

## 世象杂谈

## “年轻老人”闲不住

丁慎毅

近日,上海启动全国首个“年轻老人”健康生活秀活动大赛。主办方表示,上海借鉴世界卫生组织标准,结合中国老年人群退休实际情况,在全国率先提出具有中国特色的“年轻老人”概念,即原则上为年龄在55岁至70岁,身体健康、心态年轻、积极参与社会活动的老年人。希望通过开展大赛,以多种形式展示“年轻老人”的风采。

上海正步入重度老龄化阶段,且老龄化程度还在持续加深。在这一背景下,上海首提“年轻老人”概念的深意何在?

笔者认为,上海这是更加注重分龄养老,根据不同年龄段老人的需求,精细化提供养老供给。

相关调查数据显示,从现在到2050年期间,我国60岁以上老年人当中,60岁到70岁的老年人数量将稳定在1.5亿到2亿人。随着营养条件、医疗条件的改善,这些老年人总体上都是健康的,而且他们有丰富的知识。这一群体的养老需求,主要还集中在精神养老上。

精神养老以提高老年人健康水平为目标,其实质是满足老年人亲情、自尊和期待的需求。解决好精神养老问题,既对家庭和睦、社会和谐、促进消费具有重要意义,也是延缓老人失能失智、减轻社会照护压力、降低公共医疗支出的有效途径之一。

有观点认为,发展银发经济,要鼓励“年轻老人”继续工作。其实这是对银发经济的片面理解。银发经济不排除“年轻老人”从事适合自身身体和经验的工作,但中国老龄科学研究中心发布的《中国老龄产业发展及指标体系研究》预测,2030年全国老年人口消费总量为12万亿元至15.5万亿元。可以说,银发经济更多的还是聚焦老年人消费。

从人文关怀的角度说,老人们工作了大半辈子,退休后,也应该以老有所乐为主。“年轻老人”精神养老,能让他们时刻保持热情,不断学习融入新鲜事物,进而促进健康。同时,更能促进文旅消费、体育消费等。

上海首提“年轻老人”概念,为55~70周岁老人办大赛,这其实就是以此激发“年轻老人”精神养老的热情,进而增加匹配“年轻老人”需求的产品和服务供给。

国家统计局发布的数据显示,我国已正式迈入中度老龄化社会。这一概念,对各地如何因地制宜因人制宜促进“年轻老人”精神养老,或许有启发意义。比如,如何把青年就业与“年轻老人”精神养老结合起来,让青年友好和老年友好在交叉地带实现1+1>2的效果。

石家庄市订户请注意  
如果您没收到报纸  
请拨打 88629333

五代传承手工蒙鼓 四轱坚守渐入佳境  
孟德印的鼓如今又火了

通讯员 艾立起 徐凤军

一大早,唐山滦南司各庄镇前孟各庄村的蒙鼓师傅孟德印就忙活起来。筛选、切割鼓梆,从拼梆、固定皮子到踩鼓、调整配饰,每一个蒙鼓步骤孟德印都精益求精,一面成品鼓里凝聚了他40余年潜心研磨的技艺和对鼓的热爱。

孟德印今年62岁,他的蒙鼓技艺是祖传的,如今这种纯手工制鼓已不多见。唐山乐亭大相各庄2米高的牛皮大鼓等地的蒙鼓,都出自孟德印之手。19岁时,孟德印接过爷爷的衣钵,成为第四代蒙鼓传承人。孟德印做出来的鼓不仅外形精巧、声音洪亮匀称,而且经久耐用,产品销路很好,在滦县、迁安以及唐山市区都有多处经销点。

上世纪90年代,是孟德印家蒙鼓生意最红火的时候。然而,在外地鼓大量进入唐山后,本地的手工牛皮鼓销售受到了很大冲击。据孟德印回忆,曾有一年,他连一面鼓都没卖出去。“那几年我们家生意冷清,一起蒙鼓的叔伯兄弟们都去找别的营生了。”眼看生意逐渐入不敷出,孟德印却说:“如果我也不蒙鼓了,那不就败给了那些质次价低的外地鼓?从太爷爷开始,到我这辈已经是第四代,不能让这门手艺失传。”

相较机械化批量生产,手工蒙鼓几十个小时的打磨显得格外奢侈,“用了才知道手工制作的鼓更耐用、音质更好,敲得更响。”于是,惨淡光景持续三四年后,人们又把目

光逐渐转回来。外地低廉价格的鼓不再受欢迎,逐渐退出了唐山市场。

几年前,滦南县的一位靳师傅打电话给孟德印,他说自己爱敲大鼓,从市场上花几百元买的新鼓,结果才敲了不到两个月鼓皮就破了。靳师傅向其他人一打听才得知,孟德印制作的鼓多年不坏。靳师傅带上破鼓直奔孟德印家,孟德印看了说:“这鼓鼓皮薄,边角料都用了不合格的杂料,这样的鼓声音低沉,爱坏。”正在两人沟通时,一位吹唢呐的老艺人找到孟德印,他说鼓是20年前买的,走街串巷的演出都要用鼓,最近鼓皮不行了,要换一面。靳师傅听了非常惊讶,一面鼓在乐队里竟然用了20年,他立即表示要买孟德印制

作的鼓。孟德印还向他保证,3年内坏了退款。后来,靳师傅还推荐别人到孟德印家买鼓。在乡亲们的口口相传中,孟家制作的鼓以口碑和质量声名远播。

这两年,村里扭秧歌、打鼓的人越来越多,这给孟德印的蒙鼓买卖带来了新的契机。目前,“孟各庄蒙鼓技艺”入选河北省第五批省级非物质文化遗产名录,孟德印也已经培养出第五代传承人。孟德印说:“早在原始社会,人们就会敲击石器给舞蹈助兴。如今,村里的产业发展越来越兴旺,老百姓的日子越过越红火,我相信,制鼓不会过时,中华优秀传统文化会随着人们对美好生活的期盼不断延续下去。”

## 起居有常 饮食有节

寿星:孙玉梅(101岁)

健康素描:孙玉梅家住邯郸峰峰矿区新城镇,育有三个儿子。如今,孙玉梅已是四世同堂,全家有16口人的大家庭。

年轻时,孙玉梅开了一家裁缝铺,后参加了国营手工业联合社,为羊一煤矿的工人和家属服务。退休后,她一直跟着二儿子和儿媳生活,一家人关系融洽。

饮食上,孙玉梅不挑食,最喜欢的是牛奶、水果和鸡蛋糕。她饮食定时定量,每餐只吃七八成饱,细嚼慢咽,从不暴饮暴食。生活上,孙玉梅作息规律,每天早上7点起床,早饭后锻炼身体,做一些简单的家务,中午休息一个半小时,晚上8:30上床睡觉。

虽已年过百岁,但孙玉梅耳不聋、



眼不花,记忆力很好,思维敏捷。问及她的长寿之道时,孙玉梅感慨地说:“我们一家人团结和睦,孩子们又孝顺。现在,我还领着高龄补贴,咋能不高兴,不长寿啊!”

图为孙玉梅在家用健身器材锻炼。

通讯员 石贵生 王利恒 文/图

## 乐中学习 玩中锻炼

本报讯(通讯员 赵岩)近日,秦皇岛市海港区海滨路街道滨海城社区党委,组织辖区老干部老党员开展了“理论宣讲新平台 花样百出运动会”活动。本次活动以“我学习、我运动、我健康、我快乐”为口号,以理论宣讲快问快答、套圈、保龄球等形式展开。

活动的第一个环节是由滨海城社区党委设计的理论宣讲快问快答。问题内容融入党史、党纪等宣传要点,燃爆趣味运动会的开场。老干部们争先恐后,踊跃举手,现场传来阵阵加油呐喊声。在后面的游戏环节,大家纷纷使出看家本领,在“乐”中比赛,在“玩”中锻炼。

比赛结束后,老党员聂淑文高兴地说:“这次活动我们不仅学到了党史知识,还锻炼了身体,特别开心!”

## 烙铁为笔 木板作纸

## 六旬老人玩出书法新花样

本报记者 杜雅楠

通讯员 孙晓鹏

除了在宣纸上写书法,您听说过用烙笔在木板上进行书法创作吗?5月6日一早,保定市民崔海清手拿电烙铁,全神贯注地在一块木板上烙刻着书法。伴随着袅袅青烟,木板上逐渐显现出苍劲有力、行



崔海清正在进行书法创作。 通讯员 焦耀全 摄

笔流畅的字体。

今年60岁的崔海清是保定市的一位退休工人。上小学时,他最感兴趣的一件事,就是看老师写板书。每天放学回家后,崔海清会搬着小马扎坐在院子里,用右手中指在地上一遍又一遍地模仿老师的字迹,一写就是两三个小时。由于长时间练习,崔海清右手中指的指甲永远比别人少半块,小伙伴们没少笑话他。

长大后,崔海清来到一家机械厂工作,单位的职工阅览室订阅了不少报纸。他经常对照着报纸上的书法字体,一笔一画地练习。“那时候,我是把废旧报纸用墨水染黑晾干后,再蘸着清水写毛笔字,这样可以重复使用多次。”直到现在,崔海清家还保存着二十多张这样的报纸。他渐渐掌握了楷书、行书、草书等书体。

2023年的一天,崔海清从“快手”App上看到一位老人在木头上烙画。一幅幅栩栩如生的烙画,深深吸引了他。崔海清有了用烙铁创作书法的念头。他找来了几块三合板,又买了不同型号的电烙铁,开始练习。

渐渐地,崔海清发现用烙铁烙刻书法,比用毛笔难度大得多。“走笔要慢,用力得均匀,还要掌握好火候。”那段时间,崔海清卧室的灯永远是居民楼最晚熄灭的。在烙坏了30多块木板后,他终于掌握了诀窍。“烙笔头离木板的远近,书写的速度,都会直接影响作品的成色。”掌握了在木板上烙刻书法后,崔海清又开始尝试着在椰子壳、葫芦上练习。如今,他已经创作出200余件烙书作品。

“这些作品是我的宝贝,心

情不好的时候看看它们,什么烦恼都忘了。”前几天,崔海清和老伴因为一些琐事拌了几句嘴。他独自回屋观赏烙刻书法,看着这些作品,他的气就消了一大半。为了哄老伴高兴,崔海清特意花了一天时间,在一枚精巧的小葫芦上烙刻上了几句描写爱情的古诗,并在诗的下方写下“赠爱妻”几个字送给了老伴。“她看了特别高兴,我俩很快就和好了。”

人老心不老,生活有目标。这几天,崔海清买来了几台不同型号的电砂轮,又开始研究在铝塑板上刻书法。“我现在已经刻出了一块草书作品,但是砂轮的力度还是掌握得不太好。”崔海清说,他要多加练习,争取早日创作出刻在铝塑板上的书法作品。“退休后能一直钻研自己的爱好,是一件幸事!”