

# 今日菏泽

齐鲁晚报 2014.9.26 星期五

新闻热线:6330000 广告热线:6330009

天愈冷 汤愈暖

PEONY SOURCE  
牡丹源温泉小镇

温泉/餐饮/客房/会议/地产

地址: 山东菏泽定陶北牡丹源温泉小镇 预约VIP 0530 7397555 预订VIP 0530 7396555

## 让老年人有所养更要有所乐

### 不少老人身心无所依托,政府和全社会更应关注他们的精神生活



本报记者 邢孟 杨双媛

老有所依,意味着老有所养、老有所为、老有所乐。步入老年后,大多数老人从工作岗位上退了下来,不再担任工作职责,儿女又不在身边,不仅生活起居需要人照顾,精神需求也亟待满足,空虚、无聊是许多老年人的感受。为排解孤独和寂寞,许多大妈跳起了“广场舞”,成为一大社会热点,也有老人找到了其他爱好兴趣,但更多的老人却不知如何找到精神寄托。

#### 衣食无忧

#### 老人有所养无所乐

住在九九老年公寓的吕奶奶今年91岁,有五个儿子。“孩子们也孝顺,可是不愿意走,在这儿人多热闹,伙食不错还便宜。”说这话时,她手里还拿着一本书。据吕奶奶的四儿子吴先生讲,公寓经常教老人唱歌,还有书看,能让老人在愉悦中消磨时光。

记者看到,九九老年公寓门口仅一排健身器材,每个房间虽都有

电视,但都较为老旧。除此以外,就没有其他的娱乐健身设施了。工作人员介绍,平时老人们就是聚在一起打打牌或是看会儿电视,有时候工作人员也会教唱歌。如果愿意锻炼的话,门口有健身器材。有的老人爱热闹,还会出门去看个戏。

正在吴堤口老年公寓门口晒太阳的王大爷告诉记者,他这里也没有什么娱乐项目,平时自己就是出门遛个弯儿,没有什么可消遣的。

“来我们这儿住的大部分老人身体不好,我们有康复大厅给老人做康复训练,棋牌室也有,但像剧院之类的就没有了。”菏泽市昆仑护理院院长张淑说道。记者看到,这里有专门的康复大厅,里面有一些健身器材以供老人使用,还有棋牌室可供老人休闲娱乐。

#### 娱乐健身

#### 广场舞快乐老年人

“你是我的小呀小苹果,怎么爱你都不嫌多。”每到夜幕降临,大爷大妈们就会出现在菏泽城区大大小小的广场,空地上齐跳广场舞,他们少的几十人,多则几百人,那阵势可谓壮观,而大爷大妈们跳广场舞的劲头也让不少年轻人汗颜。

65岁的刘大妈是忠实的广场舞爱好者,每天早晚一个小时的广场舞是她一天中最放松最愉悦的时刻。

虽然已经退休多年,但刘大妈仍要照顾一大家的日常生活。“儿子儿媳工作忙,每天接送孩子,做饭都是我来做。”对于刘大妈来说,虽然有老伴的帮忙,但每天能够自己做主的时间却不多,自从和小区其他老年人一起跳广场舞之后,广场舞就成了刘大妈唯一的娱乐项目。

62岁的刘师傅曾经就职于菏泽一家民营单位,虽然现在退休了,可他却并没有闲下来,而是又找了一个门卫的活儿。刘师傅说,虽然已经退休了,但身体很好,平时又没有特别的爱好,刚退休那段时间让他有些不适应,不知道每天该干什么,因此他决定重新再就业。

虽然儿女多次劝刘师傅在家享清福,但他清楚自个并非为赚钱,只是想再次融入社会,每天都有点事儿干,这样才活得有精气神。

#### 安享晚年

#### 老人渴望老有所乐

年轻的时候,他们为了生活奔波,辛辛苦苦地将子女拉扯成人。等到儿女们结婚生子了,他们的身体



老人们在日间照料中心打麻将消磨时光。(资料图)

也大不如前,没了自我。因此,经济实惠又参与度广的广场舞成了他们最佳、也可能是唯一的选择。

打牌,跳广场舞成了现如今不少老年人的娱乐项目。虽然跳广场舞可以锻炼身体,还能趁此机会结交朋友,但除这每天两个小时的广场舞,老年人还能干些什么呢?

记者在采访中了解到,由于受经济条件、文化水平及传统思想观念等

条件的限制,有条件的老年人还会唱戏曲、练练书法、打打太极拳等,但大多数老年人的业余生活也只有打打麻将、跳跳广场舞来消遣生活。

而这些娱乐项目对于数量庞大的老年群体来说无疑有些单调、匮乏,这就需要政府和全社会来关注老年人的精神生活,为老年人提供尽可能多的文化投入,让老年人在老有所养的同时能老有所乐。

本版编辑:崔如坤 组版:赵燕梅



# 亿维数码广场

活动时间: 9月20日-10月7日

# 手机数码价

# 国庆放

↓

国庆提前放“价”,4核独显笔记本 2699元!

苹果iPhone 5S 直降1000, 4288元!

国庆出游选相机,专业单反2888元!

菏泽青年路店  
地址: 青年南路与迎宾路交叉口  
电话: 0530-2070123

曹县东方红大街店  
地址: 东方红大街23号利尔电器一楼 (中国联通对过)  
电话: 0530-6123450

单县湖西路店  
地址: 湖西路与向阳路交叉口 (三联家电北临)  
电话: 0530-6106100