

本报编辑部评出“2024十大老龄人物” 逐梦前行,他们展现银发力量

1 许振超:永争第一的大国工匠

9月29日,中华人民共和国国家勋章和国家荣誉称号颁授仪式隆重举行,许振超被颁授“人民工匠”国家荣誉称号奖章。

许振超是山东港口青岛港青岛前湾集装箱码头有限责任公司工程技术部固机高级经理。只有初中文化的他,干一行、爱一行、精一行,精益求精做好本职工作,成为当代产业工人的杰出代表。

“干就干一流,争就争第

一”是许振超的座右铭。2003年4月27日,在“地中海法米娅”轮的装卸作业中,许振超带领团队以每小时单机效率70.3自然箱和单船效率339自然箱的成绩,首次打破世界集装箱装卸纪录,开启了“振超效率”的序章。此后,许振超团队又先后8次刷新集装箱装卸世界纪录,让“振超效率”成为港航界“金招牌”,展现了中国港口工人的卓越风采。

跨越了时间的长河,我们来到了2024的岁尾。这一年,本报报道过众多老龄人物,这些人,有的坚守在岗位上,有的奔赴在热爱里,有的萦绕在温暖中……心中有梦想,脚下有力量。岁末年初,本报编辑部评出“2024十大老龄人物”。让我们共同重温他们带来的动人时刻。



▲ 许振超



▲ 倪萍(左)



▲ 方宏建



▲ 吴乃蝉



▲ 巧克力大爷



▲ 何菊仙

2 倪萍:开心“回家” 打卡里院

今年9月,65岁的倪萍应黄晓明和黄渤的邀请,从北京返回青岛观海二路儿时的小院。为了宣传家乡的“青岛里院喜剧节”,她兴致勃勃地赶了几个小时的旅程,到达后不忘拍视频向大家报平安。

很长一段时间里,倪萍的名字代表着春晚。此次里

院喜剧节,倪萍站到了台上,向各方游客推介青岛。“我是土生土长的青岛人,出生在市立医院”。倪萍在台上把青岛一路夸,“很多次我看到青岛,我的故乡,真正意义上的红瓦绿树,别出去说啊,哪个地方都比不上咱青岛!生活在这里的人咱就偷着乐吧!咱太有福了!”

3 方宏建:岁月不减热忱 银龄绽放光芒

70岁的方宏建是歌曲《老年时光》原创之一、演唱者。

作为山东省老年学与老年医学学会会长,方宏建通过对山东省老年群体的调研和老年学理论与国家对老龄社会方针政策的研学,认为新时代的老年人有条件也有能力达到健康、快乐、积极

的状态并过上相应的幸福生活。基于这种理念,方宏建与自己的好友、词曲作家张永红,一起创作了这首《老年时光》。

老年朋友称赞这首《老年时光》是歌曲《夕阳红》的姊妹篇,唱出了当代老年人的心声。

4 金辉:“飞人爷爷” 人生不设限

今年,青岛市市北区71岁的金辉“火”了。

3月份,他的一段百米跑视频收获1862万的观看量、36.8万人点了赞。前不久,金辉在2024年中国田径大师赛暨青岛田径公开赛上跑出13秒97这一让人惊叹的速度。

金辉也是国内100米赛首位跑进14秒的70岁以上老人,他的跑步故事又被央媒点赞。

“每天都有一个挑战在等着我,年龄不设限,老年人也可以活得有目标、活得很精彩。”金辉说。

5 黄建度:下跪拦车挽救无数生命

5月1日凌晨2时01分许,梅大高速茶阳路段发

生塌方。随后,一辆辆车掉落深坑。在这生死时刻,64岁的梅州丰顺老人黄建度跪地拦车,选择用自己瘦弱的身躯,拦停了后方的滚滚车流。

“看着一台一台车就这样消失在我们视线里,真的很心痛!当时只想着救人,能救一辆是一辆,根本没考虑自己的生命安全。”黄建度坦言,至今仍有些后怕,但从不后悔。“如果再让我选,我还会选择再跪一次。”

6 吴乃蝉:奥运冠军陈梦启蒙教练 用爱点亮乒乓小将梦想之光

“已经选择了这行,就一定要干出一番事业!”这是青岛市73岁乒乓球教练吴乃蝉的人生信条。1973年,他开始在国棉八厂子弟小学(汾阳路小学前身)担任乒乓球教练,凭借热情和智慧,培育了一代又一代乒乓球小将。

50年的执教生涯

里,在他的精心培养下,陈梦、王晓彤、隋笑然、姜依依、王如亮等多位优秀选手脱颖而出,成为国手、世界冠军。如今,他依然活跃在乒乓球教学一线。他无怨无悔地燃烧着自己,奉献、坚持,用爱点燃每一个乒乓少年的追梦火焰,诠释了真正的教育精神。

7 施永兴:历时14年,为“临终关怀”出版词典

14年前,随着中国老龄化程度的加深,患有不可治愈疾病的老年人口逐渐增多,中国临终关怀事业进入卫生体系,开始全面发展。2011年5月,施永兴开始酝酿和构思一部囊括临终关怀领域相关知识的专科词典。2024年6月29日,中国首部《临终关怀学词典》在京发布。

他说,专业书、教科书和词典,是医务人员著书追求的三大目标。为临终关怀编一部词典,就是做慈善事业。

从1990年代初接触临终关怀起,施永兴从未脱离过临终关怀的临床工作,至今还在上海16个区中的13个区22家医疗机构,定期进行临终关怀的人文查房。

8 姜卓俊:“草莓教授”退而不休 为“莓”好生活加把劲

71岁的姜卓俊是“中国草莓十大特殊贡献先进个人”“山东省科技兴农先进个人”“山东省优秀科技特派员”……更是受广大农民朋友尊敬的“草莓教授”和受孩子们爱戴的“草莓爷爷”。

“我是地地道道的农民出身,学了农就要为农民服务。”这是

姜卓俊挂在嘴边的话。今年6月份,得知青岛白云山学校为了学生教育,需要建设一个温室大棚,姜卓俊欣然接受了这项任务。他把温室大棚设计成智慧农业科技实验室,让孩子们亲自参与,零距离接触现代农业科技科学实验的全过程。

9 “巧克力大爷”:乘风破浪 超级英雄

陈爱国是青岛音乐广场跳水队的队长,海边生、海边长,肤色黝黑、身姿矫捷。

他还有一群和他一样的朋友,他们既是平凡的岛城市民,又是身怀绝技的“巧克力大爷”,前一秒还在海岸

边享受日光浴,下一秒就变成落水者架起生命之桥的“超级英雄”。

大爷们是海边的守护者,基本每个人都有过救人的经历。网友们戏称:“每个人身上都背着几条人命”。

10 何菊仙:“拳击妈妈”登上表演赛场

63岁的何菊仙生活在中国较早开展国际职业拳击比赛的云南省,在机缘巧合下结识一群年轻拳击手,开始学习拳击。5年来,她不再常跑医院,成了大家的“拳击妈妈”,还

不时跟随团队到世界各地观摩比赛。

今年,何菊仙登上人生首场业余拳击表演赛。“没想到我这样的农村妇女,养老生活会充满自我挑战。”
编辑整理:记者 崔佳佳

转让

● 转让全新原价2000元杰克琼斯呢呢大衣,现价150元;原价600元家用电动缝纫机,现价150元。电话:13156396505

● 转让成人纸尿裤、坐便椅、助行器、海尔智能扫地机器人、可转动沙发椅、1.8米×2米毛毯,均全新。电话:15064801251

● 转让全新大椭圆火锅,电话:15666790158

● 转让28厘米304不锈钢单层蒸锅,全新。13206393668

● 转让羊毛加厚保暖裤、羊毛厚毛毯、深灰色羽绒服、4斤高级蚕丝被、牛仔褲、真空拔罐器、除螨仪、38码踏雪鞋、工艺品,均全新。电话:13001681645

● 转让自动电饭锅、加热破壁机。电话:13105181282

● 转让实木圆桌面,1.2米×0.2米。篮球,5元。电话:18661756285

● 转让28式大金鹿自行车。电话:15264208621

● 转让95新木质圆桌面,直径1.2米,30元。电话:13656392422

● 转让拔火罐、电子琴、地毯、沙发、双人床。电话:17685775940

信息真实性由提供者负责,请读者慎重选择。

启事

● 本报所选部分稿件、图片作者姓名及地址不详,敬请相关作者与本报编辑部联系,以便寄送稿酬。

中医中药专业 专治腿抽筋
山东中源堂颈肩腰腿痛研究院由祖传老中医采用古汉方验方中医中药专业专治久治不愈的顽固性腿抽筋!
欢迎您前来咨询就诊!
咨询电话:166-7850-3066
坐诊时间:周二下午、周六下午
坐诊地址:青岛市市北区长春路1-3号(34中对面)中源堂门诊
鲁医广(2024)第0914-561-3702号