

组织健康体检、上门慰问演出、走访困难老党员……

咸安区“敬老月”活动丰富多彩

■记者 漆兵 通讯员 陈峰

欢乐的锣鼓敲起来、甜美的歌曲唱起来、优美的舞蹈跳起来……在咸安，只要有老人的地方，就有义工、志愿者服务的身影，就有老人们幸福的笑声。随着第四个老年节的到来，一系列精彩纷呈的活动把咸安区的“敬老月”活动推向了高潮。

今年的咸安区敬老月活动紧紧围绕“敬老爱老、全民行动、孝行咸安、从我做起”的主题，区老龄委早谋划、早组织，动员全区各级党政机关、企事业单位、社会组织、义工、志愿者队伍，为老年人办实事、做好事、解难事。进入10月份以来，在

咸安，从城市至乡村，无论是福利院、敬老院，还是城乡社区居家养老服务，到处都有爱心人士为高龄老人送温暖、献爱心，都能看到义工和志愿者为孤寡老人、困难老人、空巢老人热心服务，帮老人做家务、为老人理发、助浴、体检……陪老人聊天、过生日。

据统计，仅重阳节当天，全区共有义工、志愿者队伍120多支，共计1900余人参加了敬老、助老服务。其中组织为老服务慰问演出12场，组织座谈会、茶话会听取老年人的意见和呼声100多场，组织老年人

健康体检3000多人次，一些单位还组织老人们开展门球、太极拳、书画、摄影、重阳登高等比赛和参观城乡发展成果活动。区委组织部、区直机关工委还将重阳敬老活动作为第十个“主题党日+”的活动内容，各级党组织走访慰问困难老党员150多万人次。



10月9日，通山光荣院及新城社区、古塔社区等6个社区的103位老人受邀欢聚通山饭店。该县开展敬老活动，为老人们送上健康义诊、养生讲座、百叟宴席、重阳晚会等。

(蒋静静)



10月9号，嘉鱼县鱼岳镇北街社区联合县义工协会、康泰医院等爱心团体到该社区的五家福利院开展重阳节关爱老人活动，送去节日的问候和祝福。

(雷平 皮道琦)



10月9日，市老龄办全体党员干部深入夕阳红护理院开展走访慰问老年人活动，为老人们送去党的关怀和节日的祝福。

(漆兵 蒋静静)



10月9号，嘉鱼县鱼岳镇西街社区举办了一场主题为“和谐在社区，浓浓敬老情”文艺演出。社区老年人朋友们欢聚一堂，共度重阳佳节。

(雷平 皮道琦)



10月9日，赤壁市举办庆祝建国67周年暨九九重阳节文艺晚会。一个个由老年人自编自演的精彩节目，充分展示了老年人“老有所为、老有所乐”的精神风貌。

(蒋静静)

七旬老人快乐挥杆16年

击出快乐 撞出精彩

■记者 漆兵



昨日上午8点，在市老年人活动中心门球场，几十位老人手持门球棍正在练球。

75岁的汪诗鑫头戴白色运动帽，身穿深灰色外套，精神矍铄。他凝神屏气，稳握球杆，用脚踩着一颗球，抬手挥动球棍，只听“砰”的一声，

小球不偏不倚顺利过门。“好球！”场外一阵喝彩声。

汪诗鑫打门球有10多年了，一站、二看、三瞄，四击，击打、插边、闪带、接力，每一个门球动作都轻巧有力，张弛有度。对于汪诗鑫来说，门球不仅仅是一个运动娱乐项目，更是他退休后的“事业”。

初识门球 与之结缘

退休前，汪诗鑫在市邮政局上班。2000年，他开始分管单位人事、老干工作，经常带着单位门球队到省里参加比赛。从那时开始，他就喜欢上了门球，并与门球结下了不解之缘。

在省邮政系统开公司的朋友邀请汪诗鑫退休后到他公司上班。汪诗鑫婉言拒绝了。用他自己的话说，退休后他要干一些自己喜欢的事。2002年9月，退休后的第二天清晨，他就拿着门球棒到球场练球去了。

“打门球非常适合老年人，它可以慢走、快走、小步跑。它不仅要手脚并用，还得开动脑筋，选择什么样的击球路线，如何给对手制造困难，这些都需要设计，都是战略。”汪诗鑫说。

退休之前，汪诗鑫有过敏性鼻炎，深秋季节尤为严重，晚上睡觉时鼻子塞得严严实实的，只能站起来走上半年多小时，等呼吸顺畅了才能躺下睡觉。自从开始打门球后，过敏性鼻炎有所好转，现在鼻炎再也没复发过。

以前，汪诗鑫的体重有170多斤，上个楼也会胸闷气喘，自从坚持打门球后，体重减了20多斤，每天红光满面，身上洋溢着健康和活力。

以球会友 找到乐趣

汪诗鑫对门球的痴迷程度从他每天打球的时间上就可以看出来。每天早上5点多钟他就来到门球场，打三四个小时的门球。下午只要气

温适宜，他还会再来打一会门球。一年365天，几乎天天如此。

汪诗鑫不仅自己喜欢打门球，还动员身边的老人参与到门球运动中来。为了更好地为爱好门球的老同志服务，他先后担任过市门球协会的副主席、主席。在这10余年的时间里，汪诗鑫带领球队南征北战，参加过省、市多次比赛，创造过无数佳绩。他个人也曾被湖北省门协授予杰出贡献奖。

“门球是一门大学问，想要打好可不容易。把球打到理想的位置，除了要有物理知识，还要懂几何、数学。”说起打球的诀窍，汪诗鑫来了兴致。

在门球场，汪诗鑫结识了很多朋友，有了新的乐趣、新的追求。大家有着共同的爱好，相熟相知。练球的间隙，球友们坐在一起聊聊家常，说说身边的新鲜事，好不惬意。

门球让汪诗鑫的晚年充实而快乐。