



时光沉淀后的璀璨绽放

——呼和浩特老人传统的“养老”模式正悄悄改变

晨报融媒实习记者 范伟

在这之前,你是不是觉得老人的生活就是守着电视、盼着子女?可当你走进老年大学,一切认知都会被颠覆。

近年来,生活水平持续攀升,呼和浩特的老人不再满足于传统的“养老”模式,而是积极投身于“老有所学、老有所为”的生活新潮,让晚年生活从“养老”华丽转身为“享老”。在不断学习与积极作为中,他们勾勒出绚烂的“夕阳”画卷,彰显出新时代老年人的青春活力与饱满精气神。

走进呼和浩特老年大学,声乐教室里歌声悠扬,书法课堂上墨香四溢,绘画室内色彩斑斓,舞蹈房中身姿婀娜,各类课程精彩纷呈。这所创办于1991年的老年大学,校内共开设37个专业,83个教学班级,目前在校学员已超2400人次。退休后在这里学习的杨阿姨说道:“老年大学就像一座知识宝库,为我们打开了一扇重新认识世界的大门,让退休生活充满乐趣与意义。”

你看那书法课堂,老人们笔锋游走如龙蛇。在宣纸前,气定神闲。饱蘸墨汁的毛笔在手中落下,每一笔画都力透纸背,仿佛在书写着自己跌宕起伏的一生。那专注的神情,让人动容。

舞蹈室里则是另一番活力景象。动感的旋律中,老人们翩翩起舞。尽管身姿不再像年轻时那般轻盈婀娜,但他们脸上洋溢的笑容却有着超越年龄的灿烂。舒展的手臂像是在拥抱失而复得的青春,旋转的裙摆似在诉说对生活满满的热爱,每一个舞步都踏出了对岁月的无畏。

古筝课堂上,老人们优雅地端坐于古筝前。轻轻拨弦,那清脆悦耳的音符便如潺潺溪流般淌出。弹奏《渔舟唱晚》时,他们仿佛置身于夕阳下的



■老年人翩翩起舞。

江面,扁舟摇曳,余晖洒在波光粼粼的水上。他们眼神沉醉,手法愈发娴熟,时而慢捻,时而急弹,在这古韵中与历史对话,与心灵共舞。

二胡课的角落,老人围坐,二胡声起,如泣如诉的《二泉映月》弥漫开来。拉琴的老人眯着眼,手指在弦上灵动跳跃,身体微微晃动,与二胡融为一体。沉浸在音乐勾勒的回忆里,脸上的皱纹似在诉说着往昔。

这里,是老年大学,是老人们心灵的栖息地。它打破了年龄的枷锁,让岁月的沉淀成为梦想的助力。

李老师欣慰地说:“只要我还能讲,就会一直在老年大学把知识的火种传递下去,让更多的人受益于文化的滋养。”

刘阿姨说:“老年大学让我重拾画笔,我要用这些画传递爱与希望,让更多的人感受到生活中的美好。”

郭老先生说:“老年大学给了我第二次生命,让我能在晚年还为大家做点事。”

杨阿姨说:“老也要有所为,只有退休以后,时间才是

■老先生墨韵凝情。



■古筝弹奏《渔舟唱晚》。

晨报融媒实习记者 范伟摄

自己的。”

王阿姨洋溢着笑容说:“我觉得我太幸运了,66岁还能够为大家跳舞。”

他们说:“我们不愿意让社会抛弃,不愿意让这个时代抛弃。”

……

在这里,每一位老人都是一颗璀璨的星辰,它让我们深刻领悟到,教育的力量不仅在于塑造未来,更在于点亮每一个人人生阶段,让生命的每一刻都绽放出耀眼光芒。

镜若长河—古代中国铜镜文化展



“如果将中国古代不同时期的铜镜连在一起,无疑是一条历史的长河,或浩浩荡荡、波涛汹涌,或低吟浅唱、细水长流,演绎着铜镜发展的精彩与无奈,直至悄然谢幕。”

11月27日,呼和浩特博物馆联合乌兰察布市博物馆、内蒙古博物院、包头博物馆开展为期4个月的“镜若长河—古代中国铜镜文化展”,展出182面铜镜,横跨春秋战国、两汉隋唐、宋元明清等各个历史时期,生动再现了当时各个方面的

社会生活及时代风尚,体现了中国古代不同地域、不同时期的文化特征和各民族的交往交融现象,展现了中华民族伟大的创造力。

27日,晨报融媒记者来到呼和浩特博物馆,参观者王女士告诉记者:“为铜镜开设独立专展很特别,让我们可以同时在这个展厅看到历史长河中多种多样铜镜的实物样貌,参观我国悠久历史中铸造存留的瑰宝,感受厚重的历史文化气息。”

晨报融媒记者 王晓雅摄影报道



“别着急,慢慢来,我帮您!”

“姑娘,康复科怎么走?”“肖大夫今天出诊吗?”“您好,腰伤挂什么科?”日前,记者来到呼和浩特市中医蒙医医院时,医院志愿者刘锦荣正被患者围着咨询问题。

对刘锦荣来说,每天站在医院服务台前,就是为患者提供入院的第一次服务,包括为行动不便的患者提供轮椅等物品,为不会线上操作的老人在自助服务区挂号缴费等等。一上午,她说的最多的话就是“别着急,慢慢来,我帮您!”

在门诊大厅的座椅区,不少老人正在候诊。63岁的马大爷因为打球抻坏了胳膊,进门时还担心自己双手不便不好挂号,但看见志愿者的那一刻立马心安了:“我只说自己胳膊受伤了,志愿者问清情况,一分钟就帮我挂好了号,特别暖心。”

“抽血的地方在哪?”一位大姐着急地把缴费单子递到了刘锦荣眼前:“我帮您画一下路线图。您先抽血,再做B超,然后做碳13,最后来一楼拿药就好,这样节省时间。”

刘锦荣告诉记者:“在医院,患者或家属不会线上挂号、线下排队缴费,找不到诊室等情况时常出现,为了帮助大家解决这些实际问题,我们专门成立了志愿服务

队。”

2016年,呼和浩特市中医蒙医医院组建了“达嘎”青年志愿者服务队,八年间,共注册志愿者868人。其中,包含2支志愿服务品牌队伍:一是“达嘎”先锋青年志愿者服务队,共有140余人;二是“达嘎”南丁格尔志愿服务队,共有150余人,其他服务队成员为各党支部党员、团员、各科室青年。

“达嘎”的意思是‘两岁马’,寓意志愿者吃苦耐劳、一往无前,像小马驹一样展现积极向上的精神风貌,传承和弘扬蒙古马精神。现在,我们的志愿者队伍不只是医院的工作人员,还有大学生和其他单位的人员。未来,我们将继续壮大志愿者队伍,让更多有爱心、有奉献精神的人群加入到我们的队伍中,为患者提供优质、满意的医疗服务体验。同时,在确保现有服务质量的基础上,探索新的服务领域,以满足更多患者的需求。包括开展健康教育项目、支持慢性疾病患者的自我管理、参与医院举办的社区健康推广活动等。”“达嘎”青年志愿者服务队队长于文峰告诉记者。

《呼和浩特日报》记者 梁婧姝

合力救助老人

温暖瞬间

11月26日,呼和浩特市九旬老人因身体不适摔倒,交警与群众共同帮助老人回家。



扫一扫,观看视频

