

清晨五点，天刚蒙蒙亮，青岛市城阳区后田社区的小广场上已响起舒缓的音乐。一位神采奕奕的银龄志愿者正带领着二十

余名老年居民练习太极拳，她的动作如行云流水，声音洪亮有力：“大家注意呼吸节奏，跟着我的动作来……”这位充满活力的

领拳者，就是城阳区城阳街道后田社区家喻户晓的“最美志愿者”孙香娥。今年62岁的她，已在社区服务了整整25年。

孙香娥：把社区“闲事”管成了“暖心事”



孙香娥(前排左一)

25载“社区路” 从文化宣传到银龄服务

孙香娥的社区服务生涯始于1994年，当时她主要担任后田社区的宣传委员，负责文化宣传工作，这一干就是25年。在社区工作的漫长岁月里，她见证了社区老人的温暖港湾，让每一位老人都能感受到社区的关怀与关爱。

创新社区治理模式 银龄议事促和谐

“这棵樱花树该不该修剪？怎么修剪？请大家一起来讨论。”在后田社区“老有所为”议事厅的月度会议上，孙香娥将一起居民私自修剪树木的案例搬上了议事桌。这个由她发起成立的议事平台，每月5日、15日、25日定期召开会议，组织老年志愿者们讨论社区事务，被居民们亲切地称为“银龄法庭”。

在孙香娥的带领下，议事厅形成了“以法为据、以理服人、以情感人”的工作方法。面对那起树木修剪纠纷，她不是简单批评了事，而是利用银龄科普课堂，组织160余名居民公开评议，让邻居们各抒己见。最终，当事居民主动找到孙香娥承认了错误，表示要“以集体荣誉为先”。这种“居民事居民议”的民主协商模式，正是青岛市银龄行动倡导的“老年人参与基层治理”的生动实践。

在社区老年协会，孙香娥承担着重要的管理职责。她带领志愿者将社区600余名60岁以上的老人按“网格化”管理，定期摸排困



舱石”。此外，孙香娥还将银龄智慧延伸到了社区垃圾分类工作中。作为物业相关负责人，她深入研究推行难点，提出“月月有主题、季季有亮点”的工作思路，带领社区志愿者开展入户宣传、桶边督导。在她的努力下，后田社区实现了386户1650人100%的垃圾分类参与率。

家风传承 以“小家”带动“大家”

“家风家教和邻里关系，是社区的根基。”孙香娥常把这句话挂在嘴边。她不仅将自家经营得和睦美满，还通过社区的“家风课堂”向居民传递和谐理念。社区一位10岁孩子编的顺口溜：“奶奶每天非常忙，老年大学天天上”，成了后田社区老年学校教育普及的鲜活注脚。

作为党员，孙香娥始终冲在居民矛盾一线。一次，两位邻居因楼道杂物堆放争执，她以“远亲不如近邻”劝解，最终双方握手言和。她认为，老年人要用阅历去化解纠纷，用行动去传承美德。如今，后田社区已从村居改型为城市社区，外来人口增多，但邻里关系依然融洽。居民们说：“有孙大姐在，我们觉得安心。”

对于未来，孙香娥也有着自己的规划。她希望能吸引更多的低龄老人加入到社区志愿服务队伍中来，发挥大家的余热，让社区变得更加温暖和谐。“我相信，只要大家齐心协力，我们的社区一定会越来越好。”记者 王镜



难家庭情况和老人的身体健康状况，并详细备案。“连续几天没见到组里的老人，我们就会安排工作人员上门看看。”这份工作需要极大的耐心和细心，孙香娥却乐此不疲。通过她的努力，社区老年协会成为了社区老人的温暖港湾，让每一位老人都能感受到社区的关怀与关爱。

共筑 老年友好型社区

青岛市民政局 老年生活报联办

“嗨！早上好。”“早上好呀！”5月9日清晨，一场细雨过后，青岛市城阳区红岛街道宁家社区的林荫道上，84岁的吕秀芳挎着印有“好好学习天天向上”的绿布包，和同伴们说笑着走向社区老年大学。

途中，老人们默契地掏出小抹布，擦拭绿植上的泥点、无障碍通道栏杆上的水珠。“社区为我们操了这么多心，咱们能做的也就是这些小事。”吕秀芳的话道出了老人们共同的心声。这个由旧村改造的现代化社区，正以“适老化改造+文化浸润+志愿服务”的创新模式，书写着基层治理的温暖答卷。



“社区采用人车分流设计，还配套建设了运动广场、农贸市场。”宁家社区民政主任吴启林说。

走进宁家社区，23栋米色高楼错落有致。楼间距宽阔的绿化带间，适老化长椅与无障碍坡道随处可见，人车分流的规划让社区更显安全。

老有所安：打造“无障碍”银发生活

独居老人宁先生家中，卫生间新装的U型扶手在日光下泛着暖光。“以前洗完澡要撑着瓷砖起身，现在抓着扶手稳当多了。”老人轻拍着防滑扶手感慨。自2024年1月起，这样的适老化改造已在106户老年家庭完成，从防滑地垫、智能床垫，到夜

灯系统、紧急呼叫装置，每一处细节都尽显用心。吴启林指着宣传栏说：“希望通过社区打造的为老服务体系，让大家感受到不一样的温暖。”去年寒潮来袭，网格员连夜为独居老人检查取暖设备；雨季前，志愿者逐户排查阳台排水情况。在社区助老餐厅，85岁的张冲美端着两菜一汤的餐盘说：“自己做饭总凑合，这儿顿顿有热乎饭，政府还给补贴。”墙上公示栏显示，社区每年为70岁以上老人代缴医保、发放养老补助，80岁以上老人重阳节福利最高可达600元。

老有所乐：绿书包里的“同学情”

见面都喊“老同学”，和以前关起门各过各的大不一样。”56岁的社区居委会委员盛美华见证着这些变化。她翻出手机里的对比照片：三年前村里的空地上，老人们蹲在墙角晒太阳；如今这里已变成吹拉弹唱的“银龄学堂”。

在手工教室里，老年

学员们跟着老师编织端午香囊。墙上的课程表显示，除手工、舞蹈、声乐等常规课程，还有“积善之家”“礼让是福”“人际沟通”等特色内容。“以前老两口在家总吵架，学了传统文化课后，都懂得反省了。老太太去上课，老头还主动帮忙准备东西。”盛美华笑着分享。

老有所为：志愿服务传递温暖

在宁家社区，由社区网格员、物业客服、社区大学成员组成的“宁家好邻居”志愿服务队，用点滴行动温暖着每一位居民。雨天接送老人上课、帮忙打扫卫生、为老人理发……这些贴心服务，让居民与社区的联系更加紧密。据满意度调查，居民对物业服务的满意度较去年同期提升了50%。

老人家中；就连社区为失独老人每月发放的大桶水，都有“跑腿小组”送货上门。

社区大学的16名志愿者堪称“幕后英雄”。每天清晨七点半，她们就抵达教室，擦拭桌椅、调试设备、准备音乐。平日里，她们入户教行动不便的老人使用播放器，带领老人做拍打养正操，帮

城阳区红岛街道宁家社区： 绿书包、红马甲，书写银发生活幸福答卷

记者 尚美玉



上图：志愿者陪伴社区老人。
左图：社区志愿者为老人理发。

●工作动态●

青岛市服装表演协会启动仪式举行
打造青岛特色 共启时尚篇章



本报讯 5月10日，青岛市服装表演协会启动仪式在青岛市工人文化宫举行，来自全国各地的模特、服装界专家齐聚一堂，共襄盛举，一睹这浓墨重彩的时尚篇章。

据悉，青岛市服装表演协会成立于2024年，是经青岛市文化和旅游局与青岛市行政审批服务局批准成立的行业性、非营利性服装表演专业社会团体，“协会旨在整合行业资源、提升行业标准，推动青岛市服装表演行业发展，展示本土时尚文化，未来，我们将通过组织赛事、培训和交流活动，培育本土时尚人才，打造青岛特色时尚品牌。”青岛市服装表演协会会长胡启来说。

启动仪式后，一场精彩的时尚艺术演出精彩上演，大合

唱、时装秀、古韵华服展演、翩翩舞姿接连献艺，海鹰艺术团倾情演绎的大合唱《军港之夜》与《海上轻骑兵》唤起众人心中的温情回忆；而模特表演环节则是精彩纷呈，无论是融合古典与现代韵味的《山河赋》，抑或展现岛城自信与潮流风貌的《国潮印象》，还有那以旗袍之美演绎坚韧梅花的《梅花赋》，无不展现了时装表演的无限魅力。

(记者 张磊 摄影)

青岛市老年活动中心举办专题读书分享会
共读西游经典 感悟人生智慧



本报讯 作为中国四大名著之一，《西游记》以其独特魅力与深刻内涵，在文学宝库中占据重要地位。为深入挖掘这部经典著作中的人生哲学，5月8日，青岛市老年活动中心特邀江西师范大学政法学院陈荣冰老师作为主讲人，与学员们共同探讨《西游记》对人性多面性的揭示及其蕴含的教育意义。

《西游记》不仅是一部充满奇幻色彩的冒险史诗，更是一部蕴含深刻哲理的教育佳作。书中通过唐僧师徒四人的西天取经之旅，生动展现了人性中的善恶交织、信念与动摇的碰撞，以及面对困境时的不同抉择。其鲜活的人物形象与跌宕起伏的情节，让读者在沉浸故事的同时，得以感悟人生真谛。

在分享会上，陈荣冰老师从多个维度解析《西游记》中的人生哲学。唐僧矢志不渝的信念、孙悟空随机应变的智慧、猪八戒憨态背后的坦诚，以及沙僧默默奉献的忠诚，每个角色都成为面对人生挑战的缩影。通过对人物的深度剖析，陈老师引导学员领悟到：面对挫折时，既要坚守信念、

勇于突破，也要善于变通，同时接纳自身不足，保持内心的纯粹与执着。

陈荣冰老师的精彩讲解引发学员们的热烈反响。互动环节中，大家踊跃提问，围绕角色的性格特质与现实启示展开深度探讨。有人为唐僧“虽九死其犹未悔”的信仰所折服，有人赞叹孙悟空“七十二变”的智慧，也有人对猪八戒的真性情产生共鸣。现场思想交融、气氛热烈，不同视角的解读让经典焕发新的活力。

此次读书分享会既是一场文化盛宴，更是一次心灵启迪。陈荣冰老师的解读让学员们重新审视《西游记》的经典价值，汲取应对人生挑战的智慧与力量。学员们纷纷表示，通过此次分享会，对生活有了更深刻的思考与感悟，未来将以更积极的心态面对人生。

(本报记者)