

敬老爱老,全民行动,孝行咸宁,从我做起

我市将在10月开展“敬老月”活动

本报讯(记者 漆兵)今年10月9日(农历九月初九)是中国传统的重阳节,也是敬老节。记者从市老龄办获悉,为大力弘扬中华民族尊老敬老的传统美德,进一步营造尊老敬老的社会氛围,我市将开展以“敬老爱老,全民行动,孝行咸宁,从我做起”为主题的敬老月活动。

据了解,今年的“敬老月”活动时间从10月1日至10月31日,活动内容包括6项:广泛开展

人口老龄化主题宣讲行动;扎实开展惠老政策落实行动;积极开展为老志愿服务行动;广泛开展走访慰问送温暖行动;全面开展敬老爱老主题教育行动;大力开展文化惠老行动。

市老龄办就2016年全市“敬老月”活动进行了专门部署。全市各级老龄办将充分履行综合协调职能,精心组织,确保“敬老月”活动取得实效。要把“敬老月”活动的着力点放在基层,面向社区,面

向农村;以老年人需求为导向,因地制宜,注重实效,不搞形式主义;结合中央、省、市对扶贫工作的相关要求,把活动重点放在大力救助贫困老年人上,积极协调有关部门和社会各界帮助贫困老年人实现脱贫;多办实事、做好事、解难事,扎扎实实为老年人解决实际困难,真真切切让老年人感受到党和政府以及全社会的关怀和温暖,着力营造“敬老爱老、全民行动”的良好社会氛围。

退休七年背着相机走遍家乡的山山水水

卢和平:用镜头记录大美咸宁

■记者 漆兵

唱歌、跳舞、钓鱼……每位退休老人,都有自己的生活追求。退休老人卢和平通过摄影找到了自己的生活乐趣。退休七年时间,他背着相机走遍了家乡的山山水水,用镜头记录下了大美咸宁。



用相机扑捉身边的美景

卢和平是市公安局的退休干警,今年63岁。2009年,退休后的卢和平为了充实自己,报名参加了市老年大学摄影班。他花费1万多元买了一台尼康单反相机,从此与摄影结下了难解的缘分。

闲来无事的卢和平喜欢背着照相机到处逛逛。有一次,卢和平在市人民广场拍梅花,摆弄了许久,却怎么也拍不出心仪的片子。一位摄影前辈刚好路过,他告诉卢和平,只有利用逆光拍梅花,才能拍出花瓣通透的质感。在摄影前辈的指导下,卢和平苦心钻研,摄影水平突飞猛进。

卢和平最爱用相机记录家乡的美景。这七年时间,他经常和摄友们一起下乡采风,拍咸宁的山山水水,风土人情,当一幅幅美景呈现在他的镜头中时,他的心中总有种满满的幸福感。

爱好摄影的人都有一双善于发现美的眼睛。卢和平说,最美风景,其实就在身边。他经常拿着相机拍小区里的风景,去年他拍摄的组照作品《美丽小区》获得了第三届大美咸宁摄影比赛艺术类一等奖。

用镜头定格美好的瞬间

7月9日,农历六月初六。这一天是卢和平的生日。家人们为卢和平精心准备了生日宴,他却一大早

背着相机赶到了嘉鱼抗洪抢险的一线。当天,嘉鱼县簪洲湾出现管涌险情,市特警支队派出60名特警奔赴现场参与抢险。在堤坝上,特警们手持铁锹,背扛沙袋,和当地群众肩并肩共同抗击洪魔。气温高达36℃,汗水湿透了警服。卢和平用相机记录下了这一个个感人的瞬间。回家后,他将自己拍摄的一组特警冒高温抗洪抢险的照片制作成美篇在微信上发布,阅读量近万次。7月13,他拍摄的作品还登上了人民公安报的头版。

9月21日,市公安特警支队奔赴十堰市参加“湖北省公安特警反恐实战演练”。得知这一信息,卢和平坐7个小时的火车“追”了过去,在十堰跟着演练的特警们三天三夜,用镜头记录下了演练时的震撼画面和特警们英勇威武的风采。

卢和平用相机记录了自己退休后的生活,也记录了生活中美好的点点滴滴。他谦虚地说:“我的摄影技术不及专业摄影师,需要学习的地方还很多,但对摄影的这份执着和喜爱,让我的晚年生活充实而有活力。”

停电后冰箱食物还能吃吗

停电后,冰箱里的东西扔了可惜,吃的话又担心安全问题。近日,美国《医药快报》刊发了美国疾控中心的权威建议:如果停电在4小时以内,冰箱内的食物完全可以食用。前提是冰箱门一定要关严。如果超过4小时,冷冻层处于很满的状态,食物可安全保鲜48小时,半满状态只能保鲜24小时。

市 老 龄 办
香城都市报社

联合
举办

市首运会

中老年人门球赛落幕

本报讯(记者 漆兵)9月23日,咸宁市第一届运动会中老年人门球赛暨咸宁市第十四届老年人门球锦标赛在嘉鱼县圆满闭幕。

据了解,此次比赛由咸宁市人民政府主办,咸宁市体育局、嘉鱼县人民政府承办,咸宁市门球协会协办,共有18个代表队200余人参加。经过三天半的激烈角逐,嘉鱼县代表队、咸安区代表队、赤壁市代表队获得全市第一届运动会中老年人人类门球赛县市区组前三名;通城县代表队、市工行代表队获得大会道德风尚奖;汪伟、孙建平、周桂花等6名裁判员获得优秀裁判员称号。

市中老年京剧社

参加浠水票友联谊会

本报讯(记者 漆兵)9月24日,市中老年京剧社27名戏迷票友到浠水县参加了全省京剧票友联谊会。

据了解,浠水县借本地京剧票友协会成立十周年之际,在该县人民大会堂举办了浠水县京剧票友协会成立十周年汇报演出暨全省京剧票友联谊会,邀请了咸宁、黄石、黄冈、武穴等13个县市京剧票友开展联谊演出。我市中老年京剧社表演的《痛说家史》、《京戏联唱》等6个节目获得了现场观众的一致好评,掌声如潮。

近几年,中老年京剧社不仅多次赴外地参加京剧票友联谊活动,还邀请北京、广州、杭州、深圳等17个城市的京剧票社500多人来咸宁开展联谊活动40多场次,繁荣了群众文化生活,推动了京剧文化在咸宁的发展。

七旬老人笔耕不辍出诗集

本报讯(记者 王奇峰 通讯员 陈树杨)在我市有这样一位老人,年过七旬入读老年大学,并在一年半时间内先后出版两本诗集。他以“活到老,学到老”的精神,向人们证明了老年人只要乐观进取,纵然年过古稀,依然可以再度绽放风采。他就是市老年大学诗词班学员、浮山老年诗画研究会会员涂安行。

涂安行是咸安区浮山村人,今年

73岁。曾担任老师十余载,后供职于原地区轻工业局,2004年退休。涂安行称,年轻时为了工作和生计,基本和诗歌毫无交集。而真正动手创作诗歌,则源于两年前入读市老年大学。在老年大学诗词班,他找到了生命中的灵魂伴侣——诗歌,人生就像被打开了一扇新的门。

在进入老年大学以前,他爱好古风,以欣赏自由诗为乐,通过诗词班

系统的学习,他开始创作格律诗。进入老年大学第一年,涂安行就被评为“优秀学员”。此后,他在文学领域进步神速,一日千里,几乎每天都有一首诗歌问世。涂安行热爱家乡浮山,他的诗歌多为抒发对家乡的热爱及赞美之情,描绘浮山的山清水秀,人杰地灵。

9月9日,涂安行的个人第二本诗集《浮山吟藻》发行。他将两本诗

集,分别取名为《浮山咏晚情》、《浮山吟藻》,其对家乡的眷念之情可谓表露无疑。

除了诗歌,涂安行还刻苦练习书法,在字画之间展开探索,寄情咏志。如今,虽已年过古稀,但涂老仍然身体硬朗,在坚持天天读书日日写诗、练习书法之余,他还以侍弄蔬菜瓜果为乐,并将劳动果实送给亲友分享,晚年生活充实而有滋有味。