

市老干部大学 邀请专家 为学员上公共课

□记者 李丹 通讯员 刘玉

本报讯 12月10日,市老干部大学邀请市文明办副主任王健,市中心医院心内科、高血压科主任刘华玲为在校学员上了一堂精彩的公共课。在校学员200多人到场听课。

王健就我市“五城联创”基本概况、“五城联创”主要做法、“五城联创”以来的工作成效及下步打算为老同志做了精彩解读。课后,老同志纷纷表示,“五城联创”与大家的生活息息相关,取得的成效看得见、感受到,以后要继续为“五城联创”工作发挥作用、为周口的发展增添正能量。

刘华玲为大家深入浅出地讲解了饮食对高血压的影响,与老同志分享了冬季老年人预防常见病的小妙招,结合教具向老同志介绍了健康饮食的内容。最后还为在场老同志测量了血压,热情回答了部分老同志的咨询。课后,老同志纷纷感谢市老干部大学和专家对他们健康的关怀和辛勤付出,希望以后多举办一些这样有意义的活动。

沈丘县老干部 向省人大代表 建言献策

□记者 马芯 通讯员 郭成云

本报讯 12月8日,沈丘县念慈医院召开该县老干部征求意见座谈会,为即将召开的省人代会建言献策。

当日的座谈会由沈丘县念慈医院院长、河南省人大代表庞秀萍主持召开,特邀请了该县7位老干部参加。庞秀萍说,老干部有着得天独厚的年龄优势、资历优势、经验优势、威望优势,他们了解基层情况多,分析问题透彻,是党联系群众的桥梁。座谈会上,与会老干部针对医改情况,争相发言,提出了多条好的建议,反映了群众的要求和期盼。听取老干部的发言后,庞秀萍表示,一定要把大家的心声带到大会上,为我省医改工作作出一份贡献。



温馨
瞬间

近日,由益海粮油集团主办的“金龙鱼 1:1:1 广场舞大赛”在我市举行,700多名广场舞爱好者参加了比赛。在比赛现场,“广场舞大妈”“广场舞大叔”用优美舞姿展示了老年人热爱生活、健康向上的精神风貌。

记者 梁照曾 摄

快乐老人杨在忠

□记者 宋馨 马芯 通讯员 张然

只要提起杨在忠,在淮阳县老干部活动中心经常参加身体锻炼的百余名离退休者没有不知道他的,没有不了解他的。因为,他是一名诙谐幽默的老人,无论走到哪里都会有他的欢声笑语。所以,大家评价他说:“只要与杨在忠一起,没有不笑的,没有不笑出声的,没有不笑出眼泪的。”

然而,常把大家逗笑的杨在忠,他脸上却没有一丝笑容。难怪又有人说:“会说者能把别人说得舒舒服服的,会讲者能把事讲得头头是道,会逗者能把人逗出眼泪,而自己却从不发笑。”杨在忠就属于后者,有时一句话让别人笑出了眼泪,他还是一脸的严肃劲儿。

杨在忠,今年80岁,1998年在淮阳县总工会退休。他曾任过淮阳县一中团总支书记、党支部委员,淮阳县委机关党委会干事,县委组织部干事,淮阳县总工会主席等。

杨在忠说:“工作,我不干便

罢,要干必须干好,干出好样子。这是我的秉性所为。”因此,他从教时多次被评为先进教育工作者,从政时被共青团河南省委评为省青年建设社会主义积极分子,荣获团中央颁发的“五四奖章”,在淮阳县工会任职期间,他被省总工会、全国总工会分别授予“五一劳动奖章”,获全国总工会先进工作者荣誉称号,淮阳县总工会多次获得市、省、全国先进单位等荣誉称号。

“过去的成绩总归过去。这正如作风建设永远在路上一样。目前虽然我已光荣退休,但退休是我夕阳红工作的一个新开端。”杨在忠谦虚地说。

杨在忠还喜欢诗词与书法,并多次参评获奖。他撰写的《老来乐》《古陈颂》等段子,让人百读不厌。尤其是他与人合作用甲骨文、隶书撰写而成的《百寿图》,还获得北京老龄委举办的纪念抗日战争胜利七十周年全国征文三等奖。

杨在忠说:“别人常把退休老人说成是‘老来难、老来难,老人

见面泪涟涟’,而我把它改编成‘老来乐、老来乐,一下能活一百多。啥事多往好处看,多看大局与主流’。”

“钓鱼看渔竿,写字看笔尖,作为退休的老人不要把金钱看得过重。”杨在忠语重心长地说。说着,他顺口编了一小段:“不讲吃不讲穿,写写画画度晚年,不挑肥来不拣瘦,快快乐乐延益寿……”

杨在忠除了把诙谐幽默奉献给他人外,还把自己的书法作品免费送人,他说这叫“送人玫瑰,手有余香”。把作品送给人家,这叫友谊共建,书画共享,这也叫独乐乐没有众乐乐的好。

这就是人见人爱,被大家称为“老来宝”“大活宝”的杨在忠。

老骥伏枥展风采

周口市委老干部局
周口报业传媒集团 联办