

我们的节日·重阳

海口举办“我们的节日·重阳”主题文化活动

金秋游园老友聚 重阳椰城“老有趣”

本报10月18日讯(记者周慧)金秋送爽,丹桂飘香。10月18日,海口市2026年“我们的节日·重阳”主题文化活动在龙华区国贸大院党群服务中心举办。活动通过微宣讲、快乐律动操、趣味游园、惠民市集等丰富多彩的形式,为老年群体送上节日的温暖与祝福。

活动现场,趣味游园区十分热闹,投壶、“筷子老手”挑战等适合老年人的低强度游园项目前排起了长队。只见65岁的王大爷手持水箭、屏息凝神、瞄准壶口——一投即中!周围响起一片喝彩。“这投壶看着简单,还真考验手眼协调性,好玩!”王大爷笑着说。一旁的香囊手作体验区同样人气十足,老人们穿针引线,将艾草、丁香等香料装入囊中,一针一线缝出浓浓温情。惠民市集里,派出所民警用通俗易懂的语言为老人讲解“养老诈骗”“保健品诈骗”等常见套路,义剪志愿者为老人免费理发,现场氛围其乐融融。

“来,跟着节拍,拍拍手、扭扭腰。”海南啦啦操表演团队带来的

《快乐律动操》将气氛推向高潮。在欢快的音乐声中,老人们跟随教练舒展筋骨,现场笑声不断。随后,琼剧节目《琼韵新声》惊艳登场,“00后”琼剧演员黄诗雅、黄元生登台演绎《琼潮新派琼剧串烧》,熟悉的乡音乡韵赢得阵阵掌声。活动中,三轮有奖问答穿插进行,围绕重阳习俗、文明礼仪、反诈知识等出题,老人们踊跃举手抢答,答题正确便能领到小礼品。

宣讲环节,宣讲人聚焦老年人权益保障、优良家风传承、社区养老服务等相关话题,用接地气的语言讲好敬老故事。“家和万事兴,孝老爱亲是咱家的传家宝。”朴实的话语引发共鸣,台下不少老人点头称赞。

此次活动由海口市委宣传部指导,市委文明办、龙华区委宣传部主办。市委文明办相关负责人表示,希望通过丰富多彩的重阳活动,弘扬中华民族孝老爱亲的传统美德,让文明新风吹进千家万户,为椰城增添更多温暖底色。



『看到真实的养老机构环境,感觉更放心了』
海口开展重阳节养老机构开放日活动,市民感慨:

本报10月18日讯(记者陈歆卓)养老机构环境好不好?服务和设备是否专业、齐全?这些问题牵动着不少老人和子女的心。10月18日,重阳节当天,海口市民政局组织开展九九重阳节养老机构开放日活动,多家养老机构通过“线上+线下”方式“敞开院门”,邀请市民群众近距离了解我市养老服务发展情况。

“一条大河波浪宽,风吹稻花香两岸……”当天上午,龙华区安护养老院内歌声悠扬,“情暖金秋 爱在养老”开放日活动热闹开展,舞台上节目轮番登场,台下老人们轻声跟唱,脸上洋溢着灿烂笑容。院方同步开放居住区、康复治疗室、文娱活动区等功能区域供市民参观,让大家直观了解长者的生活环境。

“以前以为养老院就是‘管吃管住’,今天来看了才知道,这里不仅能照顾好老人的日常起居,还会开展各类文娱活动、康复治疗、心理疏导等,照顾得很细致。”市民陈杰说,他和家人正在考虑将年迈的父亲送至养老机构照护,“今天通过开放日活动看到真实的养老机构环境,感觉更放心了。”

随后,记者走进秀英区秀英街道综合养老服务中心,院内无障碍扶手、紧急呼叫系统、护理床等适老化设施一应俱全,老人们聚在一起聊天、做游戏,其乐融融。临近午餐时间,用餐档口飘出阵阵饭菜香,不少前来参观的市民索性留了下来,体验一回“长者饭堂”的味道。

“我们是‘嵌入式’社区养老服务中心,不仅为入住老人提供机构养老服务,也面向周边老年居民提供日间照料、长者助餐、居家养老上门等服务。”该中心负责人王琪介绍,中心还设有“2.0版”长者饭堂(社区食堂),在优先保障老年人用餐的基础上,将餐饮服务延伸至社区居民,打造“全龄友好、普惠优享”的便民助餐服务。

当天,活动还同步开展线上直播,带领网友“云探访”华邦美好家园(海口)孝慈苑、普亲养老海口海甸岛院,聚焦养老机构生活实景,展现老人们的生活日常。市民政局相关负责人表示,此次活动旨在增进社会各界对养老服务的认识与理解,营造尊老、敬老、爱老、助老的浓厚氛围。下一步,该局将紧扣积极应对人口老龄化国家战略部署,持续推动养老服务普惠可及、扩容提质,让更多老年人乐享幸福“夕阳红”。

海南社区(老年)教育成果展演活动举办

同步发布“老朋友”们的“学习地图”

本报10月18日讯(记者陈歆卓)10月17日,“乐学海南·银龄华章”2026年重阳节海南社区(老年)教育成果展演在海口举办。活动现场发布海南社区(老年)教育学习地图,集纳全省社区教育、老年教育教学点资源,后续将上传至海南终身学习网,供群众随时查询、就近参与学习,推动实现“让学习成为一种生活方式”。

展演以“银龄筑梦自贸港”为主线,舞蹈《椰壳咕哒幸福来》、歌伴舞《久久不见久久见》、古典舞《椰风琼语》等14个节目均由全省各地老年学员与教师自编自演,涵盖舞蹈、戏曲、调声、音乐情景剧等多种形式,集中展现社区与老年教育融合发展成效。

“很高兴能有这样一个平台,把学到的东西展示给大家看。”参演歌

伴舞《久久不见久久见》的学员贺燕子说,她到海南开放大学学习已有半年多,退休生活充实了不少。参演古典舞《椰风琼语》的学员王丽娟表示,能在全省的展演舞台上演出,她和同学们都感到很荣幸,“想把咱们中老年人的精气神展现出来,让大家看到退休生活也可以很精彩。”

近年来,海南开放大学深耕社

区与老年教育领域,持续擦亮“银龄学堂”“百门好课进基层”等特色品牌;建成覆盖“省、市、县(区)、乡镇(街道)、村(居)”的社区教育五级办学网络,银龄学堂教学点达70个;联合金融机构共建“家门口的老年大学”,年度课程参与超5万人次;启动“能者为师”本土师资培育计划,上线适老化数字课程200余门……下

一步,该校将以海南社区(老年)教育学习地图发布为契机,进一步完善终身学习服务体系,持续提升老年群体精神文化生活品质,助力教育强省与海南自贸港建设。

活动由海南省教育厅、省民政厅、省老龄办指导,海南开放大学主办,全省各市县社区教育机构、老年大学、文化场馆共同参与。

养老院老人们的“共享孙女”何仙雨:

以青春守护长者幸福晚年

是由外公和姨父照顾长大的,也因此会关注老人们的身体健康。上学选专业时,她坚定地选择了护理专业,并暗下决心:“学好护理,用专业守护老人晚年健康。”

2023年,何仙雨从海南省第二卫生学校护理专业毕业,结束医院实习后,她来到养老院成为了一名护理员。每天从晨间护理开始,健康监测、用药管理、康复陪伴、夜间巡房……她和小伙伴们24小时守护着老人的安全。工作虽然繁重,她

却说“挺快乐的”。

这种快乐,来自老人一点一滴的进步。目前,一方湖畔院区住着70多名老人,何仙雨所带领的班组负责照顾失能失智区的42位长者。“有些老人在无人协助时几乎什么也做不了,但得到帮助后能完成一些事情,这让我特别有成就感。”何仙雨骄傲地说。

朝夕相伴 温情守护长者晚年

如果说入行的决心来自童年的记忆,那么和长者朝夕相伴的日

常,则坚定了何仙雨坚守这份职业的决心。

在何仙雨看来,工作中最难的是认知症老人的情绪安抚、高龄失能老人的风险防控——既要做好专业护理,又要照顾好老人敏感的内心。在日常工作中,分餐端菜、起居照料,她事事严谨;老人们的夜间睡眠、排便、情绪变化、用药情况等细节,都被她记在本子上。帮老人助浴、如厕时,她始终用温柔化解老人的不便。“照顾老人,要懂他们的心

思,让他们感受到被尊重、被关爱。”

66岁的赵奶奶是一名失智老人,老人叫不出何仙雨的名字,却总是在她靠近护理时,紧紧抱着她,然后拍拍她的背。“我觉得老人把我当成了她的孙女。”何仙雨轻声说。

如今,越来越多年轻人加入养老护理行业,在一方湖畔院区,“00后”护理员人数已占到六成。这股青春活力,正让“夕阳红”变得更有温度。

“我们觉得站立行走轻而易举,但当真正走到老人身边去体会他们起身的艰难、弯腰的迟缓时,才更懂得老人晚年生活有多么不易。”何仙雨说,入行以来,她从未想过离开,“我愿意一直扎根在这里,用青春守护长者幸福晚年。”

海口市第六届“椰树杯”
中老年男子篮球赛开赛

本报10月18日讯(记者甘燕鸿)10月18日,海口市第六届“椰树杯”中老年男子篮球赛在海南珠江体育运动馆开打。揭幕战中,B组的海口元老队以78:42战胜大公网队,A组的荷泰体育队以67:55击败广西商协会队。本次比赛将持续至11月8日。

本届赛事共有11支队伍报名参赛,分A、B两个小组进行小组循环赛。A组为荷泰体育、广西商会、澄迈金江、珠玑国雅、感恩队;B组为大公网队、海口元老、海口篮协、世兴地基、广东林和(海口)律所、日出篮球队。每组前4名晋级第二阶段交叉淘汰赛,直至决出最后名次。

赛事在中场设置了“逆袭时刻”罚球环节,各队自选5名球员参与,每人一次投篮机会,其中55岁及以上球员最多2人;55岁及以下球员罚中得1分,55岁以上得2分,65岁及以上得3分。

海口元老队长林清海今年68岁,已连续参加六届“椰树杯”。他说:“65岁及以上和55岁及以上球员同场竞技,让比赛更具活力,队中还有75岁、70岁的球员,大家参与感都很强。”

海口市篮球协会会长陈林华表示,赛事旨在为中老年篮球爱好者搭建交流平台。随着年龄增长,不少中老年篮球爱好者参加赛事的机会减少,中老年赛事填补了这一空白,是群众体育服务中老年群体的暖心体现。他介绍,今年在往年基础上进一步细化了每节上场年龄段的数额规定,明确65岁及以上球员的上场规定,旨在兼顾不同年龄球员的参赛机会与赛场公平,丰富中老年群体精神文化生活。

本次赛事由海口市旅游和文化广电体育局支持,海南省篮球运动协会指导,海口市篮球协会主办,椰树集团海南椰汁饮料有限公司冠名。

海南女排精英赛
在海口落幕

北京北冰洋女排三战全胜夺冠

本报10月18日讯(记者甘燕鸿)10月18日晚,“澳洲虎红酒杯”2026海南女排精英赛在海口体育馆落幕。当晚北京北冰洋女排以3:0(25:22、25:19、25:20)力克浙江西塘姚庄女排,三战全胜夺冠,浙江队两胜一负获亚军,广东深圳澳洲虎女排以3:0(25:17、25:23、25:15)战胜四川女排夺得季军。

代表浙江女排出战的海南姑娘曾洁雅在本次比赛中表现出色。赛后,她对家乡球迷一直以来的关注与支持表示感谢,称会继续努力朝着自己的目标前进。曾洁雅是海南文昌人,她说:“文昌是‘排球之乡’,浓厚的排球氛围对我走职业道路影响很大,希望有更多海南女孩参与排球运动。”

赛事主办方澳洲虎董事长刘冰表示,本届赛事是海南女排精英赛的首届赛事,也是澳洲虎落地海口后举办的首个排球赛事,核心目标是打造海口本土自有IP品牌。

“海南排球氛围浓厚,这为赛事长期落地提供了良好基础。”刘冰说,未来计划每年在海口举办一次女排精英赛,邀请不同排球队伍参赛。赛事时间计划安排在中国女排超级联赛开赛前,既为球队提供实战锻炼机会,也有助于持续在海南推广女排运动。

本届海南女排精英赛为期三天,开展六场比赛,为海口球迷献上了一场高水平的排球盛宴。赛事期间,海口体育馆上座率持续走高,现场助威氛围热烈,海南姑娘曾洁雅回乡作战更引发本地排球迷的广泛关注,进一步点燃了市民观赛热情,也让排球运动在本地的关注度和参与氛围得到明显提升。赛事品牌影响力与本地排球氛围形成良性互动,成为丰富城市体育文化生活的一次生动实践。

海南公开征集林业领域
涉黑涉恶违法犯罪线索

本报10月18日讯(记者雷蕾)近日,海南省林业局发布公告,面向全社会公开征集林业领域涉黑涉恶违法犯罪线索,严厉打击各类破坏林业生态资源的黑恶行为,维护群众合法权益,筑牢海南生态安全屏障。

本次线索征集范围涵盖七类情形:破坏湿地资源、古树名木,非法侵占、开垦林地,非法改变林地用途等涉黑涉恶违法犯罪行为;在自然保护区内违法违规建设、非法采矿采砂、破坏生态资源等涉黑涉恶行为;非法猎捕、收购、运输、出售陆生野生动物及其制品等涉黑涉恶违法犯罪行为;林木产销垄断乱象,无证采伐、乱砍滥伐,恶意垄断林木收购、运输、销售渠道,欺行霸市、强买强卖、欺压群众的违法线索;林业工程涉黑乱象,在生态修复、造林绿化、围栏建设等工程项目中,强揽工程、围标串标、强行分包、阻挠施工、敲诈勒索的黑恶势力线索;资源流转违规操控行为,以胁迫、欺诈等手段违规流转、倒卖林地及林权资源,侵占集体和群众利益的涉黑涉恶线索;其他破坏林地资源、侵害群众利益的涉黑涉恶违法犯罪行为线索。

群众可通过多种渠道提交线索:举报电话0898-65333957;来信邮寄至海南省海口市海府路80号,邮编570203;举报邮箱hnslyj@126.com。

报料有奖

椰城的突发事、稀奇事、感人事,您报料,我报道,欢迎拨打本报热线 66812555、66813555 提供线索,一经采用,奖金奉上。