文化。

尊老、敬老,既要老有所养、老有所乐,又要助力老有所为。“银龄”人才是强大的“宝库”“智库”,具有专业、经验、威望等诸多优势,近年不少地方充分激发“银龄”活力,在乡村振兴、矛盾化解、智库顾问等方面绽放“银龄”风采。比如有的地方推举德高望重、阅历丰富的乡贤做“和事佬”,充当起排解纠纷的重要力量,通过“村民议事

会”等形式积极建言献策,有力地推动了矛盾纠纷调处,激发基层治理内生动力。也有地方组建“银龄”党支部、“银耀”品牌工作室、“银尚”志愿服务队等,结合各人不同专业特长,贡献“银发力量”。

鼓励更多老年人发挥余热、老有所为,需要各方面的合力。

对于家庭而言,亲人的肯定与支持是关键。子女们应主动与老人沟通交流,耐心倾听他们的想法和计划,鼓励他们去尝试感兴趣的事情。而村居层面,要搭建丰富多样的平台,让老年人能一展所长。比如当下如火如荼的“美丽庭院”建设,大可邀请有专业知识、丰富经验的老人担任主讲,传授经验,既能发挥他们的园艺才能,又能美化环境,

助力“百千万工程”实施。相关职能部门、志愿机构,也应为有一技之长的老年人提供咨询和指导,给予积极参与社会活动、志愿服务的老年人适当奖励,利用当地媒体、政务公众号等多种宣传渠道,开通专栏专刊,广泛宣传“银龄”人才助力湛江发展的先进事迹,增强其荣誉感、获得感,以正向激励动员更多“银龄”人才参与其中、乐在其中。

“莫道桑榆晚,为霞尚满天。”希望广大老年朋友都能保持老骥伏枥、老当益壮的健康心态和进取精神,通过学习新的技能,如摄影、绘画、乐器演奏等,提升自己,结交志同道合的朋友;参加老年志愿者服务团队,在公益活动中奉献爱心,让“老有所为”成为湛江的一道亮丽风景线。

敬老院里饺子飘香

本报讯(记者李亚强 通讯员张文霞 黄云峰)10月11日,广东省高速公路有限公司湛江分公司湛江志愿服务队与徐闻县许姐志愿者协会相约来到徐闻县仁爱敬老院,为老人们送上节日问候和祝福。

活动中,志愿者们带上自制的饺子皮和馅料,与老人一起包饺子。大家共同擀面皮、剁馅、包饺子,边包边聊天。在一片欢声笑语中,饺子放满了一盘又一盘。中午,大家一起品尝制作的饺子。志愿者们还送上水果、纸巾等慰问品,并为老人修剪指甲、打扫房间。

志愿者暖心送服务

本报讯(记者潘洁婷 通讯员谭海清 黎壁贤)10月11日,化湛高速团委“湛蓝青春”志愿服务队走进雷州市沈塘镇处井村敬老院,开展“重阳敬老心欢畅,温暖传递化湛情”志愿服务活动。

活动中,志愿服务队为老人打扫卧室卫生,清扫庭院。志愿者围坐在老人身旁,与老人聊家常,认真倾听他们的心声和故事,了解他们的生活需求,同时送上油、米、面、饼干等慰问品。

爱心团队助学敬老

本报讯(记者简陈明 通讯员李梅美)10月11日,深圳市爱心团队到徐闻县锦和镇六极岛开展助学敬老送温暖活动,为六极小学捐赠空调、桌凳、校服、运动鞋、书包等物资一批,并为全岛80岁以上高龄老人、五保老人、残疾困难群众发放大米、花生油及慰问金。

当天,主办方还邀请徐闻县人民医院医护人员为老人义诊。活动中,医护人员为老人们测量血压、检查身体,并根据检查结果给予健康建议和指导。

湛江经开区:欢聚一堂 敬老爱老

本报讯(记者陈荔雅 通讯员徐波)10月11日,市文明办、湛江经开区文明办、区新时代文明实践中心、海滨东社区党委等单位在湛江海滨船厂联合举办“重阳秋色暖 敬老情更浓”2024年湛江经开区“我们的节日·重阳节”主题活动(如图,记者林石湛 摄),辖区部分老年居民欢聚一堂。

活动内容丰富多彩,精彩纷呈。“祈福签到”“放鸢祈福”“茱萸投壶”“春秋秋收”等趣味游戏吸引了众多居民参与,现场欢声笑语不断。活动现场还设置了赏菊游园会和品菊花香茶、尝重阳花糕环节。在“重阳敬老送健康”环节,还邀请了医护人员为老年人提供免费体检和咨询服务,让老年人健康快乐过节。



赤坎区:多彩活动庆重阳

本报讯(记者陈荔雅)10月11日,赤坎区委老干部局、区老干部活动中心在区老年大学联合开展“九九重阳 岁岁安康”重阳节主题系列活动(如图,记者林石湛 摄),为老年人带来丰富多彩的节日体验。

趣味游园会设置了“套圈圈”“独木桥”“乒乓球弹跳”等游戏,老年人兴致勃勃参与其中,现场欢声笑语不断。随后,开展瑜伽健康科普主题讲座,为老年人普及瑜伽健康知识,引导其通过科学锻炼守护健康生活。曲艺室也热闹非凡,老年人纷纷登台献唱,气氛热烈。“今天的活动丰富多彩,我们感到很开心。”参与活动的刘老太太激动地说。

