

我市开展形式多样的尊老敬老活动

重阳将至 敬老情长

金秋送爽，今又重阳。下周，我们将迎来中国传统敬老日“九九”重阳节。早在唐代，重阳就被定为正式的民间节日。今天，我们的敬老节，除了继承传统的习俗外，重阳前后我市还将开展形式多样的尊老敬老活动。岁岁重阳，今又重阳。祝愿所有老年人平安幸福、健康快乐。

记者 张昊
通讯员 刘平
曹佳虹
徐丹娜



“爱心敬老团队”志愿者为宁舟社区老人洗脚。

通讯员 李超 摄

第六届中华慈孝节 周日拉开序幕

第六届中华慈孝节周日将在江北区拉开序幕。据悉，慈孝节将继续紧扣慈孝主题，开展第六届中华慈孝节主题晚会、电视剧《孝心孝道》开机仪式、江北区百户“慈孝家庭”评选、重阳登山活动、江北区“我们的节日”重阳敬老文明礼仪活动、第六届中华慈孝节走进社区(村)巡演、江北区千名慈孝志愿者进社区(村)活动、“星期六·相约古县城”等八大主体活动。

作为全国首个“中国慈孝文化之乡”，江北区慈孝文化源远流长。该区围绕“慈孝”主题，广泛开展慈孝文化宣传教育。依托中华慈孝节，开展寻找当代中华最感人的慈孝故事(人物)、慈孝家庭评选、“江北好人”评选等活动，挖掘和树立了一批可学可敬的慈孝典型，从结对帮扶困难家庭孩子上学的好党员，到几十年如一日照料独居老人的“好邻居”，“说慈孝话、行慈孝事、做慈孝人”在今日的江北已蔚然成风。

慈城还建立了慈孝馆、慈孝广场等设施，将慈孝元素有形化，着力打造慈孝文化宣传的文化阵地；组织师资力量，编写了反映慈城慈孝典故的慈孝读本《慈水涓涓》；开设慈孝课堂，向未成年人传扬慈孝理念，提升品行修为。

“在我们这里，孝德教育已成为青少年德育教育的重要内容。”江北区文明办负责人表示，“我们利用春节、元宵、中秋、重阳等传统节日以及中华慈孝节，组织开展慈孝主题系列活动，进行慈孝文化主题教育，增强孩子孝老爱亲意识。”

去年以来，江北还启动开展“慈孝江北、见证金婚——我们为老人拍金婚照”大型公益活动，一批志愿者纷纷加入活动为金婚老年人拍摄金婚纪念照，展现出大家对老年人的关心，形成敬老、爱老、助老的良好风尚。

在慈孝文化的熏陶感召下，一批慈孝浙商也纷纷回乡回报桑梓，踊跃捐资助学，参与开发建设。慈城籍企业家王伟明捐资建设黄山敬老院，这个集老人休养、医疗康复、休闲娱乐为一体的开放型养老机构预计年底开院运营。

为老人庆金婚:重温半个世纪的爱情

拍合照、做金团、送玫瑰、表真情……9月16日，海曙区朝阳社区邀请47对金婚夫妇举行了“龙凤呈祥庆金婚”活动。94位白发苍苍的老人在邻居们羡慕的眼光中，手挽着手，恩爱如初。

全体老人一起读出了他们的金婚誓词：“我们承诺一生相守，无论是顺境或是逆境；我们承诺一生相守，无论是富贵或是贫穷；我们承诺一生相守，无论是健康或是疾病。牵手走过50年，我们无愧

于岁月，愿天下有情人终成眷属，愿天下有情人都是金婚。”

满头白发的袁理卿为妻子朱翠花送上了一朵玫瑰花：“老太婆，希望你身体健康，能与白头到老，我爱你！”

此时的朱翠花，眼睛里泛起泪花：“这么多年都没说过这样的话了，一下子也不知道要说什么了。”

老人们还在面点师傅的指导下，做了代表长寿的龙凤金团，品尝老伴亲手做的

金团。陈赛娣说：“这么多年都是我给他烧饭煮菜，今天终于尝到了老伴做的东西，真难得，也真是甜到心坎里了。”

年过古稀的金婚老人崔梅村说，虽然当年没能为老伴举办一场像样的婚礼，但他们还是幸福地生活了这么多年。如今，两人都已满头白发，孩子们也都成家立业、生儿育女了。“感谢这样一次有意义的金婚活动，让自己又重温了和老伴这半个世纪的爱情。”

为独居老人足浴：“量身定制”调理身体

“在家门口享受足浴服务，觉得很新鲜。”几天前，江东南宁社区20位70周岁以上的独居老人享受了一回洗脚、按摩、修指甲“一条龙”的“敬老服务”，提供志愿服务的是江东区一家足道公司的13名员工，他们自发组成了“爱心敬老团队”。

“奶奶，这水烫不烫？”技师杨巧利一边轻声询问面前一位姓曹的老人，一边小心翼翼地吧老人的双脚放进足浴专用的桶里。

“不烫，热度刚刚好。”87岁高龄的

老人面带笑容说。她在享受技师专业的捏、捶、揉、拍后身体逐渐放松开来。

杨巧利说，老人们走路少，脚底血脉不畅，有可能导致身体其他功能下降或衰退，通过脚底反射区穴位的刺激，可以使他们的身体得到很好的调理。针对每位老人不同的体质，他们再兑以泡脚专用盐、醋、姜或中药成分的药水，可谓是“量身定制”。

“阿婆，你的脚趾甲内嵌了，很容易得甲沟炎，我来帮你修修吧。”修脚服务

志愿者在认真修脚的同时，还不忘建议老人要穿宽松柔软的鞋子，并提醒她要勤剪脚趾甲，以免指甲内嵌发炎。

这位姓孙的老人不停夸赞修脚师：“你修得真仔细，这可是个精细活。”

“我们爱心敬老团队的每位技师志愿者都在外务工多年，常常思念家乡的父母长辈。”杨巧利说，“也是出于这方面的考虑，公司每年都会组织爱心敬老团队的志愿者无偿为老人们提供敬老服务。”

为老人查眼病:送健康送光明

眼科疾病是老年人常见的疾病，不及时治疗会引起视力残疾，甚至致盲。9月11日，市眼科医院“重阳送温暖，敬老亮眼行”老年眼病普查公益活动走进北仑区小港街道陈山社区和红联社区老年活动中心，义务为老人们举办“老年性眼病预防”健康知识讲座和眼病普查。

200多位老人前来参加活动，现场气氛很热烈。医护人员不仅图文并茂地为老年人讲解了眼科保健知识，还依次为大家进行视力测试以及白内障、眼底等眼科疾

病检查，并耐心接受居民的咨询，提醒老人如何防治眼部疾病。

活动中，医护人员查出低视力白内障17人，老年性黄斑变性等眼底病41人，玻璃体混浊等其它眼病35人。红联社区一位姓杨的老人双腿残疾，家庭生活困难，双眼都患有白内障。医护人员让她放宽心，并告诉她医院红十字会将资助她2200元，近期就为她安排复明手术时，这个好消息让老人激动不已。

9月20日上午，来自宁波卫生职业

技术学院的20余名专业志愿者，来到鄞州区春城社区，为老人量血压、保健推拿、听力检测等。今年鄞州区“敬老月”老年健康系列志愿服务活动也由此启动。

据介绍，该志愿服务活动由鄞州区老龄办联合宁波卫生职业技术学院团委、鄞州区志愿者协会等多家单位共同举办。今年的活动主题为“幸福鄞州，健康晚年”，在鄞州中心城区的6个街道30个社区及周边乡镇30个村开展，活动将一直持续到10月底。