

共度开心时光 爱心仍在延续

“中秋敬老公益行 我为老人办博饼”活动走进厦门兰馨颐养院



中秋敬老公益行
我为老人办博饼

2022年中秋节敬老月特别策划
指导单位：厦门市卫健委
主办单位：厦门市老年基金会 海西晨报社



晨报记者 晋君

中秋节过后，厦门人对于博饼这项传统民俗活动的热情依然不减。9月14日，在厦门市卫健委指导下，由厦门市老年基金会和海西晨报社共同举办的“中秋敬老公益行 我为老人办博饼”活动走进厦门兰馨颐养院。厦门市老年基金会副会长张培军来到现场，和老人共度了一段开心的时光。

兰馨老人快乐博饼

博饼活动开始前，老人们热情高涨，自发唱起了红歌。张培军代表主办单位向老年朋友致以节日祝福：“我们举办敬老公益博饼活动，就是要

把对老人的关爱落实到具体行动上。马上将迎来国庆节和老年节(重阳节)，祝大家节日快乐，幸福满满！”

为响应疫情防控政策，老人们分别在各自的楼层内博饼。记者了解到，这些老人大部分都是高龄老人，腿脚不便，不少人还坐着轮椅，也有人在家属陪同下参加活动。

活动现场，94岁的郭奶奶不但博到“状元(五子带六)”，还博到了四个“四进”，奖品多到抱都抱不过来，这让她笑得合不拢嘴。102岁的蔡爷爷是这场博饼活动中最年长的老人，也幸运地博到了“状元”，他告诉记者：“我在这里住了一年，得到了工作人员的悉心照料，生活很愉快。”



老人开心博饼。记者晋君摄

爱心企业慷慨解囊

本次公益博饼活动自启动以来，得到了社会各界爱心企业和爱心人士的积极响应，他们有的捐款，有的捐赠面线和生日蛋糕。

近日，一对不愿透露姓名的夫妻为敬老公益博饼活动捐赠了2000元善款。他们在微信朋友圈内看到敬老公益

博饼活动信息，觉得为老人举办这样的活动很好，于是欣然捐款。

目前，爱心捐赠仍在继续当中。主办单位面向社会征集爱心人士和爱心企业，向老人捐资、捐物，为老人圆博饼心愿，拟走进十个街道、社区及养老机构，为老人举办10场(共100桌)博饼活动(每桌博饼标准为1000元)。博饼

活动将持续到10月底敬老月结束为止，将惠及上千名老人。如果您愿意为老人献上一份爱心，可以联系本报记者参与捐赠。《海西晨报》将对公益博饼活动以及感人至深的爱心故事进行报道，并在所有博饼活动结束后为爱心企业、个人颁发捐赠证书。捐赠联系人：晨报记者晋君；联系电话：18559037322。

捐赠账户

户名：
厦门市老年基金会

账号：
4100022809024903073

开户行：工行美禾支行

特别提示：请爱心企业、爱心人士务必在转账时备注“公益博饼”，并留下企业或姓名全称以及联系方式。

“老将”出马 带着队员翩翩起舞

市老体协操舞专委会积极备战省老健会健身秧歌项目



创建老年人健身康乐家园

联合主办：
厦门市老年人体育协会
海西晨报社

晨报记者 晋君

“手的位置要到耳朵，动作要做到位……我们再来一次。”在位于厦门体育中心的一间排练厅内，舞蹈老师杨琳珍一丝不苟地指导着排练活动，带领即将代表厦门参加第十一届省老健会健身秧歌项目交流活动的12名队员热火朝天地训练着。音乐响起，她们脸上带着笑容，伴随飞舞的扇子、优美的身段，丝毫看不出这是一群平均年龄达到60岁的老年人。

创编融入闽南特色元素

厦门市老体协操舞专委会秘书长叶小梅介绍，今年4月，为了备战第十一届省老健会健身秧歌项目，操舞专委会从全市各健身秧歌队伍中挑

选出20名骨干进行培训，“好中选优”，最终定下了参赛的12名队员。

此次比赛共有两个曲目，一个是规定套路——国家第八套健身秧歌《盛世秧歌》，另一个是自选套路。操舞专委会专门邀请小白鹭艺术学校的专业编导老师编排了曲目《草蜢弄鸡公》，该曲目除了秧歌的六个基本动作，还融入了木偶戏和高甲戏中的闽南特色元素。

在队员们眼中，杨琳珍是一名严格且非常敬业的老师。杨琳珍已经76岁了，家住海沧，每次排练都会第一个来到现场。杨琳珍告诉记者：“我是从厦门歌舞剧团退休的，所以排练时以专业的角度、专业的动作要求她们。”在杨琳珍的“雕琢”下，队员们挥



队员们积极参加排练。记者晋君摄

洒汗水，不厌其烦地一遍又一遍练习。杨琳珍说：“队员们都很有刻苦，也很虚心，水平提高了很多。”

加紧训练 为厦门争光

操舞专委会组织健身秧歌参赛队员每周训练三次，市老体协提供场地支持。在训练过程中，市老体协主席刘绍

清曾亲临现场，关心队员们的备战情况。市老体协副秘书长侯南疆分管操舞工作，对此次参赛队伍自选动作的编排、音乐的选择，他都亲自与编导老师商量，尤其是在音乐制作方面给予了专业的指导。

规定套路要求动作规范、队形整齐、动作到位，训练难度更大。每次训练时，领队赵

建民都会用手机拍下视频，分享到微信群，方便队员们反复观看，针对不足之处加强练习。别看她已经72岁了，每次排练都会到场，经常因为帮大家喊节拍，嗓子都哑了。

不少队员在各自原来的队伍中都有演出任务，但大家都克服了照顾家庭和排练冲突的困难，以及身体上的伤痛，戴着护膝、护腰坚持训练。因疫情等原因不能集中训练，队员就各自在家里对着手机视频练习，或到空旷的海边进行训练。

“由于场地有开放限制，大家有时想多练一会，就要到室外的空地上冒着高温练习。有的队员晚上还有其他排练任务，顾不上吃饭，就出发了。”叶小梅说，“我们都希望能尽自己最大的努力，在比赛中取得好成绩，为厦门争光。”