

# 把敬老服務送到每一位軍休幹部身邊

## 市軍休服務中心舉辦“榮軍敬老”服務季系列活動



健康講座現場。



愛心大集現場。

### 軍休家園

近日，青島市軍休服務中心陸續開展“榮軍敬老”服務季（夏季）活動，先後舉辦愛心大集、健康講座、政策諮詢、棋牌比賽、趣味運動會等多場活動，實現13個院區和8個集中安置點服務全覆蓋，讓敬老服務常態化、長效化。

### 政策諮詢 軍休服務“面對面”

5月10日，在善化路院區的愛心大集上，一張小小辦公桌格外引人注目，市軍休服務中心工作人員正在為軍休幹部解疑釋惑，用面對面的“零距離”服務方式，架起“連心橋”。“我的戶籍現在不在青島，醫保待遇是否會受到影響？是否還能享受青島的醫保政策？”“我想諮詢一下有關探親路費報銷的相關政策。”……大集現場的辦公桌，不僅是“接訴即辦”更接地气的一種實踐方式，也是服務聯繫群眾的有力舉措。活動現場共收集軍休幹部普遍關注的醫療、醫保、探親路費的報銷程序、房產證辦理、設立軍休幹部公墓專區等5大類熱點問題，解答疑問30餘條，最大限度壓縮了事項辦結的“時差”，讓軍休服務更有溫度、更有力度。

### 健康講座 關愛軍休幹部身心健康

5月12日，市軍休服務中心邀請中康國際醫療總院長金剛走進佳木斯路院區，舉辦“科學愛耳護耳，實現主動健康”講座，引導軍休幹部正確認識耳科疾病，保護好聽力健康。金院長從耳的基本結構、聽力保健、耳鳴管理技巧等方面進行了詳細解答和指導，十餘位軍休幹部參與此次沙龍。在健康沙龍上，金院長帶領軍休幹部做了耳部健康保健操，並傳授了6招愛耳護耳辦法：避噪聲、戒挖掏、慎用藥、常按摩、降肝火、多補腎，鼓勵軍休幹部在出現耳鳴、耳背症狀時，早預防、早治療。“之前沒有關心過自己的聽力，直到最近家人和我說話的音量越來越大，我才發現自己有點耳背，這次沙龍非常實用，不僅現場測了聽力，還學會了如何做耳部保健操。”軍休幹部李慎振說。在關愛軍休幹部健康方面，市軍休服務中心先後組織過“榮軍敬老”健康大講堂、線上健康養生知識問答、上門體檢、宣傳醫保政策、開展義診等活動，為軍休幹部建立健康管理動態數據庫及個性化健康檔案，讓服務更有溫度，管理更有效率。

### 愛心大集 自家樓下“一站式”採購

5月15日，市軍休服務中心聯合青島市農委、青島市園林和林业局等單位在海軍特勤療養中心舉辦愛心大集，整合應季優質產品資源，為軍休幹部日常生活提供便利。

活動一開始，軍休幹部就紛紛來到樓下逛起了大集，有的拎着購物袋，有的推着小推車，“全副武裝”投入到搶購的熱潮中。蜂蜜、山楂、小米、蘋果、鮮花、干海鮮……在愛心大集上，設置了20多個便民攤位，來自青島、煙台、濰坊、臨沂等地的各類優質農產品匯聚一堂。“愛心大集我是每場必到，不光是我，我的老戰友們都很喜歡愛心大集，我們每場大集都相約一起來逛逛，吃點東西，買點土特產。”岳陽路支部軍休幹部朱月芳在大集上收穫滿滿，老人表示下次舉辦活動他還要來。愛心大集打破了空間的局限，通過精挑細選各地的農特產品，讓軍休幹部在惠民利民中實現“老吾老以及人之老”的愛心傳遞。

### 趣味運動會 “趣”享運動激情飛揚

為積極營造健康和諧的軍休生活氛圍，努力讓軍休幹部感受到老有所為、老有所樂的精神文化生活，5月15日，市軍休服務中心在善化路院區、南九水路院區面向57個支部舉辦室外趣味運動會，本次趣味運動會為期3天，堅持趣味性與競技性相結合，考慮到老年人的喜好和特點，共設8個比賽項目，分別為門球射門、特色套圈、地滾球、擲飛鏢、夾乒乓球、釣魚、擲骰子、推棋子。比賽現場，廣大軍休幹部各展所長，熱情高漲地參與到不同的項目中，比賽過程精彩不斷、高潮迭起，掌聲、歡笑聲和加油助威聲此起彼伏，充分展示了軍休幹部充滿活力的精神風貌。

### 棋牌比賽 讓軍休幹部“老有所樂”

為豐富軍休幹部的精神文化生活，實現“老有所為、老有所樂”，展現軍休幹部積極向上的健康生活方式，5月16日起，市軍休服務中心在佳木斯路院區、河馬石院區、伊春路院區（紹興路院區）、台柳路院區舉辦室內棋牌比賽，為期4天，設象棋、麻將、軍棋、跳棋、撲克、益智類玩具6個比賽項目，經過前期報名征集，共200餘位軍休幹部報名參與本次活動。

象棋賽場上，軍休幹部面對棋盤沉着應對、排兵布陣，對弈過程扣人心弦；軍棋賽場上，考驗着軍休幹部預判力、記憶力，在方寸間體現大智慧；跳棋賽場上，珠盤相碰，一進一防，步步皆是腦力的角逐。“數字密碼”益智類比賽也頗受歡迎，激發了軍休幹部極大的熱情。“我平時就是個象棋迷，一有空就要喊着老戰友來上几局，今天這個比賽非常好。”軍休幹部趙廣傳說。

2021年、2022年，市軍休服務中心已連續開展兩屆“榮軍敬老”服務周活動。2023年春季，已開展“新春祝福”主題“榮軍敬老”服務季（春季）系列活動，每次活動均收穫軍休幹部一致好評。“榮軍敬老”服務季（夏季）系列活動以“端午安康”為主題，將在夏季陸續開展健康義診、上門體檢、八段錦教學等活動。隨着敬老服務的不斷升級，市軍休服務中心將持續把各類尊享服務送到每一位軍休幹部身邊，季季有主題、人人享尊崇。 通訊員 張磊 張凱寧 游滿 攝影報道

## 流動的“紅色課堂”

### 青島市軍休服務中心搭建多陣地宣講平台

這是一支平均年齡超過74歲的老兵隊伍，他們中有人曾參加過抗美援朝戰爭，今年已經90多歲高齡，他們充分發揮軍休幹部的影響力、示范力和引導力，活躍在社區、企事業單位、學校等多個領域進行紅色宣講。他們就是青島市軍休幹部志願宣講團的成員們。今年以來，青島市軍休服務中心充分利用軍休幹部這一“活”的歷史資源，組織軍休幹部志願宣講團深入各類黨政機關、社會團體、企事業單位、學校、社區、部隊，開展多場紅色宣講活動，受到社會各界一致好評。

### 进校园传承红色基因

今年以來，青島市軍休幹部志願宣講團開展了多場紅色傳承进校园活動，先後走進李滄路小学、香港路小学、青島理工大學等學校進行紅色宣講。宣講團成員被青島理工大學聘請為紅色教育校外輔導員，將通過定期宣講，在全校範圍內營造紅色氛圍，傳承紅色基因。

青島市軍休服務中心還積極對接青島市文明辦、青島市教育局等單位，在青少年群體和革命英雄之間架起紅色傳承的橋梁。組織宣講團成員亮相青島市教育局、青島市文明辦聯合舉辦的青島市“探尋紅色印記傳承紅色基因”主題教育活動，參與青島市文明辦、青島市教育局和青島市退役軍人事務局主辦的2023年青島市未成年人“清明祭英烈”活動。

為了激勵青年官兵的熱情和鬥志，助力他們在新时代新征程上走好軍旅之路，為國防事業貢獻“軍休力量”，青島市軍休服務中心帶領宣講團成員陸續走進海軍某部、海軍某海防工程大隊、海軍航空大學青島校區開展多場紅色宣講活動。抗美援朝戰爭亲历者鄭振華講述了自己經歷的十餘場戰鬥，軍休幹部徐吉華講述了自己在核潛艇中處理過的一些緊急故障，中國第一代艦載直升機特級飛行員呂蘊興講述了自己兩次前往南太平洋打撈數據艙的驚險經歷。

### 搭平台实现多阵地宣讲

青島市軍休服務中心還為軍休幹部志願宣講團搭建平台，不斷以授課式、互動式、觀摩式、訪談式、情景式等多元化宣講形式打開“紅色故事”，傳播“紅色聲音”，實現多陣地宣講。

“我只是演繹了英雄，真正的英雄是你們！”《流浪地球2》青島路演現場，領銜主演吳京向兩位特殊的觀眾致敬，他們是軍休幹部志願宣講團成員呂蘊興和洛長雙。

“我們中國軍人好樣的！雖然知道任務危險，但义无反顾顧背上‘生死袋’搶着上前方，我雖然退休了，仍將保持軍人本色。”我國第一代艦載直升機特級飛行員、二等功臣呂蘊興在路演現場的發言震撼着每一名主演和觀眾。

《長空之王》青島路演現場有一位特邀嘉賓，他就是軍休幹部段體亞。段體亞退休前是空軍航空兵部队的四种气象特级飞行员，四种气象教员、指挥员，他通过讲述自己近2800小时的飞行经历，让更多人了解中国试飞员和航空事业的发展。

軍休幹部志願宣講團成員結合自身軍旅經歷，更能講好黨的故事、革命故事、英雄故事。下一步，青島市軍休服務中心將繼續在全社會範圍內營造關愛老兵、崇尚英雄、銘記歷史的濃厚紅色文化氛圍。 通訊員 游滿