

老年人爱去文化馆

生活有想头 日子有奔头

9月13日晚,市南区文化馆2023年公益培训班开始报名,“抢上了抢上了,真不容易啊。”一位报名声乐与合唱班的老人激动地说道。

随着现代社会的发展和老龄化进程的加快,前些年一度不太受重视的文化馆焕发出新光彩。日益丰富的各类文化活动,使这里成为诸多中老年人丰富精神生活的“乐园”。

文化馆十年“元老”
在舞蹈中绽放芳华

今年61岁的张婕是文化馆不折不扣的“老学员”了,作为文化馆舞蹈团的骨干成员,张婕已在这里待了整整十年的时间。“刚来那会,还没正式退休,一转眼,我也是60多岁的人了。”

张婕告诉记者,自己从小就喜欢跳舞,虽然没有走上专业之路,但在单位里也经常会上台表演。“后来听朋友说起文化馆里舞蹈课教得特别好,我便加入了进来,没想到一坚持就是10年。”据张婕介绍,舞蹈团现有30多名队员,因为常年跳舞,队员们不仅看起来精神面貌不一样,而且心态积极向上。

这些年,文化馆舞蹈团



活跃在各类演出和比赛中,这群五六十岁的中老年人,在舞蹈中绽放芳华,活成最美的自己。在张婕看来,自己之所以能在这里坚持这么多年,源于文化馆的专业,让他们可以在这里学到很多东西。“文化馆给我们请来很专业的老师,从馆长到老师都很用心在抓我们的队伍,我们特别满足,所以更要努力。”

公益+专业
实现老年更大价值

张婕告诉记者,文化馆每年都会下社区普及精品广场舞,就在近日,文化馆还组织了基层群众合唱、模特骨干培训,专业老师为各街道文化队伍领队、文艺骨干带去了纷呈且实用的培训。

“中老年人对精神文化



生活的需求是特别大的,这从我们公益课程的报名情况就可以看到。”市南区文化馆合唱团团长李娜,也是公益培训课朗诵班的老师,在她看来,老年人退而不休,参与到社会发展中,这样既能丰富老年生活,也能实现自身更大的价值。

据李娜介绍,合唱团现有队员近60人,中老年人占据了一半,每周四晚的延时服务排练时间,队员们从不会请假迟到。“精神文化生活,在中老年人的生活中,真的

是占据了他们生活的一半精力,他们会非常的投入。”

搭建平台
迈进“文化养老”时代的新作为

今年5月,中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于推进基本养老服务体系建设的意见》,提出要建立精准服务主动响应机制,逐步实现从“人找服务”到“服务找人”。

文化馆如何走出象牙塔,走进人民群众尤其是中老年居民的生活,更加接地气、受欢迎?据了解,市南区文化馆现拥有舞蹈排练厅、钢琴教室、古琴教室、戏曲教室、录音室、图书阅览室以及服装室和非遗展厅等功能教室,开设50个公益培训班,在课程内容上不断推陈出新;市北区文化馆有“午间60分·文化初体验”“HOT音乐微演艺”“遇见大师”公开课、百姓艺术课堂等多个品牌活动;李沧区文化馆打造“群文大舞台”“社区文化节”“青岛购机文化节”等品牌活动……

采访中,不少来文化馆的老人都表达了爱去文化馆活动的心声。张婕说,在文化馆跳舞,让她感受到了快乐,“只要能跳,我就会继续在这里跳下去。” 记者 许瑶

民政动态

家门口的幸福“食”光

平度市蓼兰镇8处助老大食堂集中开业

本报讯 9月12日,平度市蓼兰镇初家村、大彭家村、杨家顶子村等8处助老大食堂集中开业运营。

蓼兰镇新开业的8处助老大食堂是平度市守护老年人“舌尖上幸福”的缩影。近年来,平度市深化“一中心、多站点”养老服务建设,打造“1公里就近、1公里延伸、零距离上门”的农村养老服务圈;打造融居家、社区、机构为一体的“15分钟城市社区养老服务中心”,为老年人打造家门口幸福“食”光。全市已累计建成镇(街)级居家社区养老服务中心17处,村(居)级居家社区养老服务站127处。全面落实70岁以上老年人午餐优惠4元政策。切实解决了高龄、孤寡、独居、空巢老人吃饭难问题。

相关负责人表示,下一步,平度市民政局将持续抓好全市助老大食堂的运营管理工作,依托镇(街)级居家社区养老服务中心的场所优势和聚集优势,多方链接资源,丰富服务功能,严把食品质量关,让老人们吃好、吃饱,吃出幸福感、获得感。(记者 许瑶 通讯员 孙秀伟)

由于种种原因,市场上海参价格上涨,且随着天气转凉,价格还可能会继续走高。杨小兵珍品海参行,价不涨、质不降!老人们可买点存放,以备中秋、国庆双节和今冬明春进补食用,强身健体保平安!

老年生活报
健康生活馆

杨小兵珍品海参行

特别推出下列四款质优价廉特价海参,惠顾新老客户
另有多种:不同规格价位的长岛和大连刺参及即食刺参

本市免费送货
全省全国免费包邮
货到自验满意付款

买海参好礼相送

疙瘩头咸菜好吃,用海参汤腌制的好上加好,拌或炒口感更鲜美,是家庭餐桌上的一道美味佐餐小菜。前两年曾送过,受老人们欢迎。另送益生菌、绿茶、优质虾皮任选其中一份。



时间: 9月20日-9月30日 电话:131-0515-3320 135-0532-1980 (杨小兵) 地点:市北区胶州路12号观象山庄大门一侧
市立医院马路对面公交车站旁地铁1号线观象山市立医院站或中山路站A口下车

讲文明 树新风 公益广告

第八届
全国道德模范提名奖

徐秀玉 孝老爱亲

城阳区城阳街道城阳村社区居民

没有惊天动地,你用最朴素的美德,滋养出整个家庭的爱意满堂。孝悌之道,家风绵长,岁月催白了你的鬓角,更彰显你的至善纯良。

