

### 美兰区龙岐社区推进养老服务体系建设的

# 养老变“享老” “夕阳”乐逍遥



4月28日,在龙岐社区党群活动中心,社区居民们正在打太极。本报记者 杨鹤 摄

“在我们社区,既能做理疗,又能下棋写字,还能和邻居一起上‘学堂’,每天都过得充实。”4月28日,在位于美兰区蓝天街道的龙岐社区养老服务中心,说起社区的养老服务,社区居民吴阿婆赞不绝口。

去年以来,龙岐社区积极探索养老服务新模式,依托龙岐社区党群活动中心建设养老服务中心,为辖区老年居民带来康养、休闲、用餐、教育等服务,有效满足多样化、多层次的养老服务需求,推动实现养老变“享老”。

□本报记者 陈钰婷  
特约记者 王聘刊

#### “家门口”享健康管理

“阿婆,您把膝盖曲起来,慢一点儿……”4月28日,在龙岐社区养老服务中心的健康管理室内,护理人员正

在为吴阿婆进行红外偏振光治疗,在护理人员的熟练操作下,治疗仪开始运作,红色光线覆盖吴阿婆的膝盖部位,蔓延开的暖意让老人直呼舒服。

“关节疼是老毛病了,每次只要不舒服,我就来这里做理疗,效果挺好的。”吴阿婆开心地告诉记者,社区今年建成这间健康管理室后,她就成了这里的“常客”,身体不适时可以做基础治疗,平时还能享受基础体检和

按摩服务。“出门到这就几步路,而且工作人员很热情,来这身体舒服了,心情也好了。”吴阿婆说。

据统计,龙岐社区当前共有常住居民19574人,其中60周岁以上居民2752人,占总人数的14%;80周岁以上高龄老人353人,占总人数的近2%。龙岐社区党委书记陈逸敏介绍,为提高社区养老服务供给能力,该社区充分利用龙岐社区党群活动中心的场地资源,于今年初建成500平方米的养老服务中心,融合公益活动、基础康养、休闲娱乐等功能,建成健康管理室、综合活动室、长者助餐室、老年学堂等功能场所,为老年居民提供就近便捷的养老服务。

#### 社区里上“实用课堂”

对于龙岐社区的不少老年居民而言,每周五都是值得期盼的“学习日”——社区老年居民们欢聚“夕阳乐学堂”,在这里学习健康知识、学用智能手机、学做手工艺品等,一堂堂课上欢声笑语不断。

近日,一场主题为“经络养生”的

中医养生课程在“夕阳乐学堂”开课,中医专家现场展示了多个中医古法经络治疗案例,从理论基础到实践演练,手把手引导老年“学员”找准穴位,并根据每位老人的个人体质进行现场针灸治疗,调理老年人常见的颈椎、腰椎、膝关节等身体问题。活动吸引了十余位老年居民参与,现场互动氛围热烈。

社区养老服务体系不断完善,离不开与社会资源的有效链接。今年初,龙岐社区引入第三方健康养老管理机构共同打造“夕阳乐学堂”,利用社区的闲置场地空间,为老年居民带来老年健康、数字脱盲、文艺娱乐、红色教育等主题课程,内容丰富且贴近老年人的日常生活,切实满足社区老年人的精神文化需求。

陈逸敏介绍,社区将根据辖区老年居民的日常需求,持续完善为养老服务场所综合功能,同时积极探索养老服务新模式,计划在小区内打造嵌入式居家社区养老服务场所,让养老服务惠及更多辖区居民,有力提升老年人的生活获得感、幸福感。

### 倡导文明健康绿色环保生活

本报4月28日讯(记者龙易强)27日上午,海口“践行新时尚 垃圾分类志愿行”垃圾分类公益骑行宣传活动在万绿园开启,近百名志愿者骑着挂有宣传标语的共享单车,在公园和大街小巷间穿梭,宣传垃圾分类知识,用实际行动倡导绿色低碳生活。

当天上午9时,骑行队伍从万绿园西门出发,沿着公园主干道骑行,并向沿途的市民游客发放垃圾分类宣传折页,宣传垃圾分类知识,弘扬绿色环保新风尚。在万绿园绕行一圈后,骑行队伍以西门为起点,沿着玉兰路、滨海大道、民

声西路、牡丹路、红棉西路、世贸北路、民声东路等道路继续骑行,在大街小巷间形成一道移动的“绿色”风景。

据悉,本次公益骑行全程约10公里。为了倡导生活垃圾分类,让更多市民增强绿色低碳环保意识,主办方还将垃圾分类互动游戏融入其中,吸引了不少市民游客参与,争当“环保卫士”。大家纷纷表示,通过公益骑行宣传活动,他们不仅更加深入地了解了垃圾分类的重要性,还能通过绿色出行带动更多人关注和参与垃圾分类。今后,他们将在日常生活中积极参与垃圾分类,为保护环境贡献力量。

“喝完水的矿泉水瓶是可以回收利用的垃圾。”骑行中,9岁的志愿者杨海博看到路边有矿泉水瓶,便立马停车捡起来,投到“可回收”垃圾箱里。投放前,他还细心地倒掉了瓶子里未喝完的水。

据悉,为做好第二届全国城市生活垃圾分类宣传周工作,我市积极开展“践行新时尚 垃圾分类志愿行”系列垃圾分类宣传活动,包括公益骑行、“分类进万家”、“分类快闪秀”、“分类体验馆”等。

活动由海口市生活垃圾分类办、市园林环卫局主办,海南省海陵垃圾分类服务中心承办。



▲4月27日,志愿者们在海口万绿园内开展公益骑行,并向沿途市民游客宣传垃圾分类。

▲4月27日,志愿者在骑行途中随手捡起垃圾,并按垃圾分类要求放入垃圾桶。

本报记者 康登淋 摄

### 海南启动“岛·读”职工阅读活动

本报4月28日讯(记者周慧)近日,由省总工会、市总工会联合举办的海南省“岛·读”职工读书会启动仪式暨海口市总工会职工书屋主题阅读交流活动,在龙华区职工活动中心职工书屋举办,组织约80名职工代表进行阅读分享。

据介绍,此次活动主要围绕“新质生产力”核心主题,辅以“玫瑰书香”内容,旨在组织动员广大职工群众争做发展新质生产力主力军,并在全市范围掀起“全民阅读”的浪潮,促进职工阅读活动常态化、多元化,进一步加强职工书屋思想政治引领阵地的重要作用。

“新质生产力是创新起主导作用,摆脱传统经济增长方式、生产力发展路径,具有高科技、高效能、高质量特征,符合新发展理念的先进行力质态。”现场,活动邀请海南大学国际商学院教授颜洪平结合新质生产力相关书籍进行解读,并分享其对新质生产力的独到观察,以及如何结合海南实际发展新质生产力。

活动还组织5位女职工代表带来《大国重器的诗意文化》精彩段落朗诵,带领大家感受“玫瑰书香”的独特魅力。在职工换书共阅环节中,劳模和多位职工代表将自己喜欢的书籍带到现场进行交换阅读,大家畅谈读书收获,交流读书心得,并分享读书感悟。

据了解,下一步,我市将依托职工之家、职工书屋等工会阵地为广大职工提供“送培训”“送技能”“送书籍”“送文艺”活动,不断满足广大职工对素质提升的需求,丰富职工精神文化生活,提升广大职工的获得感、幸福感、安全感。

## 大街小巷志愿行 绿色「新风」拂椰城

海口开展公益骑行宣传活动

### 海南(海口)万人健步大会举办

## 阔步向前行 不负好风景

本报4月28日讯(记者周慧)4月27日清晨,近万名机关干部职工、市民游客齐聚海口白沙门公园阳光草坪。伴随着响亮的鸣笛声,以“阔步自自贸港·不负好春光”为主题的2024海南(海口)万人健步大会拉开了序幕。赏一路风景,享一路春光,3个多小时后,参加此次健步活动的职工群众陆续完成了8.8公里的健步走路程。

据介绍,本次万人健步大会旨在倡导全民健身,鼓励人们通过运动增强免疫力,让健康生活成为常态,展现海南人民奋进自贸港、携手新时代的良好精神面貌,凝聚建设自贸港的精神动力。

健步活动起点为海口白沙门公园阳光草坪,途经白沙门渡海纪念馆、白沙门文创市集、三角梅音乐广场、天空之山驿站、华彩·海口湾广场、海南大学新南门等地,终点则设在东坡老码头,全程8.8公里。整个线路途经多个海口城市地标和“网红打卡点”,风景宜人,既展示了海口城市形象,也为参与者送去了美的享受。

此外,本次健步大会增加彩妆、异装等元素,同时增加有奖互动打卡站等内容,可让参与者在轻松愉快的氛围中走完全程,感受运动的乐趣。“这是我第二次参加万人健步大会,

本届大会较往届增添了不少新元素、新亮点,让我们的健步体验更加丰富。”市民王昌胜表示,此次的健步体验让他感受到了椰城的发展和美好。

据市总工会相关负责人介绍,本次健步活动由省总工会、海口日报报业集团、省直机关工会联合会、市总工会联合主办,是海南规模最大、最具影响力的群众性体育活动之一,也是2024年海口市总工会“五一”系列活动之一。此外,4月至11月,市总工会将持续开展9大类、15项“五一”系列活动,积极凝聚广大职工,将党和政府以及工会组织的关心关爱送到职工心坎上。



4月27日,在2024海南(海口)万人健步大会上,参赛选手们沿着活动线路一路向前,锻炼身体,尽享春光。本报记者 康登淋 摄

### 我省第192例造血干细胞捐赠成功 海南男子向广东患者传递“生命火种”

本报4月28日讯(记者陈歆卓)4月25日,海南省妇女儿童医学中心造血干细胞采集室内,来自澄迈的吴勇(化名)顺利采集了造血干细胞混悬液,成为海南省第192例、全国第17418例非血缘关系造血干细胞捐献志愿者。他捐献的“生命火种”将被送往广东,为一名血液病患者带去生命的希望。

“我是从2008年开始接触和参与无偿献血的。9年前,我偶然看到一篇新闻报道,有一位年轻的血液病患者因找不到合适的造血干细胞而生命垂危,内心深受触动。”吴勇告诉记者,经过了解,他决定在中华骨髓库进行留样,登记成为一名造血干细胞捐献志愿者,希望能为需要帮助的人贡献一份力量。

今年2月,吴勇接到了省红十字会的通知,得知广东有一名患者与他初步配型成功。在家人支持和陪伴下,吴勇进行了进一步的检查和捐献准备,最终如愿以偿完成了造血干细胞捐献。非血缘关系的造血干细胞配型成功概率很低,但这份来自9年前的爱心成功跨越了时间长河,得以有更多的人带去生命的希望。

“捐献造血干细胞并不是件轻松的事,需要做很多准备,采集过程也花了4个多小时。但想到患者正等着我的帮助,我就觉得一切付出都是值得的。”吴勇说,“我想对接受捐献的患者说,请放心,你并不孤单,希望我的造血干细胞能给你带来新生。我衷心祝你早日康复,重新拥抱美好的生活。”

据了解,2023年海南全省造血干细胞捐赠共计24例,创历年捐献量新高。目前海南省造血干细胞捐献者资料库志愿者数据已超4万人份,非血缘造血干细胞捐献已达192例。省红十字会呼吁,希望更多适龄、健康公民踊跃加入造血干细胞捐献队伍,为更多血液病患者和家庭带去希望,让生命在奉献中延续。

### 海南爱乐女子合唱团 28周年庆典音乐会唱响椰城



近日,“海南爱乐女子合唱团28周年庆典”音乐会在海南大学举行。本报记者 杨鹤 摄

本报4月28日讯(记者吴雨倩)近日,由海南爱乐女子合唱团主办的“海南爱乐女子合唱团28周年庆典”音乐会在海南大学举行。此次盛会不仅是对该合唱团成立28周年的热烈庆祝,更是对海南音乐文化的一次盛大展示。

此次音乐会集结了海南爱乐女子合唱团下属的室内团、亲子团、爱乐乡村教师团、混声团等多个合唱团。他们用自己的歌声,展示了海南爱乐女子合唱团多年来的艺术成果,也展示了海南音乐文化的独特魅力。

在一曲深情款款的《往日时光》中,音乐会拉开帷幕,将观众带入音乐的海洋。随后,一曲曲动人的旋律接连上演,从激昂的《向云端》到充满历史韵味的《古老的歌》,再到饱含深情的《一片丹心》……每支歌都讲述着不同的故事,传递着深厚的情感。最后,音乐会在一曲充满希望和激情的《永远的邀请》中落下帷幕,歌曲传递着海南人们对热情邀请,象征着新的开始和美好的未来。

据悉,海南爱乐女子合唱团种类齐全,包括女声、男声、混声、童声,共有近400个团员。多年来,海南爱乐女子合唱团参加过各类比赛,获取过几十枚金、银、铜奖。其中,海南爱乐室内合唱团还斩获过世界最高合唱比赛——奥林匹克合唱节金、银、铜奖。此外,海南爱乐女子合唱团作为海南、中国文化使者出访过亚洲、欧洲、北美、中东,代表中国参加韩国APEC合唱比赛,为海南赢得了许多荣誉。

### 非法倒卖过海船票 7人被海口警方刑拘

本报4月28日讯(记者李云川)日前,海口警方破获一起非法倒卖过海船票案件,抓获犯罪嫌疑人7人,涉案票证价值达14万余元。目前,7名犯罪嫌疑人已全部被警方依法刑事拘留。

自今年2月开始,代某、程某卓、杨某、卢某妮、姬某元、陈某甲、陈某乙等7人在某互联网平台上发布“代抢海南出岛船票”信息,每张船票加价几百元牟利。3月下旬,7人抢购囤积船票,共抢票346张,涉案票证价值达14万余元,出售83张非法获利5万余元,严重扰乱正常票务市场秩序。

4月12日,海口龙华警方在山西、湖北等地成功抓获犯罪嫌疑人代某等7人。目前,7人已被警方依法刑事拘留,案件正在进一步侦办中。

海口警方表示,将持续保持高压态势,严厉打击违法倒票行为,严肃整治倒卖过海船票牟利乱象,坚决维护旅游市场秩序,确保人民群众财产安全。同时提醒广大旅客,从“黄牛”手中购票,不仅会面临被大幅度加价的经济损失,还可能面临买到假票以及个人信息泄露等风险,造成更大损失。