

当世界杯撞上“银发档”

社区食堂变身老年球迷观赛场

本报讯(记者 林雨尘 通讯员 颜健 刘钰沁 黄佳雯)“看完球,下午再过过脚瘾。”6月30日,荷兰对阵摩洛哥的终场哨刚吹响,家住绍兴、68岁的朱海刚就摸出手机,挨个给球友打电话。

因为时差,本届世界杯将近七成的比赛都在北京时间6时至11时进行。这个让上班族直呼“要不起”的时段,却意外成了银发族的“黄金档”。

60多岁的夏阿姨是刚“入坑”的球迷。这些天,她时不时往杭州市拱墅区大关街道东二社区大运河社区食堂跑。不为别的,就为食堂新辟出的“长者观赛空间”。

旗帜、桌面立牌、海报、高清大屏……食堂负责人项宗伟说,每天有400位老人来吃饭,其中不少是铁杆球迷。于是食堂专门搭起观赛角,有直播就放直播,没直播就循环播放集锦和回放。“我们还打算推几款主题套餐,暂定叫‘进球盛宴’‘一击制胜’,既应景,也让大伙看球更有滋有味。”

相比夏阿姨,家住宁波市鄞州区福明街道福城社区的两九旬老人可谓是“资深球



96岁的应庆康看球。通讯员供图

迷”。清晨6时,96岁的应庆康和90岁的老伴史根娣准时端坐电视机前,斟一小杯茶,摆几样零嘴,开启观赛。当日赛程播完,两人关了电视,边吃饭边复盘。

而对于朱海刚来说,世界杯不仅是作为球迷的看球时刻,更是球友欢聚时光。“到淘汰赛阶段,我打算把球友们聚到一块,那才有气氛。”朱海刚说,足球贯穿了他整个学生时代,1982年毕业工作,因为种种原因,足球便慢慢收进了记忆里。随着年纪渐长,身体亮起警报,2011年他又把这份热爱捡了起来。

“恢复踢球后,身子骨硬朗多了,朋友圈也大了,退休生活既健康又热闹。”朱海刚

说,如今他主打五人制,一周至少三场。

银发族的足球热情固然动人,但安全不可忽视。

同为球迷,浙江省中医院骨伤医学中心副主任刘迅提醒,银发族看球时务必控制情绪,清晨本就是血压波动期,进球时刻再激动,也尽量坐着鼓掌,避免猛然站起或用力过猛;若真要上场过脚瘾,则一定要量力而行,别拼速度、别逞强,热身至少15分钟,充分活动踝、膝、髋等关节。

“足球是一项较为激烈的运动,可能因冲撞导致受伤,一定要有运动基础。”刘迅特别强调,一旦出现关节剧痛、肿胀或无法承重,千万别忍着,及时就医才是上策。

浙江老干部活动中心 开展主题党日

本报讯(通讯员 高忠诚)6月29日,浙江老干部活动中心交谊舞协会党支部组织支部党员,赴浙江省女子监狱开展“七一”循迹溯源主题党日。

老党员们参观监狱荣誉陈列室、观看专题纪实片后纷纷表示,这既是一堂直观生动的法治专题课,也是一堂直击心灵的党性淬炼课。

路桥区 银发“桐”心送暖

本报讯(通讯员 张煜杰)近日,台州市路桥区桐屿街道“银发‘桐’心”老干部志愿者服务队联合街道总工会、平安法治办,为一线劳动者送去关怀。

活动设在大道物流园区、桐屿营业所邮爱驿站两处暖心点位,志愿者为货车司机、外卖骑手等户外及新就业形态劳动者送上爱心午餐,并询问工作与防暑状况,提醒高温作业注意人身安全。

景宁县 组建养老管家队伍

本报讯(共享联盟·丽水 柳永伟 通讯员 陈韶文)近日,景宁畲族自治县养老管家吴苏雅背着装满血压仪、常用药品的服务包,专程来到东坑镇桃源村,走访独居老人吴聪美。

“破解山区养老难题,关键在抓队伍、创模式,打通服务‘最后一公里’。”据景宁民政局老龄工作与养老服务科副科长夏骏介绍,景宁组建151名山区养老管家队伍,通过“免费培训+职称评定+绩效激励”机制,实现每万名老人拥有25名持证护理员。

银发经济“融入”校园场景

镇海老年大学推出系列主题活动

本报讯(记者 夏凌 通讯员 史燕)近日,宁波市镇海区老年大学整合金融机构、商户、科普平台多方优质资源,精心策划开展系列主题活动,让老年学员尽享实惠服务、品读传统文化、收获健康知识。

作为本次系列活动的重头戏,银龄惠民集市日前火热开市。集市立足老年群体日常生活刚需,联动邮储银行镇海支行,集结本地优质商户,打造一站式便民消费场景。

现场,汇聚生鲜果蔬、特色农副产品、调味品、休闲零食等百余款商品,主打质优价廉。活动还设置多重趣味互动与便民服务板块,有投壶、夹弹珠等益智小游戏;养老金科普、反诈知识宣讲等便民服务守护银龄群体财产安全。

这类“一站式、多元化”的集市服务,既丰富校园文化生活,也为银发群体提供了便捷消费渠道。

此外,学校还联合镇海诗

词协会开展诗会,围绕家国情怀、夏日风光等主题,品读经典诗词、分享原创佳作;联合“真芝识”健康科普平台,开展中药滋补品鉴别专题讲座,采用通俗易懂的“一句话鉴别法”,系统梳理热门滋补品选购的常见误区,讲解货品真伪甄别、科学选购等实用技巧。

校方表示,将联合更多优质社会资源,创新惠老服务场景,推动银发经济与校园文化的深度融合。