

敬老爱老助老这件事 下沙四个社区做得很到位

本报记者 汤晓燕 应陶 通讯员 许蕊 吕静

10月23日,2018杭州市“老年节”庆祝大会暨敬老爱老助老“最美”系列先进推选活动举行。下沙的多蓝水岸社区、松合社区、下沙社区、早城社区榜上有名。

在下沙,关爱老年人早已蔚然成风。比如多蓝水岸社区和早城社区,作为城市型社区,这里的居民多为新下沙人。为了能让这些老人们老有所依,这两个社区成立模特队、舞蹈队、太极队、腰鼓队等,丰富居民生活。此外,多蓝水岸社区还提出文化育情,召集小区同一个月生日的老人一起过生日;每月开设书法、国画课;每月开设不同内容的手工作业课;通过每月的生日文化、国学文化、工艺文化,使辖区的老年人能够真正感受到归属感。早城社区则重点抓服务。他们将空巢老人、80岁以上高龄老人、生活不能自理和经济困难老人作为老龄工作的主要服务对象,坚持以定期走访、慰问等方式,及时为他们排忧解难。同时,社区还与物业公司、理发店等辖区单位定期开展志愿

活动,为老年人提供免费的理发、维修等上门服务。

而下沙社区和松合社区都是农村型社区,居民多为老下沙人,社区党委在高品质退休生活上下足功夫。比如在松合社区,开设了全区第一家杭州市五星级照料中心,有老年食堂、康复室、医疗室、图书室、棋牌室、多功能厅等多个场所,考虑到老年人的特殊性,还增加了无障碍设施,全方位为老人提供安心、暖心的服务。其中老年食堂,免费为80岁以上老人提供午餐服务;社区理发室为70岁以上的老人提供免费理发服务。下沙社区则充分发挥老年公共设施(场所)、文化活动中心等老年文化服务供给,增加面向老年人的特色文化服务项目。同时重视老年群体的精神健康需求,充分发挥家庭成员的精神关爱和心理支持作用,为老年人的家庭成员提供专项培训和支持。

组团游临安 大伯大妈们流连忘返



社工陪伴企退人员游临安

近日,下沙街道滙澜、早城、柠檬、杭铁社区共同组织企退人员前往临安大龙湾游玩。

一大早,企退人员乘坐大巴车直接朝目的地出发。企退人员在林中漫步,欣赏着满山秀美的风光,人如在画中游,一路谈笑风生。随后一行人沿着林荫小道一路前行,欣赏着横空出世的摩天巨石,深莫测的神秘龙潭,美妙无比的千米天滩等自然绝境。

参与活动的每一位企退人员都兴奋地的表示,社区组织这样的活动,既丰富了企退

人员的生活又增进了彼此的感情,让企退人员感受到大家庭的温暖。

此外,高沙社区也在近日组织全体企退人员开展横店影视城一日游活动。老人们先后游览了明清宫苑、清明上河图等具有代表性的景区,沿途风光旖旎,建筑大气磅礴。老人们一路走走停停,或开怀叙旧,或合影留念,流连忘返,感受到了跨越时空的国古文明和独特的文化风情。

本报记者 汤晓燕
通讯员 倪晶晶 傅燕芳

多蓝水岸社区 红色小课堂 孩子们学习下沙围垦精神

10月23日下午,多蓝水岸社区给小学生们准备了一堂“五星红旗升旗来”为主题的红色小课堂。6位小朋友放学后直接来到了多蓝水岸社区二楼,开启了红色教育之旅。

主讲嘉宾是73岁的退休干部刘铮爷爷,早年间他也经历了下沙的围垦时期。“下沙现在发展得这么好,离不开老一辈革命家的艰苦奋斗,形成了伟大的围垦精神。”刘爷爷回忆曾经的故事,和孩子们说道,“那个时候围垦,我们都需要到临平去搬石头到钱塘江边,没有车子什么的,都需要靠自己搬。”

听完刘爷爷的故事后,小朋友们还一起观看了影片《厉害了,我的国》。小学生们激动不已,时不时地发出“哇哦”的惊叹声,“我们的祖国真的太伟大了,我们一定会珍惜现在美好生活,好好学习,为五星红旗争光添彩!”

本报记者 应陶
通讯员 吕静

高教社区 这场爱心沙龙 专为老年人而开



10月23日下午,高教社区心灵驿站心理健康沙龙来到三沐茶苑,为社区的老人们开展了一场主题为“丰富生活 幸福晚年”的爱心沙龙。

16位参与活动的老人早早来到了茶苑。活动一开始,陈洁老师先给大家做了一个心理疏导漫谈,让在座的老年朋友们相互打招呼,“用自己觉得最舒服、最热情的方式打招呼。”

一位开朗的阿姨直接抱住了坐在旁边的阿姨,像是见到了多年未见的老友。随后,大家也跟着放松了下来。“我最擅长烧菜,孩子们都喜欢。”“我会跳舞。”“我喜欢做手工,下次这个小玩意送给你们。”……现场还有大伯直接背来了二胡,演奏了起来。

一轮展示之后,陈老师说道:“我们要擅长发现生活中对方的优点,感受对方的优点,要有一颗发现美好的心,生活才不会只有烦恼而没有乐趣。”

经社区工作人员前期摸底发现,目前高教社区辖区内随子女来杭的老漂一族人数居多。这类人群多存在着生活圈子变小,情绪较为敏感,容易胡思乱想等心理健康问题。为长期关注老年人的身心健康,社区打造心理驿站,特意聘请4位心理咨询老师定期给居民开展心理体检、心理讲座、读书会、个体咨询等活动。

本报记者 应陶 通讯员 刘阅遐