萧山日报
XIAOSHANDAILY

朝夕美好

总第8期
2023年10月31日 星期二

主办:萧山区民政局
协办:萧山区融媒体中心

《朝夕美好》编委会:
柳玉华 叶臻刚 盛 政
张五一 洪 科

主 编:洪 科
执行主编:孔亮燕
责任编辑:戴红芳

联系电话:82666277

扬尊老中华之风 传浓浓敬老之情

——我区开展“敬老月”主题系列活动

家有一老,如有一宝。截至2022年末,我区60周岁以上老年人口为32.92万人、占户籍总人口的26.09%,老年人口规模位居杭州所有区县市首位。10月是敬老月,又恰逢九九重阳节。为弘扬中华民族孝亲敬老传统美德,维护老年人合法权益,持续优化养老孝老敬老社会环境,我区广泛开展了形式多样、内容丰富的“敬老月”主题活动,营造出关心爱护老年人的良好氛围。

■文/记者 朱林飞 通讯员 贺军

走访慰问百岁老人 最长寿者为108岁

九九重阳,百岁安康。重阳节当天,区老龄委常务副主任叶永浩、区卫健局党委委员黄稷钦等前往衙前镇衙前村开展“敬老月”走访慰问活动。

叶永浩一行看望慰问了百岁老人赵凤花和徐菊花,关心他们的生活状况和身心健康,叮嘱他们注意天气变化,好好保重身体,保持愉悦心情,安享幸福晚年生活,并要求相关部门和村干部要多关心关爱老年人,帮助他们解决实际困难。赵凤花手捧鲜花,高高兴兴地说:“现在社会条件好了,国家政策也好,我们老年人的生活越来越幸福……”

百岁老人经历百年风雨,见证时代变迁,更是我们社会无可替代的宝贵财富。根据最近出炉的2023年度萧山区十大寿星名单,截至今年9月底,我区共有百岁老人256位(含虚岁),其中男性76人,女性180人。其中义桥镇108岁(虚岁)的邵老先生成为萧山区最长寿老人。

在全区各镇街中,百岁老人(含虚岁)人数最多的是瓜沥镇,累计有45人;城厢街道百岁老人有20人,位居第二;浦阳镇党湾镇百岁老人各有14人,并列第三。通过数据分析显示,2015年萧山区百岁老人(含虚岁)人数为126位,短短近9年时间,我区百岁老人数量已增长一倍多。

经调查分析,萧山长寿老人增多主要有以下几大因素:一是经济快速发展、人民生活富足,这是长寿的基础因素。萧山作为东南沿海较发达地区,人民生活水平较高,老年人社会保障和福利制度较为完善,养老金逐年递增。老年人自身及家人在养老方面投入不断增加,夯实了长寿的经济基础。二是社会环境和谐、服务水平提升,这是长寿的主要因素。萧山重视老龄事业,出台了一系列的惠老措施和养老产业扶持政策,让老年人的幸福指数逐年提升。三是有健康的生活习惯和良好的心理状态,这是长寿的关键因素。经走访发现,百岁老人都有一些共同特点,即拥有良好的生活作息习惯、饮食习惯和积极的心态。每天早睡早起,睡眠充足,清淡饮食,膳食均衡,心情愉快,家庭和睦,美意延年。四是医疗卫生水平的提高,这是健康长寿的重要因素。近年来,萧山区老年健康服务不断创新完善,积极推进医养结合服务体系建设,探索安宁疗护、智慧医疗、智慧养老等健康服务,让老年人安享晚年。目前,我区建立了城市步行15分钟、农村出行20分钟就医圈,能很好满足老年人的就医需求。

萧山多寿星,与当地的“孝德”之风也有很大关联。以党湾镇为例,当地除了启动银龄颐养民生工程为老年人提供助餐、助医以及日间照料服务外,当地还建起了孝德馆,通过实物、文字、图片和影像等形式展示众多身边孝老爱亲的感人事迹。当尊老孝亲的文明之风在乡村兴盛起来时,不仅可以为乡村全面振兴提供精神动力,也让生活的家园更加和谐美好。

另外,作为国家级智慧健康养老示范基地,萧山把养老服务作为重中之重,已连续多年列入民生实事项目。通过数字赋能,建设智慧养老系统,逐步构建起“以居家为基础、社区为依托、机构为补充、医养相结合”的养老服务体系。

多彩活动欢度重阳 共享发展成果

重阳节当天,秋高气爽,千余位区级机关离退休干部职工齐聚萧山区体育中心体育场,度过了一个愉快安康的重阳节。

这里刚刚举行过杭州亚运会足球比赛,老人们绕着塑胶跑道徒步走,矫健的身手展现出不输年轻人的精神风貌。他们表示,重阳节能够在这个外形和色彩都很靓丽的场馆中度过,感觉就像在参加亚运会一样,非常值得纪念。

就在同一天,萧山区“活跃银铃 乐在重阳”活动周启幕。来自我区的近千名退休人员参加了象棋、围棋、冰壶球、乒乓球、飞盘等活动,其乐融融过重阳。活动周期间,区退休干部活动中心组织退休人员体验香囊制作工艺,开设法律小讲堂、人社小讲堂、专家义诊等活动,让老年朋友老有所学、老有所乐。

重阳节前夕,萧山区茶文化研究会联合区劳模工匠协会、区总工会、区委老干部局、区退役军人事务局、区文旅局、钱江世纪城管委会,在钱江世纪城举办了“品金秋佳茗·享亚运盛事”敬老茶会活动,把茶文化带到老干部、老劳模、老工匠、老军人身边。

在亚运盛会的喜悦气氛中,来自萧山技师学院的学生们用一套行云流水的茶技,行敬茶礼仪,为现场的老人们敬上了红茶与重阳糕。老人们欢聚一堂观看了《同爱同在》《采茶舞曲》《金玉良缘》《开茶歌》《百善孝为先》《萧山等你来》等具有亚运氛围的歌舞、戏剧曲艺文艺表演,一边畅谈亚运新封面萧山的巨大变化,一边交流以茶养身的心得。

从8月起,萧山区老年艺术团(萧山区老年文艺志愿服务队)的志愿者们将群众喜闻乐见的文艺节目送到村(社区)、养老院、老年活动中心,赋能银龄美好幸福生活。就在10月23日重阳节当天,志愿者们在盈丰(和家·御虹府)、临浦(颐乐养老临浦分园)、城厢(俊良社区)进行了三场演出,让老年人在欢声笑语中载歌载舞欢度佳节。

当天,区养老协会联合区慈善总会义工分会、杭州萧山兰玫瑰休闲养生有限公司等公益组织(企业),将爱心慰问品及便民的修脚、洗脚、推拿等服务送到养老院。技师们一边耐心地为长者们修掉脚上的死皮、脚趾甲,按摩腿部、脚部,一边普及洗脚、护脚知识,精湛娴熟的手艺和热情周到的服务收获了老年人的频频称赞。

10月末、11月初,区养老协会还将在党湾镇、蜀山街道组织2场综合性庆重阳文艺晚会,围绕“快乐、温暖、感人、振奋”主题,浓厚重阳尊老敬老爱老氛围,提升居民欢乐值。

10月末,萧山区第九届“健康老年生活博览会”将在江寺公园如期举办,规划老公益服务展位40余个,为老年人提供科学、便捷、免费的为老服务,让老年人共同参与乐享萧山、安居萧山、友好萧山、文明萧山成果。

各镇街社区为辖区老人送温暖送关爱

重阳节前后,我区各镇街社区通过开展形式多样的主题活动,为辖区老人送去别样的温情与关怀。

闻堰街道机关退休支部开展了“党润银龄 乐享重阳”登山活动。老干部们兴致盎然,精神饱满,登高途中叙述着退休生活的幸福点滴,共话祖国的繁荣昌盛,气氛热烈而温馨。大家一边游览一边感慨地说,作为机关退休干部要继续发挥余热,为党和人民事业发展增添正能量。

北干街道天悦社区举办了“金秋重阳太极拳友交流会”,为居民展示了杨氏四十二式太极拳、二十四式太极拳、太极功夫扇以及太极剑等精彩表演,推动形成良好的尊老、爱老、敬老社区文化。星都社区开展重阳糕制作活动,带领社区老年居民体验中华民族的传统文化,传承尊老敬老爱老的文明风尚。博学路社区邀请辖区老年居民一起游览湘湖。在湘湖边,大家一起玩起了“萝卜蹲”、“你画我猜”等童年游戏。在美丽秋景的陪伴下,一个个有趣的小游戏让老人们“拾回童心”,一起度过了一个“童趣”满满的重阳节。

城厢街道湘湖社区开展“湘妹厨房”米糕制作活动,为老人们营造节日氛围。面点达人“馒头外婆”许永梅与湘湖幼儿园的老师们制作了80盒重阳糕,挨家挨户送给90岁以上的高龄老人。万寿桥社区编织班的成员们亲手织了10条温暖牌围巾,送到高龄老人的手里,让他们感受到社区大家庭的关爱。育才东苑社区开展“九九重阳,健康相伴”健步走活动。大家从社区门口出发,沿途路过回澜初中、乐购超市,再顺着新小区通惠·云望府回到社区,全程约1.8千米。居民朋友在感受秋日氛围的同时,也再次打卡了社区内的各个小角落。

新塘街道站前社区为老人们准备了一场愉快又轻松的“社区 Walk”。大家从居委会出发,沿着站前社区辖区外围步行,完成6个定向点位打卡小游戏,最后回到社区领取精美小奖品。泰和社区举办了“秋日花花老友记”的活动,其中之一便是“时光照相馆”。在社区网球场,桌上沙壶、保龄球、颠羽毛球、踢足球、投篮、投沙包、飞镖、掷骰子等多个项目,让社区老友们感受了一把运动的愉悦。

瓜沥镇航坞社区举行了一场“以爱之名·感恩邻里”的幸福百家宴,清甜的桂花香夹杂着饭菜烟火气,营造出浓浓的邻里温情。百家宴,百家菜。油爆虾、红烧肉、酸菜鱼、三鲜汤…每道菜都是居民在家亲手烹饪好,又精心打包摆盘,带到现场与邻里好友分享。大家津津有味地品尝了每道菜品,并根据菜品的色、香、味、创意等多方面进行品鉴,评选出“十佳”菜肴。

南阳街道南阳社区在居家养老照料中心开展“暖暖重阳意,悠悠敬老情”活动,带老人折纸花,开展垃圾分类游戏,营造出浓厚的重阳氛围。