

乐享银发美好生活

尊老敬老是中华民族的传统美德,爱老助老是全社会的共同责任。普洱市深入贯彻落实习近平总书记关于老龄工作的重要指示批示精神,认真贯彻落实党中央决策部署,聚焦老年人多元化养老服务需求,不断构建覆盖城乡、布局合理、形式多样、功能齐全、符合实际的基本养老服务体系。依托本地资源,结合离退休干部教育培训和老年大学教育的特点,推出了“六个依托”和“三个三”系列活动,旨在通过一系列创新举措,推动老年教育质量的全面提升,让老干部们在教育中发挥余热,体会“老有所学、老有所为、老有所乐”,让老年人共享社会发展带来的温馨与便捷。



» 老有所学

普洱市“六个依托”抓实离退休干部教育培训

本报讯(记者 曾琳寓 文/图) 近年来,普洱市紧紧围绕加强新时代离退休干部党建工作,通过“六个依托”切实把离退休干部组织起来,助推普洱市离退休干部各项工作再上新台阶。

依托主阵地开展教育培训。依托老年大学、老干部活动中心主阵地,通过办好“开学一课”“每周思政课”“银发大讲堂”等课程,定期收听收看“全国离退休干部网上专题报告会”等方式,推动思想教育融入日常。

依托老干部党校开展教育培训。紧贴基层需要,开办“开放党校、流动党校、红色党校”。通过市县联动、“1+1”合办的方式,每年到3个县(区)开展“送教下乡”活动。

依托共享途径开展教育培训。各级各部门利用万名党员进党校、行业部门培训班和离退休



党群服务中心、文化站、综合文化中心、新时代文明实践站等载体,提供集中式、共享式学习教育服务,每年有2000余人次参加学习活动。

依托主题活动开展教育培

训。结合开展“凝心铸魂·银龄尚学”行动等活动,采取学习考察、专题辅导、集中培训、座谈交流、理论宣讲等形式,持续实施党的创新理论学习教育计划,覆盖老党员320余人次。

依托“两员”工作队伍开展教育培训。创新出台《普洱市离退休工作指导员和生活辅导员工作制度》,组建“两员”工作队伍,通过“一月一推送”、送学上门等方式开展理论学习辅导。目前,市级部门已建立了由500余名在职干部组成的工作指导员和生活辅导员专业队伍,建立了3000多份“一人一表册”,针对性学习辅导初见成效。

依托“六学机制”开展教育培训。建立常态化学习机制,通过坚持制度集中学、提供资料保障学、送学上门全员学、依托新媒体广泛学、寓教于乐丰富学、利用红色资源现场学“六学覆盖”的做法,定期发布主题党日主题,结合“三会一课”、志愿服务等,及时跟进学习党的方针政策,确保离退休干部党员始终坚定理想信念。

» 老有所乐



重阳节志愿服务系列活动在思茅区开展

本报讯(记者 吕禾 通讯员 李金凤 文/图) 近日,普洱市志愿服务联合会、思茅区茶城志愿者协会联合普洱学院团委深入思茅区福源社区新时代文明实践站,开展2024年“我们的节日——重阳节”志愿服务系列活动。

活动在欢快的歌舞中拉开序幕,志愿者们用优美的舞姿、动听的歌声为老人们献上了一场视听盛宴。老人们脸上洋溢着幸福的笑

容,纷纷表示这样的文艺汇演让他们感受到了节日的欢乐与温暖。理发志愿者根据老人们的需求,贴心地为他们修剪头发。志愿者们还通过有奖知识问答的形式,向老人宣传勤俭节约、反对铺张浪费、抵制高额彩礼等移风易俗方面的知识。此外,福源社区新时代文明实践站工作人员还为老人们带去了油、米等节日慰问品。

普洱市老年大学“三个三”助推老年教育提质增效

本报讯(通讯员 凤愿 文/图) 今年以来,普洱市老年大学紧盯关键时间节点,聚焦思想政治、纪律作风、教学管理、安全防护和养生保健5个方面,通过“三个三”系列活动,努力让老年大学成为本地老年人的政治生活中心、知识学习课堂与休闲娱乐场所。

开展“三项学习”,强化思想引领。充分发挥普洱市老年大学老年人思想政治教育主阵地作用,通过“校长上讲台”的方式,分教师、学员两批次开展党的二十届三中全会精神专题“大思政课”。开学前一周,普洱市老年大学组织全体教职员工召开开学工作筹备会议暨纪律作风专题会,深化党纪学习教育成果,要求工作人员学纪、知纪、明纪、守纪,用心用情做好管理服务工作,在日常管理服务中发现问题解决问题,不断改进提升管理服务水平,切实提高老年大学办学效果。组织各专业授课教师开展教师座谈会,要求教师严格遵守“十要十不得”教师行为准则,并针对老年人



的需求、特点,制定教学大纲和教学计划,积极探索适合老年人的授课方式,让老年学员们在学校里听得进、学得好。

开展“三项活动”,筑牢安全防线。开展老年人反诈宣传专题讲座,筑牢思想安全防线。邀请市公安局、人行普洱市分行、市融

媒体中心联合开展专题讲座,普及金融保险知识、反诈防非常识以及养老领域金融诈骗等侵害金融消费者合法权益和危害金融稳定安全的行为,让学员们深刻认识到诈骗分子的狡诈和危害,进一步增强老年人反诈意识。同时,开展健康知识讲座、义诊,筑

牢健康防线。邀请市人民医院心血管内科、老年医学科、内分泌科专家到校,围绕老年人共病、心脏康复在社区患者教育指南等内容开展健康知识科普、教授养生保健操,帮助学员更好地进行保健养生,提高自我健康管理能力。此外,开展“玩转手机短视频”老年人信息无障碍建设主题活动,筑牢信息技术防线。邀请市融媒体中心编辑、记者到校开展手机短视频拍摄制作培训,为学员们讲授智能手机基础操作、手机短视频拍摄、制作方法等。

推进“三项措施”,培树文明校风。将从严治校“抓在经常、融入日常、严在平常”,不断完善学校管理规章制度,着重推行《教师行为规范》《学员管理规定》《跟班管理员制度》三项制度,坚持以制度规范为抓手,以尊师爱生、规范引导为切入点,营造尊师重教、明德乐学、风清气正、和谐向上的教育发展环境,不断提高教学和管理服务质效,努力打造“让党放心,让人民满意”的老年大学。

» 老有所为

袁成义:退休后潜心教授书法15年

□记者 杨柳青



(图片由受访者提供)

随着社会对老年群体的关注度不断提升,“老有所乐,老有所为”成为很多老年人的新追求,他们怀揣一颗为社会发挥余热的心,不断向自己提出新的目标,在退休后继续服务社会。书法家袁成义正是其中一员,他的退休生活正体现了“老有所乐、老有所为”的积极生活态度。

袁成义9岁学习书法,经过近60年的不断努力,真草隶篆各体皆能。20世纪80年代初,他成为云南省书法家协会会员,历任普洱市书法家协会副主席,普洱市诗词楹联协会副会长,普洱市老年书画诗词协会副会长,2013年被中国文化遗产保护研究院书画艺术院聘

为书法研究室副主任。其书法作品接连获得多类奖项,并著有《袁成义中山王千字文》《袁成义六体千字文》《袁成义书金刚经、心经》《袁成义小楷字帖》等作品。他退休后,没有选择“闲看浮云赏花鸟”的闲适生活,而是到普洱市老年大学任教,潜心教授书法课程,至今已有15年。

在普洱市老年大学的书法课堂,他不仅向学生传授书法技艺,更结合自己的人生阅历来展示书法艺术之美和中华优秀传统文化的独特内涵。“严肃”与“亲切”是学生们对他最多的评价。课上,他是学生们的良师,用自己丰富的书法实践经验,因材施教,耐心细致地教授学

生练习书法的基本功,以严谨的治学态度帮助学生走好学习书法的“第一步”。课下,他是学生们的益友,与他们谈天说地,帮助他们树立积极、乐观的生活态度。袁成义表示:“老年大学为老年人提供了持续接受教育的平台,也让我找到了方向,只要他们想学,我就能一直教下去!”

此外,袁成义还利用闲暇时间积极参与各类社会文化活动,如书法展览、书法培训、书法公益活动等,让更多人学习书法、爱上书法。他用行动诠释了“老有所为”的含义,在实现人生价值的同时,也为传统文化的传播作出了贡献。



林街乡举办“重阳同庆民族共融”主题活动

本报讯(通讯员 王桂/文 王德琪/图) 近日,景东彝族自治县林街乡举办“重阳同庆民族共融”主题活动。

活动现场,参与活动的人员集中学习了党的二十届三中全会精神,并传达了习近平总书记给普洱民族团结誓词碑盟誓代表后代回信的内容,进一步坚定了各族人民牢记总书记嘱托,同心同德跟党走的决心和信心。

活动还为恰逢重阳节生日的两位老人送上生日的祝福,并向爱心人士颁发了证书,给前来参加活动的80岁以上的老年人戴上大红花,送上节日的祝福。来自各村文艺演出队给老年人带来了《红红火火大中华》《中华情》《歌唱祖国》等9个文艺节目。老人们欢聚一堂,一边品尝蛋糕和点心,一边互聊家常,现场其乐融融。

重阳节习俗:登高

宫廷皇室也常举办这项活动。清嘉庆道光年间,苏州吴县人顾禄在所著的《清嘉录》一书中记述了孟嘉从桓温游龙山,亦九日登高之举,后遂相承为故事。隋唐时期,每到重阳,登高活动在民间较为盛行,文人墨客尤其热衷此项活动,因而使它成为一项综合性的“高会”。

此外,重阳节期间天气晴朗,

气温凉爽,适宜登高望远。这时山间的野果、药材正是成熟的季节,农民纷纷上山采集野果、药材和供副业用的植物原料,农民们把这种采集活动称为“小秋收”。登高的风俗可能是从此演变而来的。

(来源:中国文明网,原文链接: http://www.wenming.cn/wmdjr_299/cyj/ms/202310/t20231020_6686545.shtml)

