

# 姜堰老年健康

12月12日 星期四  
甲辰年十一月十二

2024年第4期  
总第40期

姜堰区老年健康协会 主办  
姜堰区融媒体中心

主编：尹刚 副主编：张延庆 责任编辑：周秀林 编辑：李晓倩 本版编辑：钱秋生 组版：周莉 投稿邮箱：749152006@qq.com

## 区老年健康协会党支部开展爱国主义教育主题党日活动



梅存锁 摄

本报讯(通讯员 钱秋生)近日,区老年健康协会党支部赴扬州中国大运河博物馆开展“展现运河变迁传奇、传承运河非遗文化”爱国主义教育主题党日活动。区老年健康协会会长尹刚及部分协会理事参加活动。

活动中,大家饶有兴趣地参观了通过科技与历史完美结合的10个展馆,了解到全长3000余公里、历经2500余年、地跨八个省级行政区的中

国大运河是古代劳动人民创造的一项伟大水利工程,对中国的政治统一、经济发展、文化繁荣发挥了重要作用。作为中华文明的重要标识,“大运河”已被列为世界文化遗产。

习近平总书记指出,大运河是祖先留给我们的宝贵遗产,是流动的文化,要统筹保护好、传承好、利用好。通过此次参观学习,大家进一步增强了对祖国的文化认同和自信,坚信在习近平新时代中

国特色社会主义思想指引下,今天的大运河不仅是重要的文物保护单位 and 世界文化遗产,更是活态的交通设施、水利工程、生态廊道。文化景观和旅游目的地将一如既往地对社会发展、文化交流互鉴发挥重要作用,成为高颜值的生态长廊、高品位的文化长廊、高效益的经济长廊,古老的大运河一定能在中国式现代化进程中不断焕发时代新风貌。

## 区老年健康协会与市委老干部局联合组织“幸福泰州健康行·银辉聚力助发展”活动



许开宇 摄

本报讯(通讯员 吴广明)11月15日,区老年健康协会与泰州市委老干部局在俞垛镇联合组织“幸福泰州健康行·银辉聚力助发展”活动。

在俞垛镇文体广场,敲大鼓、快板表演等文艺节目吸引不少群众驻足。区老年健康协会与泰州市委老干部局设立10多个宣传台,向群众发放《姜堰老年健康文集》、《姜堰老年健康》报以及防治高血压、冠心病、糖尿病等老年健康保健宣传资料。

在俞垛镇卫生院,来自泰州市第二人民医院、泰州市姜堰中医院、区疾控中心等单位的专家设置义诊咨询服务台,为老年朋友提供疾病诊疗和健康指导服务,营造全社会共同关爱老年人的良好氛围。

## 区老干部大学党支部与老年健康协会党支部联合开展主题党日活动

本报讯(通讯员 袁赤忠)11月15日,区老干部大学党支部、区老年健康协会党支部联合开展主题党日活动,60多名同志参加。

活动中,区老干部大学党支部书记刁义峰领学了习近平总书记今年10月9日给“银龄行动”老年志愿者代表的回信,就贯彻落实

习近平总书记的回信要求畅谈了个人感想,并结合学校实际提出了具体的工作措施,强调把习近平总书记的回信精神落实到姜堰,必须深入推进“五心”(收心归位、爱心待人、用心做事、舒心入校、放心上学)工作法,努力为推进中国式现代化贡献银发力量。

区老年健康协会工作部主任周秀林作题为《中老年运动养生漫谈》的辅导,切合老年人的实际,对老年人的胃口,用行动诠释了习近平总书记要求的老有所养、老有所乐、老有所为的深刻内涵。

在轻松愉快的氛围中,参会人员还自由组队开展了文体活动。

## 风雨后方见彩虹美

◆顾祥



顾祥 摄

我的母亲名叫徐佩兰,住在罗塘街道中天二村,退休前是区皮肤病防治院的一名皮肤科主治医师。虽然已经90岁了,但她身体硬朗,精神矍铄。不了解母亲的人不知道她曾走过一段艰苦的人生历程。

母亲出生在旧社会的一个贫苦家庭,16岁时才踏进小学的门槛,由于年龄较大,小时候又跟在外婆后面识过一些字,学校破例让她插班上了四年级。她学习勤奋,以优

异的成绩考上初中,22岁结婚后随做小学老师的父亲到兴化竹泓中学读书,后考入兴化卫校医士班学习。

可是,命运弄人。此后,一个又一个不幸降临到她的身边。先是我们当时只有6岁的叔叔(她的小叔子)突发乙脑,生命垂危,硬是被母亲这个学医的嫂子用米汤救活,但留下了后遗症,全身瘫痪,吃饭要人喂,穿衣脱衣、大小便均要人照顾。后是她读卫校二年级时,因为我的父亲要教书,她自己还要完成学业,家里奶奶又要照顾残疾的叔叔,所以只能把刚出生的我的哥哥托付给学校附近一位农妇照顾。哥哥不小心摔成重伤,导致颅内出血,抢救过来后留下了脑震荡后遗症,成了一个智力障碍的痴儿。

在物资匮乏的年代,我们全家最多的时候有9口人,包括常年卧病在床的奶奶、瘫痪的叔叔、痴呆

的哥哥……一家人全靠父母微薄的工资维持生计。他们硬是勒紧裤带过日子,坚持了几十年。常年的辛苦,使父亲五十出头就患上了肺气肿、支气管炎、肺源性心脏病等多种疾病,成了一个“药罐子”。生活的困难和痛苦,母亲一人全扛在肩上,始终没有将家里的任何一个亲人抛给社会,而是用自己的大爱顽强地支撑起这个家庭,直到将重病的奶奶、年迈的外婆、多病的父亲、残疾的叔叔一个个养老送终。在操持繁重家务的同时,母亲还以一颗仁爱之心对待她负责的每一位患者,工作期间,她光荣加入了中国共产党,并多次获得先进工作者称号。

不幸的家庭经历,父母的榜样作用,使孝老爱亲的家风在我们这个家庭里得到了熏陶和传承,我们姊妹几个包括我们的爱人都非常孝敬家中的亲人,中天社区领导也给了我们这个有老人和残

疾人的家庭很多的关爱。母亲退休后,家庭生活过得越来越幸福舒心。

退休后的母亲依然对自己严格要求,每天坚持写字读书看报、锻炼身体。她非常关心社区的困难家庭,热心公益事业。每次社区组织捐款,她总是积极带头响应;每次邻里之间产生纠纷或有邻居家庭不和、教育子女遇到困难,她总是耐心帮助、细致疏导。她还非常注重家风的传承,83岁时,用3个月的时间将自己的经历撰写成册传给子孙,启示家人牢记家庭的历史,珍惜今天的幸福生活。该内容被《姜堰日报》摘登,在朋友圈引起较大反响,得到点赞好评。

今年10月,母亲90岁寿辰时,她自费将近期写成的30多篇有关家风传承的散文汇编成书,送给前来赴宴的亲友,办了一场特殊的生日读书宴。该事迹被《泰州晚报》报道,并被学习强国泰州学习平台选用。母亲常说:“坚守自己的美好,就能遇见更多的美好。”良好家风的演绎和传承,使母亲收获了幸福满满的晚霞时光。