



开栏的话

今年是农历闰九月,除了本月2日外,第二个重阳节将出现在11月1日。据了解,上一次出现闰九月是在1832年,距今已有182年,而下一次再逢闰九月则要等95年,即2109年。在百年难遇的“双重阳”来临之际,我们将通过一组策划,来关注老年人群体。

(本报记者 王传胜)

# 老年大学,为何对你爱不够

文/片 本报记者 王传胜

当前,中国人的寿命普遍延长,退休后的生活还有许多年,老年人有了自己更多的休闲娱乐时间。他们不仅需要柴米油盐酱醋茶,也需要琴棋书画诗酒花。在聊城,老年大学已日渐成为老年人圆梦的精神家园。越来越多的人走进老年大学,也是以另一种姿态重新融入社会,追寻着年轻时未能实现的梦。

## 老有所乐,离退休后学习书画

10月23日,在一处老年人活动中心,聊城市老年书画研究会妇女分会为两名会员举办书画展,这两位老人分别是姜玉环和王秀杰。偌大的活动室内,四周墙壁上挂满了书画,挂不开的就摆放到桌子上。

田桂珍介绍,她2005年进入老年大学学习书画,目前是书画班的班长,为了给学员们创造一个展示自我的平台,也

为了督促她们勤画多画,每隔一段时间妇女分会就组织一次画展,把画展当成切磋、交流的平台。

市老年书画研究会会长张延安应邀前来参加书画展,他说,这些老人大多数都是离退休后才开始学习书画,只要写起来、画起来,一切烦恼就都没有了。怎么实现老有所乐?培养一项爱好,并全身心投入进去,

就能乐在其中。

据了解,这些老人大都是在老年大学里学习书画,不少人已经学习了多年。学习书画不仅为他们的退休生活打开一片新天地,也实现了年轻时未能实现的梦。

办书画展,也是老人们会友的平台。临近中午散会前,田桂珍给大家布置下一次活动的主题:“生活小窍门”。



在书画展上,老年人一起讨论画作。

## 老有所依,很多学员舍不得毕业

在聊城市老年大学,目前在校生有2000多人,其中有不少学员已经在这里学习多年,十余年的学员也有不少。田桂珍就是其一,已在这里学了九年。

“我不想让光阴虚度,想学点东西。”田桂珍说,退休后一下子闲下来,很不适应,经常往谁家串门,时间久了也不好,老年大学为老年人提供了这么好平台,她非常

感激,想多学点东西,多为学员服务,不要等到动不了的时候再后悔,不想让人生留遗憾。

田桂珍说,凡是到老年大学的人,大都是有想法、有追求、不甘示弱的人,要不然忙碌了一辈子,退休后干嘛不在家里享清福?

因此,很多像田桂珍一样的老年人,上了老年大学就舍不得毕业,他们把这里当成精

神家园。老人们上老年大学虽然理由各不相同,但说到底,都是为了让自己晚年的心有一处可以安放的地方。

据了解,他们渴望通过学习促进与他人的交流,实现自己的人生价值。特别是在信息大爆炸时代,如果老年人不学习,不仅会与时代脱节、逐渐被边缘化,而且越不进行知识“补钙”,头脑越会钝化,越会感到孤独和空虚。

## 退休生活如何摆脱精神空虚

很多老年人退休后,面临精神空虚,突然找不到人生方向,无所事事,不甘心等死、又力不从心的无奈感挥之不去。晚年生活孤寂造成精神空虚。

一位退休老干部说:“以前每天都有文件要看、要批,虽然事情多,但是很充实,现在睁开眼睛就发愁今天怎么过。”

聊城60岁以上老年人口已达94.7万,且老龄化趋势在加剧,不仅带来日益严峻的老年民生问题,也给经济社会发展

带来日益深刻的影响。

采访中,求学中的老人们无论是活跃的还是沉静的,不少人都提到:上学,只因他们有同样的梦,因为喜爱,也为晚年生活更美好。

老年人要实现老有所养、老有所依,更要老有所学、老有所乐、老有所为。当今社会物质生活日益丰富,绝大多数老年人不再为吃饱穿暖而发愁,他们势必开始追求精神上的满足,这就涉及文化养老的命题。

新乡南太行旅游度假区

AAAA

国家AAAA级景区/ 国家森林公园 / 国家攀岩公园  
国家地质公园/ 国家猕猴自然保护区

绝壁长廊

新乡南太行包含: 八里沟 万仙山 九莲山 天界山  
关 山 秋 沟 齐王寨 百 泉  
咨询电话: 0373-6256505 0373-6256555  
官网地址: <http://www.xxnantaihang.com>