

唱戏跳舞样样行 八旬老太还年轻

热心授艺,教出来一帮徒弟

□本报记者 邢晓蕊 文/图

“一家人欢天喜地把我来请……”伴随着欢快的乐曲,82岁的黄世英老人唱起豫剧《五世请缨》选段,有板有眼,颇有专业水准。3月12日下午,在新华区湛北路街道文园社区多功能厅,心连心艺术团正在开展戏曲联欢活动,年龄最大的团员黄世英老人神采奕奕,唱戏、跳舞样样拿手,众人皆赞叹不已。

四世同堂 老有所乐

黄世英家住新华区中兴路街道文化宫社区,儿女成家另住,她与85岁的老伴一起生活。黄世英多才多艺,年轻时唱过样板戏,豫剧、曲剧、京剧、评剧样样拿手。

“我们家四世同堂,重孙子都五六岁了。”老人一脸幸福地说,“孩子们都很孝顺,我和老伴也不让他们操心,每天都把生活安排得满满的。老伴喜欢打太极拳,我喜欢唱戏、跳舞。”

每天吃过早饭,黄世英便到湛河公园唱戏,京剧《红灯记》、豫剧《朝阳沟》、评剧《花为媒》,她都很擅长。下午是跳舞时间,她在鹰城广场与一帮舞蹈爱好者跳舞。她跳男步,带出不少学生。



黄世英(左)和刘丽在演唱戏曲

老人谈吐清晰,思维敏捷,兴之所至,随口唱起《花为媒》选段:“春季里风吹万物生,花红叶绿草青青……”虽然没有音乐伴奏,老人依然唱得有板有

眼,表情生动。

免费授徒 粉丝众多

“黄姐是我的老师,跟她学会跳舞

后,我的心脏病不治而愈。”68岁的刘丽亲热地拉着黄世英的手,直呼老人为“恩师”。

刘丽是心连心艺术团的副团长,原先是小学老师,退休后心脏不好,常气喘胸闷。

“医生让我学唱戏、跳舞,增强心肺功能。”在学舞的过程中,她认识了黄世英。老人非常热心,一遍遍地为她示范舞蹈动作,从没厌烦过。在黄世英手把手的指导下,刘丽从一个门外汉渐渐成了跳交谊舞的好手。

文园社区党支部书记翟银环说,黄世英老人唱戏在社区很出名,很多居民都是她的粉丝,只要社区有活动,黄姨都积极参加。一听她唱戏,老人们可入迷,等她唱完也不走。

黄世英说,自己虽然没有退休金,但享受到了国家的好政策,领到了高龄补贴和生活补助,老伴有退休金,老有所乐、衣食无忧,“健康就是福。我要像戏中的余太君那样,有个好身体,不给孩子们找麻烦。我自己有福,孩子们也就有福了”。

“我眼不花耳不聋,腰不酸来腿不疼,天王爷封我是个长寿星。”说着说着,老人又唱上了。

社工进小区 开办“老年课堂”

手把手教老人使用智能手机

□记者 牛超 文/图

本报讯 3月17日上午,乐助社会工作服务中心社工和相关社区工作人员进院入户,指导老人如何使用智能手机,增进老人与家人和社会的亲密联系。

当天上午,新华区湛北路街道文园社区党支部书记翟银环和工作人员郭晓华,来到原市教委家属院28号楼李付元家,为他和老伴进行高龄补贴认证。两个老人都年逾八旬,虽然用的都是智能手机,但除了接打电话,其他功能都玩不转,自从开始享受高龄补贴,每月都由社区工作人员帮他俩认证。

“这是给你下载的高龄补贴小程序,已经进行了注册。你进入小程序,点击‘开始认证’,先对着身份证拍照,把镜头对准身份证,然后对着镜头眨眼、摇头就行了。”郭晓华手把手地教老人,并叮嘱道,“对着镜头眨眼、摇头时,一定把手机竖起来,与地面垂直,不能平放或倾斜。”

据翟银环介绍,文园社区有居民1700多户、7000多人,其中80岁以上老人有240人。“这部分老人享受高龄补贴,每月认证一次。我们也教过老人如何在家里认证,但部分老人仍然玩不转。社区在上门帮忙认证的同时,也手把手教老人自己如何认证。”

当天上午,乐助社会工作服务中心联手东区东环路街道东联北社区,举办了“关爱老人乐享生活”主题活动,教老年人如何使用智能手机,



社工为老人讲解如何使用智能手机

现场非常热闹。

“老师,帮我看一看,我的‘表情’哪儿去了?”“老师,我想发一元红包怎么发?”

看到有人在群里发了自己拍的照片,居民徐金岭和几个老伙计凑在一起,捧着手机开起了“研讨会”。徐金岭专门带了一个小本子,将社工老师讲的内容一条一条认真记在笔记本上。

当天,乐助社工还联合新华区曙光街街道曙北社区开展了“讲解智能手机及老年机使用方法与技巧”公益

活动。

“现在不管做什么事情,大家都喜欢加微信,有什么消息也都在群里发。”82岁的曾汉梅说,自从学会了用微信,大家聚在一起聊的话题也多了,跟子女视频通话也方便了,仿佛世界一下子变大了。

乐助社会工作服务中心负责人侯丽娜说,目前,他们已经开办了好几期老年手机课堂,通过现场示范帮助老人熟悉和掌握智能手机的用法,教老人安装、使用社交软件,使用支付宝,网上购物,用手机拍照等。

养生吧

花粉季叠加沙尘天 过敏性疾病患者 应减少外出

本报讯 近日,华北地区出现明显沙尘天气。专家表示,花粉季叠加沙尘天气,患有呼吸道过敏性疾病的老年人,尽量不要到室外活动。外出应佩戴口罩、纱巾、护目镜等防尘用品,外出归来应清洗面部、鼻腔及外衣。

北京同仁医院鼻过敏科副主任段魁表示,每天上午10点到下午5点花粉浓度较高的时间段,易过敏人群应尽量避免外出。外出最好佩戴口罩,用镜片眼镜代替隐形眼镜,或戴太阳镜;如果在外接触到了较多的过敏原,可以回家后进行鼻腔清洗。

首都儿科研究所呼吸内科主任医师曹玲表示,在室内应关闭门窗,减少通风,并打开空气净化器,过滤空气中的沙尘;若没有空气净化器,可尝试使用湿毛巾挡住门窗缝隙,避免沙尘进入室内。

(新华)