

全市55万老年人迎体育盛宴 厦门市第十一届老健会开幕,老体协带来健身功气球和健身球操精彩展演

创建老年人健身康乐家园

晨报讯(记者 晋君 通讯员 陈建忠 黄晶晶)8月8日上午,厦门市第二十一届运动会暨第十一届老年人体育健身大会(简称老健会)在厦门市海沧体育中心综合馆开幕。在开幕式上,厦门市老体协老健会方阵精彩亮相,老体协的演员们还带来了精彩的健身功气球和健身球操展演。

近年来,我市老年人体育事业蓬勃发展,老年人体育活动蔚然成风,基层“老年人健身康乐家园”创建率达86.67%,老年体育人口达到了70%,老年体育在历届全国、全省老健会上均取得优异成绩。

本届老健会坚持“积极老龄观、健康老龄化”的方针,共设置了柔力球、气排球、太极拳(剑)等18个大项26个小项的交流项目。各区、机关部门和行业系统共14个代表团2000多名老年运动员将代表全市55万老年人参加各项交流活动。



老体协带来精彩展演。记者 陈理杰 摄

特写

健身功气球:精彩蕴含辛勤汗水

海沧区老体协共组织了60名演员参加健身功气球表演。只见一颗火红的功气球在他们手中缓缓转动,将功气球的基本技法和京剧元素精彩融合在一起,博得掌声阵阵。而这成功的背后,更是蕴含着演员和工作人员辛勤的付出和汗水。

6月接到演出通知,8月展演,时间紧、任务重!由于演出场地需要特别大,没有合适的室内场馆可用,大家就早上6点半到8点半在室外广场排练。演员分成三个组就近训练,再进行合练。功气球节目导演江耀明老师今年76岁了,

每周从岛内到海沧进行指导。

陈玉梅和黄若蓓是海沧区健身功气球推广组的组长和副组长。陈玉梅在排练之余,要到同安照顾90多岁高龄的公公;黄若蓓还肩负着市老健会健身气功交流活动的参赛任务,她克服困难,两头兼顾。

海沧区老体协副主席朱乐媛说:“我们为演员做好了后勤保障,因为在室外排练,毕明莉等工作人员都准备了菊花茶、藿香正气水,并全程陪同排练。”此外,还组织了10名老年体育志愿者在演出过程中做好化妆等后勤工作。

健身球操:活力源于内心年轻

来自湖里区老体协的演员们身着彩色裙子,伴随《金梭银梭》的欢快节奏拍打健身球……现场观众不禁感叹,这丝毫看不出是一群退休人员。

健身球操是我市体育项目的一张烫金名片,在刚刚结束的第四届全国老健会上,厦门市健身球操代表队荣获第一名。演员王丽君告诉记者:“《金梭银梭》和《二十年后再相会》是我们那个年代最流行的歌曲,我们真真切切地把自己年轻时候的样子展现了出来。”

演员李月说:“20年来厦门

的发展日新月异,每个人演出时脸上的笑容都是发自内心的,心里怀着对自己的青春回忆。”

这是一个友爱的团队。林惠珍和杨水珠老师是健身球操节目的导演,接到演出任务后,她们到各个社区去挑选演员。从音乐选择、服装头饰设计到队形编排等,她们都细心考虑,非常到位。由于排练场地早上6点到8点才能使用,演员们也是毫无怨言,早上4点多起床。40名演员里只有10多名是老队员,大家老带新,分组练习,同心协力,向观众展示了厦门老年人的健康和活力。

厦门大学附属第一医院军转医护工作者曹苏伟退休后继续发挥余热 退休“天使”插上志愿服务翅膀

晨报记者 晋君 通讯员 高育武

“你好,住院手续在哪里办理?”“请问药房怎么走?”走进厦门大学附属第一医院,在服务台经常能看到一个身穿红色志愿服务马甲执勤的身影,她有问必答,总是耐心地回答病人和家属咨询的每一个问题。她就是厦门大学附属第一医院肿瘤外科原护士长、副主任护师曹苏伟。

今年68岁的曹苏伟是江苏人,一名退休军转干部,退休前,她是一名兢兢业业的白衣天使;退休后,她再穿上“白战袍”,插上志愿服务“红色翅膀”,继续践行南丁格尔誓言。

现担任第一医院离退休临床党支部书记及第一医院老党员天使志愿服务队副队长。

1970年,曹苏伟参军入伍,成为了一名通信兵。经历了七年的连队生活后,她到护训队学习护理专业,后来到空军某医院做了一名护士。回想起在部队从医时的岁月,曹苏伟说,和战友互相练习是常有的事,“打针疼都不算什么,最难受的是互相练习插胃鼻管,开始时手法生疏,插下去难过得鼻涕一把泪一把。”她回忆,那时候学习劲头都很足,在医院实习遇到夜里有产妇需要接生,或是一大早有病人需要抽血,她都第一时间冲上前,不



曹苏伟(左)退休后,发挥专长做志愿服务。记者 晋君 摄

放弃参与实践的机会。在部队期间,突然接到任务到海岛参与紧急救援的经历,也令她印象深刻。“当时,我接到任务就立即出发,海岛上不方便降落,直升机盘旋了很久才降落,这次的救援经历让我很难

忘。”曹苏伟说。

1988年,曹苏伟转业到第一医院工作,直到2015年退休。多年的部队生活养成了曹苏伟坚毅的性格和很强的时间观念。在担任医院肿瘤外科护士长期间,面对担心

病情的病人,她经常耐心开导他们,病人总是说:“曹护士长真好,特别关心我们。”

退休后的曹苏伟怀着对工作了27年的第一医院的深厚的感情,于2017年选择回到医院做志愿服务,继续发挥余热。如今,她担任第一医院离退休临床党支部书记以及第一医院老党员天使志愿服务队副队长,每周都会到医院参加一次志愿服务。她说:“我觉得自己的身体还可以,想要在病人需要我的时候,发挥自己的专长为他们服务,看到病人伸出大拇指,或是发自内心说一句‘谢谢’的时候,我感到很欣慰。”