



## 趣味运动过三八

昨天上午，在湛河区教体局院内，该局的女职工在进行“齐心协力”比赛。为庆祝三八妇女节，当天，湛河区教体局举办了趣味运动会，设置了“带球跑”“齐心协力”“趣味投圈”等多个趣味运动项目。

本报记者 彭程 摄

## 别样“三八节” 相约“夕阳红”

### 老年公寓里 爱心暖人

□记者 傅纪元

本报讯 昨天上午，湛河区数字化城市监督指挥中心的10余名巾帼志愿者走进市夕阳红老年公寓，陪老人聊天，收拾房间，打扫卫生……为老人们提供力所能及的爱心服务，以一种特殊的方式庆祝三八妇女节。

当天上午9点，志愿者们来到市夕阳红老年公寓，将精心准备的香蕉、苹果、橘子等慰问品送到老人手中。

随后，一组志愿者一边陪老人聊天，一边帮老人梳头按摩、修剪指甲、整理房间。另一组志愿者忙着打扫公寓院内的文化长廊。

湛河区数字化城市监督指挥中心主任刘金鹏说：“办一件实事，献一分爱心，不仅让自己备感充实，还让老人们多一分开心，这样的节日过得非常有意义。”

### 养老中心 老少同乐

□记者 张鸿雨

本报讯 昨天下午，石龙区文化广播电视局的10名志愿者、区中鸿幼儿园的近20名幼师共同来到区社会养老服务中心，以表演歌曲、舞蹈，陪老人游戏等形式，庆祝三八妇女节。

当天下午3点，在石龙区社会养老服务中心二楼活动室，志愿者赵凯歌正在为老人演唱歌曲《火火的姑娘》。过后，志愿者又和中鸿幼儿园的幼师一起进行了跳绳比赛。年轻选手们个个“绳”舞飞扬、身手敏捷，引得老人掌声笑声不断。随后，踩气球比赛调动了全场的气氛，很多老人都积极参与。

### 孤寡老妈妈 感受别样温暖

□记者 王桂星

本报讯 昨天上午，平顶山燃气有限公司新华营销分公司的巾帼志愿者来到辖区5位贫困孤寡老母亲家中，为她们送上专门定制的急救爱心小药箱和敬老爱心卡。

当天上午9点左右，志愿者首先来到市区矿工路耐火材料厂家属院魏凤仙老人家中。魏凤仙今年87岁，老伴儿与女儿已离世。志愿者为她送上了配有速效救心丸、棉签、创可贴、清凉油等的急救爱心小药箱和写有老人基本信息、急救电话、志愿者电话等的敬老爱心卡。

随后，志愿者们又来到殷风云老人家中。殷风云的老伴儿去世早，她与智力残疾的儿子共同生活。志愿者也送上了为她定制的爱心卡、药箱和生活用品。

当天，收到这份特殊礼物的还有李秀琴、齐国英、任亚平老人。

## 不少人选择敬老院养老——

# 亲情陪伴对老人更重要

□本报记者 高红侠/文 彭程/图

3月7日，刚吃过午饭，卫东区敬老院的工作人员收拾完毕，便开始忙着准备三八节的活动。

当天下午2点多，记者赶到东安路南段卫东区敬老院一楼餐厅时，几十位老人齐聚一堂。喜迎三八节活动已准备就绪。敬老院里的张国欣、陶建中代表男同胞为大家演唱了歌曲《走西口》《九儿》和《在那遥远的地方》，获得阵阵掌声。

为了带动其他老人的积极性，院长别晓芳带领工作人员示范了“青蛙跳”的游戏。“青蛙跳呀，青蛙跳。一只青蛙跳下水，呱……”在工作人员的带动下，尹崇峰、邢文英、秦兰芳、尤秀芳等老人也参与其中。随后，工作人员和老人还合作演唱了戏曲、歌曲。

### 老人生活乐悠悠

邢文英老人边看节目边和记者聊了起来。邢文英是鲁山县人民医院的一名退休医护人员，虽然已82岁高龄，但精神矍铄，思维敏捷。她有二儿二女，丈夫在她40多岁时去世，她一边上班一边照顾四个孩子。退休后，邢文英跟随小儿子来到市区生活。2012年12月，她突患脑中风，所幸经过救治没留下后遗症。但小儿子家在五楼，她的生活问题成了儿女们关注的话题。经过一家人的权衡考虑和实地考察，2013年10月，邢文英住进了卫东区敬老院。短暂的适应后，邢文英渐渐喜欢上这里有规律的生活。早上，她和几个有共同爱好的老人练太极扇、打太极拳、练气功。遇到集体活动日，他们还会练习大合唱。

“在这里和同龄人有共同语言，又远离家庭琐事，心里可敞亮了。”邢文英说，平时儿女们隔三岔五会来看她，还带来她爱吃的食物和应季的衣服。

### 敬老院里过春节

春节前，儿女们接邢文英回家过年，但被她婉拒。“我来这里几年了，只在家过了两次春节。”邢文英说，敬老院的伙食鸡鸭鱼肉样样全，每道饭菜都很适合老年人的胃口。每逢过年过节，常有志愿者来慰问演出，她已经完全适应了这里的生活，“不想回家给儿女们添乱”。春节前，女儿提前给她买了新衣服。大年初二，全家十几口



工作人员魏霞整理老人的被褥

人来敬老院看望她，他们在附近饭店吃了一顿团圆饭。

据工作人员介绍，近年来，像邢文英这样选择在敬老院过春节的老人不在少数。

今年69岁的韩庭亮是市人防办的一名退休职工，有两个孩子，女儿已出嫁，儿子尚未成家。几年前，他外出锻炼身体时，突然头晕险些摔倒，经诊断患上了脑血栓。经过治疗，韩庭亮还是留下了行动不便的后遗症。为了免去儿女的后顾之忧，他和老伴儿孙中玲商量后，于2014年4月住进了敬老院。其间，韩庭亮病情加重，为了方便照顾，2015年孙中玲也入住同一家敬老院。

记者在韩庭亮夫妇所住的房间里看到，20平方米左右的两人间配有电视机、桌椅等简单的家具，屋内、卫生间打扫得窗明几净，显得十分温馨。爱好广泛的孙中玲白天练毛笔字、吹葫芦丝，陪老伴儿锻炼身体。孙中玲还开通了无线网络，每天上网看新闻；闲暇之余，她还玩微信。老两口的日子过得很舒心。子女还都时不时过来看他们。来敬老院这几年，他们的春节都是在敬老院度过的。

### 陪伴老人更重要

卫东区敬老院办公室主任孙淑娟说，



工作人员刘华枝搀扶老人外出散步

相比吃饱穿暖等物质生活的有力保障，亲情陪伴对老人来说更重要。有些老人的家人不经常来看望，特别是逢年过节时，该院领导要求工作人员时刻关注这些老人的情绪变化，及时与其家人沟通。同时，敬老院还会举办联欢会、聚餐、猜灯谜等活动。

“老人更希望儿女在身边多陪伴。哪怕是吃顿饭、看场戏，甚至是发发牢骚，那也是孩子对老人的一片孝心。”孙淑娟说。

