

# 在邵阳“享老”的N种方式

邵阳日报记者 李洪夜



市老干部大学的学员在上音乐课。

最新数据显示,截至2023年年底,邵阳市60周岁以上常住人口达141.85万人,占常住人口总数的22.31%,高于全省平均水平;65周岁以上常住人口达98万人,占常住人口总数的15.4%。

在人口老龄化日益加剧的大背景下,养老成为社会各界关注的热点话题。11月5日至6日,记者深入我市多个老年活动场所进行实地探访,见证多样化养老服务托起幸福“夕阳红”。

## 市老干部大学:这里的学员“正青春”

“青砖伴瓦漆,白马踏春泥,山花蕉叶暮色染红巾……”11月6日,走进邵阳市老干部大学,一阵阵悦耳的歌声传来,音乐课老师禹莹鸿正在教学员们唱《声声慢》。

今年68岁的禹莹鸿从文化馆退休后,怀揣着对音乐事业的热爱,来到市老干部大学发挥余热教音乐,这一教就是8年多。在她眼中,这里不仅仅是一个教学的场所,更是一个充满温暖与欢乐的大家庭。“我教过最大的学员都79岁了。在这里,我感觉自己不像一名老师,反而更像是大家的朋友。我们一起在音乐中寻找快乐,感受青春的活力。”

“我在这里学习了6年,不仅收获了乐理知识、唱歌技巧,更重要的是在这个集体里收获了快乐,收获了友谊。”今年61岁的音乐班班长林春花说,上次演出,她表演了独唱《乡间的小路上》,家人朋友们都是称赞不已、羡慕有加。

在音乐教室的对面,62岁的马钢正沉浸在书法的世界里。他手持毛笔,蘸墨挥毫,每一笔都苍劲有力,展现出深厚的书法功底。“学习书法让我的心态都变年轻了。年龄只是一个数字,每一个字都是我情感的表达。”马钢一边书写,一边和记者分享他的感悟。

记者浏览市老干部大学的学期课程表发现,太极、摄影、智能手机、音乐、书法、民族舞……课程涵盖了文化、艺术、运动、科技等多个领域,只有你想不到,没有你学不到。

老年人学摄影、练“舞功”、提笔有神、弹琴有力……在市老干部大学享受幸福的“银发生活”,以积极向上的姿态乐享晚年。

## 长者食堂:幸福“食”光滋味长

“今天中午有青椒炒肉、茄子、莴笋……三菜一汤,很丰盛!”11月6日中午,82岁的杨俊峰和老伴在双清区邵颐食堂享受美味的午餐。

食堂内,温馨明亮的装修风格与木质桌椅相得益彰,营造出一种家的感觉。工作人员身着统一服装,忙碌而有序。在自主选菜区,刚出锅的炒菜和靓汤整齐排列,饭菜香气四溢,让人垂涎欲滴。杨俊峰正排队挑选自己喜爱的菜品。

邵颐食堂为60岁以上的老人提供每人每餐减免2元的优惠。对于高龄老人、分散供养特困老人等六类特殊人群,政府还额外提供每人每餐4元的助餐补贴,让老人们在这里能够享受到实实在在的实惠与关爱。

杨俊峰住在附近的双清家苑。由于孩子们忙于工作,没有时间做饭,这个离家近、环境干净且价格实惠的食堂,是他和老伴解决吃饭问题最理想的选择。

杨俊峰算了一笔账,老两口每天买菜做饭费时间费精力,年纪大了,碰上刮风下雨,外出也不太方便。如果到饭店去吃饭,两个人每天大概要花几十元。在邵颐食堂的优惠政策下,他们两个人每人只需花费7元,便可以吃上一顿健康又美味的午餐。

邵颐食堂负责人海欧介绍,目前食堂提供午餐和晚餐,考虑到老年人的身体特点,特意制作了符合老年人饮食习惯的饭菜,米饭软和、荤素搭配、营养均衡,样式多且价格便宜。

## 养老服务中心:服务“一站式”,“养老”变“享老”

自2021年起,双清区石桥街道居家和社区综合养老服务中心便由邵阳市

颐康养老服务中心接手运营。在该中心,每天都上演着温馨而惬意的画面。

清晨,阳光洒满前坪,老人们随着欢快的节奏跳健身操;中午,食堂里饭菜飘香,老人们齐聚一堂,享受着美味午餐;下午,书法室里墨香四溢,老人们挥毫泼墨,每一笔都书写着对生活的热爱……

在这里,每一位老人都能在不同功能区的活动室里找到属于自己的悠闲时光。今年87岁的陈振德老人笑着说:“在这里,娱乐、运动、吃饭,应有尽有。哪怕待上一整天,也不会觉得乏味。这里就像是一个温暖的大家庭,让我们的晚年生活有滋有味。”

该中心拥有养老床位45张,集生活照料、健康管理、医疗护理、老年文化活动等功能于一体。“饭有人做、衣服有人洗,什么事都不用操心,日子过得可舒坦了,子女也很放心……”白书钧老人说,自2021年入住该中心后,自己曾三次患病,“每次他们都第一时间发现并送往医院了,我很感谢他们”。

此外,该中心每天会安排专业的医护人员为老人进行量血压、测血糖等基础体检,密切关注老人的健康状况。同时,还积极组织开展各种活动,丰富老人的精神文化生活。



养老服务中心医护人员为老人进行基础体检。

老年人在双清区邵颐食堂享受美味的午餐。



# 深化改革创新 全面推动中医药振兴发展

## 2024年湖南省国家中医药综合改革示范区建设工作推进会在邵召开 肖拥军出席

邵阳日报讯(记者 陈红云 通讯员 王冬梅 刘小祥)11月8日,2024年湖南省国家中医药综合改革示范区建设工作推进会在邵阳市召开。省卫生健康委党组成员、省中医药管理局局长肖文明,市委常委、市委秘书长肖拥军出席并讲话。

省工业和信息化厅、省农业农村厅、省医疗保障局、省药品监督管理局等有关部门负责人参会并发言。

会上,肖拥军致欢迎辞,向出席领导、专家等表示欢迎。长沙市、衡阳市、邵阳市等6个湖南省国家中医药综合改革示范区先导区;湘潭市湘乡市、岳阳市临湘市等9个湖南省国家中医药综合改革示范区试

点县(市)依次介绍综合改革进展,围绕中医药体制机制改革、中医药服务能力提升、中医药产业发展分享改革经验。

肖文明充分肯定了各先导区、试点县(市)的改革工作成效。他强调,建设国家中医药综合改革示范区,是党中央、国务院部署的重大改革任务,也是国家中医药管理局推动中医药振兴发展的重大举措。要正确认识深化改革进程中存在的突出问题;要深入学习贯彻党的二十大精神,全力推动中医药综合改革向难度攻坚、向广度拓展、向深度进军,探索形成湖湘中医药综合改革有效路径和高质量发展创新模式。

# 扑下身子干实事谋实效

## 我市召开中直、省派驻村第一书记(工作队长)座谈会 杨志慧出席并讲话

邵阳日报讯(记者 曾小慧)11月8日,我市召开中直、省派驻村第一书记(工作队长)座谈会,市委常委、组织部部长、统战部部长杨志慧出席并讲话。

会议指出,全市中直、省派驻村工作队站位高、思路清、举措实、作风好,始终将自己所能与帮扶村所需相结合,扑下身子干实事、谋实效,为邵阳巩固拓展脱贫攻坚成果、推进乡村全面振兴作出了积极贡献。

会议强调,驻村第一书记(工作队长)在思想认识上要再深化,切实提升干事创业的积极性、主动性、创造性,以认识上的到位引领行动上的

自觉。在工作推动上要再加力,着重在聚人心、强党建、守底线、铸品牌等方面下功夫,以一流标准创造一流业绩。在方式方法上要再升级,切实树立系统观念、坚持问题导向、发挥头雁作用,以更优举措谋求更好实效。

会议还就组织工作作出具体要求,强调要扎实做好理论武装、选贤任能、强基固本、育才聚才等各项工作,为加快实现“三高四新”美好蓝图、建设现代化新邵阳提供坚强组织保证。

座谈会上,4名中直、省派驻村第一书记(工作队长)就驻村工作经历和心得体会作了交流发言,另有4个工作队作了书面交流。

# 搭建成长平台 提升履职热情

邵阳日报讯(记者 郭慧鹏 通讯员 曾振华)11月7日,民盟邵阳市委会召开青年盟员代表座谈会。市政协副主席、民盟邵阳市委会主委孙清良出席并讲话。

座谈会介绍了民盟邵阳市委会青年工作委员会的有关情况以及下一步推动青年工作委员会有效履职的愿景。参会人员结合新时代青年心理特点、个人工作生活情况,围绕搭建青年成长平台、吸引优秀青年人才、提升青年盟员履职热情等方面畅所欲言。

孙清良指出,民盟邵阳市委会

要高度重视青年盟员工作,努力为青年盟员展现自我、提升自我、成就自我搭建平台、创造机会。要加快推进青年工作委员会换届工作,让有情怀、有担当、有能力、有奉献精神的优秀青年盟员进入青年工作委员会,把青年工作委员会打造成青年盟员交流沟通的桥梁、成长进步的载体、发现培养人才的渠道。青年工作委员会要丰富工作内容和形式,多开展切合青年人特点又主题鲜明的活动,让他们在活动中充分释放向上向善的朝气和锐气,充分展现才华和能力。

# 新邵县人民法院龙溪铺人民法庭积极创建“枫桥式人民法庭”

## 线上解纷绘“枫”景

邵阳日报讯(记者 艾哲 通讯员 马一倩 实习生 洪佳莉)近日,新邵县人民法院龙溪铺人民法庭成功调解一起劳务合同纠纷案件,彰显司法温情。

案件审理中,承办法官秉持“如在诉”理念,运用多元调解平台开展线上“云调解”,组织原被告沟通,最终圆满调解,减少当事人诉累,取得良好法律效果与社会效果。

近日,年逾七旬的王某手握皱巴巴的“申诉信”,来到新邵县人民法院龙溪铺人民法庭。他称帮彭某看管工地十多年,被拖欠6万元工资,彭某已不回信息。法官了解诉求和查看证据后,告知需准备起诉材料,但考虑王某年事已高,准备材料有困难,便联系其户籍所在地司法所。司法所在审核后为王某指派了法律援助律师,使案件顺利进入司法程序。

立案后,因王某提供的电话号码

无法联系彭某,法官启动联动联调机制,通过驻村干部、村党支部书记联系彭某开展调解工作。彭某表示,在广州务工没时间回来,路费对负债的他而言是负担,他也在筹钱解决。法官从双方角度多次协调,确定双方空闲时间,利用多元调解平台,组织网上“云调解”。在法官、村党支部书记和法律援助律师共同调解下,王某与彭某在平台达成调解协议,彭某当日支付1万元工资,剩余工资年底前付清。

为减轻当事人诉累,法官通过线上确认、签署调解协议等方式,完成全部线上调解流程,并电子送达民事调解书,高效结案。

调解结束后,双方当事人对法官表达感激。承办法官表示,践行司法为民理念,打造“枫桥式人民法庭”,就要站在群众角度,回应司法需求,解决群众困难,让群众感受司法力度与温度。