

爱在重阳,更在日常

□ 马丽芳

岁岁重阳,今又重阳。社区慰问、体检义诊、健康讲座、文艺表演……连日来,我州各地相继举办了丰富多彩的重阳节活动,这些点滴日常传递了党委、政府的关怀和社会温情,唤醒了社会敬老意识,营造了敬老爱老的良好社会氛围。

敬老爱老是重阳节自古以来的传统,这份传统,不仅是对老年人一生辛劳付出的感恩,更是对生命循环规律的敬重,直接关系到社会文明程度的高低。数据显示,截至2024年末,我州60岁及以上人口已达67.5万人,占全州人口的20.2%,人口老龄化程度持续加深。与此同时,社区养老服务供给不足、空巢老人数量增多、“精神赡养”缺失等问题仍不同程度存在。

如何将敬老爱老落实到日常行动中,让老年人“老有所养、老有所依”?对政府而言,需强化制度保障与公共服务:一方面完善养老相关政策,加大社区养老服务中心、幸福食堂等基础设施的建设力度;另一方面要推进居家适老化改造,健全居家养老服务体系,切实保障老年人合法权益。对社会而言,要积极营造氛围并提供多元服务:通过各类媒体广泛宣传孝老爱亲典型事迹,大力弘扬敬老爱老传统美德;鼓励企业、社会组织开展敬老志愿服务活动,同时优化医院、银行等公共场所的服务流程,帮助老年人跨越“数字鸿沟”,更好地融入数字社会。对家庭而言,要切实履行赡养责任与情感关怀义务:子女既要承担物质赡养责任,保障老年人的基

本生活需求,更要重视精神赡养和情感陪伴,避免老年人陷入“精神空巢”。

“老吾老以及人之老。”敬老爱老,便是重阳节最好的节日礼物。真正的敬老爱老,往往体现在细微的日常点滴中:子女一次耐心的倾听、一通温暖的视频通话、一顿热闹的家团圆饭,都比昂贵的礼物更能让老年人开心。这些看似微小的举动,能让老年人真切感受到“被需要”“被重视”,也正是他们对情感联结的深切期盼。从对家中老人多一点耐心,到对身边老人多一份善意;从主动参与社区敬老志愿服务,到积极关注老年人权益保障……每一个细微的行动,都能汇聚成全社会敬老爱老的磅礴力量。每个人都应将敬老爱老内化为自身修养,让“常回家看看”的叮嘱,“你陪我长大,我陪你变老”的承诺,成为人间最动人的旋律。

爱在重阳,更在日常。唯有让敬老爱老成为常态化的社会风尚,才能让每一位老年人在岁月的余晖中,切实感受到来自社会的温情与敬意,真正实现“老有所养、老有所乐”。如此,才能持续提升老年人的获得感、幸福感、安全感,为建设文明和谐的社会注入温暖力量。

时评



▲ 洱源县凤羽镇纪委工作人员向群众了解养老保障相关政策落实情况。(摄于10月20日)

近年来,洱源县各级纪检监察机关立足职责定位,将监督推动“老有所养”作为民生保障的重要内容,聚焦养老政策落实、养老机构管理、养老服务项目运行等关键环节,统筹“室组地”监督合力,通过明察暗访、走访调研等方式,推动各职能部门从资金监管、服务优化、模式创新等方面持续发力,让监督成效真正转化为老年人的获得感和幸福感。

[通讯员 杨丽萍 刘静 摄影报道]



老年人在风景如画的巍山县南诏镇华山公园休闲娱乐。(摄于10月22日) 近年来,巍山县以适老化改造为抓手,积极打造老年宜居环境,推进老年友好型社会建设,不仅给老年人的生活带来方便,也提高了周边居民生活的幸福感。 [通讯员 陆向荣 摄]



大理市下关街道幸福社区新时代文明实践站联合大理州直老体协乒乓球分会开展“九九重阳节——银龄挥拍 乐享重阳”乒乓球联谊赛暨颁奖仪式。(摄于10月20日) 本次活动共有大理州直老体协乒乓球分会会员和社区工作人员20余人参加。 [通讯员 马海莲 摄]



大理州老干部活动中心(老年大学)联合大理州中医院在校内开展“敬老月”义诊活动,让老年学员足不出校就能享受到专业优质的诊疗与健康服务,用实际行动传递健康与关怀。(摄于10月23日) 此次义诊活动共服务老年人200余人,下一步,大理州老干部活动中心(老年大学)将持续开展更多关爱老年人健康的主题活动,让老年人切实感受到社会各界的温暖关怀,为他们安享晚年增添健康保障。 [通讯员 梁宜妆 摄]

南涧县—— 情暖重阳护安康 茶歌唱响敬老情

本报讯(通讯员 左世奎 康亚妮)在重阳佳节来临之际,南涧县疾病预防控制中心党支部组织党员医务人员走进县敬老院,开展“情暖重阳,敬老爱老”健康科普活动。通过专业讲解、贴心服务和文化互动,为老人们送去了一份特殊的节日礼物。

活动现场,医务人员针对老年人普遍关心的健康问题,开展了“老年人日常保健”与“如何预防跌倒”专题讲座。讲解人员用当地方言,结合生活实例,生动阐述了秋冬季节呼吸道疾病预防、合理膳食、科学运动等知识。

讲座结束后,党员医务人员随即开展“一对一”精准服务。他们分组来到老人身边,弯腰俯身,耐心询问每位老人的身体状

况与生活习惯,并给予个性化健康指导。活动的特别环节在悠扬的茶歌中拉开帷幕。老人们自发合唱起民族传统歌曲《这杯热茶喝起来》,质朴的歌声承载着对生活的热爱,也传递出对医务人员的深深谢意。

随后,县疾控中心工作人员献上独奏《我和我的祖国》,婉转的旋律在院落中回荡,不少老人轻声跟唱,眼中闪着泪光。这场文化互动不仅拉近了彼此距离,更让敬老爱老的传统美德在每个人心中生根发芽。

此次活动是南涧县卫健系统推动党建与业务深度融合的生动实践。县疾控中心党支部书记表示,将继续以党建为引领,常态化开展此类暖心服务,真正实现老有所养、老有所医、老有所乐。

祥云县—— 厚植关爱底色 赋能银龄健康生活

本报讯(通讯员 钱雪莲 王金梅)近日,祥云县通过政策培训、健康讲座、精准体检、上门义诊等方式,为老干部送上贴心关怀与健康“礼包”。

政策培训明方向。组织全县各乡镇、各部门分管领导和部分离退休老干部开展老干部工作政策业务培训,通过政策解读、经验交流等形式,帮助老干部及老干部工作者准确把握离退休老干部健康体检、生病看望、医保报销等方面的相关政策,推动各单位切实保障好老干部待遇,确保政策宣传“无死角”、服务对接“零距离”。

健康讲座传新知。邀请祥云县人民医院骨科和老年医学专家开展老年人健康体检知识讲座,全县100多名离退休干部聆听了讲座。两位专家通过案例剖析、动画演示、现场互动教学等方式,系统讲解了肌少症的典型症状与科学测定方法,深入剖析原发性骨质疏松的潜在风险,并现场示范教学,手把手传授预防骨质疏松的针对性锻炼方法与实用技巧,将专业知识转化为可落地的健康行动,有效引导离退

休干部科学养生。精准体检护安康。为实现健康隐患“早发现、早干预”,县委老干部局统筹协调医疗资源,优化体检服务流程,根据老干部的年龄、病史等情况制定综合体检套餐,组织老干部进行体检。体检现场安排专人全程陪护,对高龄、行动不便的老干部提供“一对一”搀扶引导服务,医护人员实时解答健康疑问,切实筑牢老干部健康屏障。

贴心服务暖人心。对离退休干部和建国初期参加工作的干部开展“一人一策”精准服务,为其配备家庭医生,定期上门开展健康检查;对需住院治疗的老干部,协助联系医疗机构做好协调服务工作。同时,组织县人民医院、县中医医院的医生及县老科协退休医疗专家,前往县老干部活动中心、部分老干部党支部及公园等人流集中场所开展健康义诊,解答健康问题,提供专业医疗建议和健康管理指导。

下一步,祥云县将持续优化服务举措,丰富服务形式,助力离退休干部享受健康快乐的老年生活。

宾川县宾居镇—— 老有所学绽风采 文化惠民乐融融

本报讯(通讯员 吴倩)近日,宾川县文化和旅游局联合宾居镇文旅中心开展为期3天的文化人才演戏培训,为老年朋友们带来了丰富多彩的艺术课程。

老年学员们专注练习,老师耐心指导,从基础指法到乐曲表现力进行系统教学。在循序渐进的教学过程中,学员们对精准的把握更加精准,演奏技巧也日益娴熟。

老师亲身示范经典唱段的唱腔与身段,从发声方法到台步走位逐一细致指导。学员们认真学习每一个动作,反复揣摩唱腔的抑扬顿挫。尽管没有华丽的戏

服装扮,但老师们生动的教学方式和学员们饱满的学习热情,让演戏这一传统艺术在基层焕发出生机。

此次培训既是宾居镇“文化惠民”工程的生动实践,也是对“三区”群众文化需求的暖心回应。学员们纷纷表示,将把所学技艺带回社区,积极带动更多文艺爱好者参与演戏传承与相关活动。

下一步,宾居镇将持续推进文化惠民工程,推动优质文化资源进一步深入基层、惠及更多群众,为地方文化事业繁荣发展注入源源不断的活力。



AI绘画/合成:何俊偉