

重阳节 老龄视野

有一说一

两河漫话

让敬老爱老蔚然成风

□ 郝凯

□ 张颖

岁岁重阳,今又重阳。重阳节是我国传统节日之一,古人把重阳节视为避邪、祈福、祭祖和庆贺丰收的重要节日。传承至今,重阳节又增添了尊老、敬老、爱老、助老等内涵。这个节日提醒我们:每个人都会老去,全社会都要积极行动起来照顾好老年人,而且不只在重阳节。

老吾老以及人之老,尊老敬老是中华民族的传统美德,爱老助老是全社会的共同责任。在现代社会,老人晚年生活是否幸福,已不单单取决于物质上的富裕,更有赖于精神上的富足;对老人的关爱,也不限于特定期、特殊节日,更在于日常生活中的点滴付出。

随着社会进步和生活质量逐步

提高,老龄群体不断扩大。统计数据显示:截至2022年底,聊城市60岁以上老年人口123.26万,占总人口的19.19%。人口老龄化进程的加快,对交通、居住、就医、环境等提出了更高、更紧迫的要求。

“满足老年人多方面需求,让老年人有一个幸福美满的晚年”已成社会共识。各级党委、政府将应对老龄化社会作为工作的重中之重,健全完善养老服务体系,努力让老年人老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安。相关部门积极推广机构养老、居家养老、日间照料、医养结合等模式,不断满足群众养老需求。许多地方还动员更多社会力量参与到养老事业中,既让老年人得到了更周全的照顾,也解决了其子女的后顾之忧。

敬田得谷,敬老得福。在敬老爱老方面,我市已经有不少成功的做法,比如60周岁以上老年人免费乘坐城市公共交通工具,一级及以上医疗卫生机构100%开设老年人绿色通道,已经创建6个全国示范性老年友好型社区、12个全国“敬老文明号”。社区、单位通过进行适老化改造,服务老年人能力水平不断提升,老年人获得感、幸福感、安全感不断增强。

年年逢重阳,岁岁皆平安。让我们将敬老、孝道、感恩融入日常生活,一起传承和践行传统美德,给予老人更多的关爱,丰富他们的精神生活,让尊老敬老成为社会新风尚,让爱老助老成为每个人的自觉行动。

适逢重阳佳节,愿所有老人都能老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安,安享稳稳的美好与幸福。

老人要怎么『燃』

先讲一个发生在上海地铁2号线的小故事。有位年近八旬的老人向一位年轻小伙问路,小伙立即起身回答,并给老人让座。没想到,老人连忙摁住小伙,“别!别!别!”这位老人表示自己爱好长跑,从60多岁开始跑,已经跑了10多年马拉松,身体棒得很。为了不让别人让座,他特地戴了顶礼帽遮住白发。

在电影《触不可及》中,坐在轮椅上的残疾人菲利普,希望别人把他当作一个正常人对待,而不是当作一个特殊的人对待。

在足球场上,余华和莫言让史铁生坐着轮椅守门。史铁生在笔记里写道:只有和余华他们在一起,我才感觉是个人。

人老了,最怕什么?笔者认为,老人最怕和残疾人一样,活在被同情、被施舍、被可怜的状态之中。

老有所为,老而弥坚,老人也要“燃”。

老人要怎么“燃”?2021年末,国务院印发《“十四五”国家老龄事业发展和养老服务体系规划》,提出“践行积极老龄观”,鼓励老年人继续发挥作用,加强老年人就业服务,促进老年人社会参与,积极开发老龄人力资源。“践行积极老龄观”既是一种新理念,也是一种新行动。人们需要改变认知,老年人不仅不是负担和包袱,而且还是家庭、社会和国家发展进步的宝贵财富。我们要平等看待老人,尊重、关心他们,鼓励他们培养自己的爱好,支持他们运用自己的智慧和经验“燃”起来。

对老人来讲,也要转变观念。自由的人生从不设限,澎湃的生活有各种可能,就像上文中提到的拒绝年轻人让座的上海老人,他能做到的,很多老人一样能做到。老人年近八旬,跑了10多年马拉松,开始时已是60多岁,这样的起点,并不是不可企及。东昌府区侯营镇74岁的王忠祥老人,退休19年来,持续挖掘整理烈士事迹,为中小生讲述红色故事,用一辆电动三轮车载着108块中国革命史展板,足迹遍布侯营镇64个村庄和社区,先后到全市120多所中小学校进行宣讲,并义务开办“青少年夏(冬)令营”,为4000多个孩子校准了人生航向。

老年人退休之后重新找到自己的燃点,点亮自己,也会变得更洒脱、更通透,反而更容易与年轻人友好相处,进行良性互动,这对于整个社会都有着莫大的意义。

烈士暮年,壮心不已。没有消极颓废,没有唉声叹气,这是何等的胸怀,何等的气魄。老人要“燃”,老人当“燃”!



画里画外



托起幸福 “夕阳红”

积极推动养老服务立法,构建社区居家养老服务网络,推进幸福食堂建设……从政府、社会到家庭,我市全方位努力增强老年人幸福感。老有所养,不仅要有“一日三餐”,更要有“诗和远方”。要在健全完善基本养老服务体系中加快推动养老事业发展,让“夕阳红”更加灿烂美好。

(漫画:侯明明 文字:赵鹏)

街谈巷议

老少相伴,共赴“向往的生活”

□ 侯莎莎

幼儿园式养老,即将幼儿园的教育理念和养老服务融为一体,为老人创造与众不同的养老环境。

在四川雅安,有一家由几名90后、00后开办的养老院,主打“养老无龄化、状态自定义”的经营理念。这些年轻人带着老人拍时尚大片、办艺术展览、唱卡拉OK、露营、变装……做各种新鲜的尝试。老年人在这里体验年轻人的生活,学习如何与社会接轨,像孩子般重新找回好奇心与探索欲。

当下,日新月异的社会发展容易让老人感到孤独与寂寞。如果有更多的年轻人关注老人,发挥各自所长来满足老人社交、学习、娱乐等精神层面的需求,将构筑起让老年人备感

温暖的精神家园。

很多时候,老年人和年轻人需要跨越年龄界限相互交流碰撞:年轻人可为老年人的养老生活带来生机和活力,而社会经验丰富的老年人也可以凭借自身的智慧和经验,给年轻人以启迪。

在一些社交媒体上,上老年大学成了不少年轻网友“向往的生活”。这里学费便宜、课程丰富,没有成绩考核的压力。年轻人跟老年同学一起学唱歌、跳舞,学国学练书法,不失为一种潇洒自在的新活法。

还有一些年轻人选择去老年大学当老师。老年大学里轻松有趣、融洽愉悦的氛围让他们倍感温暖:从老年学生为参加文艺会演羞涩地向年轻老师请假,到给90后老师介绍对

象,再到年轻老师被老年学生“活到老学到老”的精神所感动,年龄相距甚远的老师与学生,在这里碰撞出奇妙而温暖的火花。有趣的是,老年大学老师成为年轻人向往的职业,大家纷纷在社交媒体上交流报考信息,有的年轻人还脑洞大开,为老年人策划紧跟时代发展的新课程。

年轻人想沉浸到有趣轻松的状态中追求多元精彩的生活,老年大学为他们提供了这样的环境;老年人想学习智能技术,更好地融入社会,年轻人可以帮助他们。这种不同代际间的信息共享和社会互动,不失为一种教育和养老形式相结合的新探索。笔者期待,更多年轻人和老年人结成“忘年交”,共赴“向往的生活”!