

助力盛会 线上线下齐发声

□本报记者 高海涛 文/摄

7月27日,2026黑龙江省首届银发经济消费博览会顺利落幕。展会期间,哈尔滨市老年志愿者协会积极组织力量,带领广大老年群体走进会场,近距离感受各类适老产品与康养服务,成为展会上一道亮眼风景线。

本次活动中,哈尔滨市老年志愿者协会发动会员及家属共计500人前往博览会现场参观体验。志愿者们结伴观展,认真了解适老化家具、康养器械、便民服务等各类展品,参与现场义诊、健康科普等特色活动,直观感受我省银发产业发展新成果。

除组织线下参观外,协会充分发挥互联网传播优势,线上同步推广博览会。哈尔滨市老年志愿



志愿者在展会合影

者协会副会长冯淑芬带领志愿者团队,在展会现场拍摄大量照片、短视频,记录适老新科技展示、公益义诊、特色康养产品推介等精彩场景。志愿者们将素材发布在网络平台,生动展示博览会亮点,向更多中老年群众科普适老产品、康养知识,宣传优质

参展商家,打破场地限制,让无法到场的老年人云端逛展。

“很多老年人不了解新型适老用品,线上分享能够扩大覆盖面。”老年志愿者冯淑珍表示,借助网络平台传播,既能推广博览会成果,也能帮助更多长者认识适合自己的养老产品与服务。线上线下联动模式,拓宽了博览会影响力。

此次组织参与博览会,不仅丰富了老年志愿者的精神文化生活,也搭建起老年群体与银发产业之间沟通的桥梁。不少志愿者参观后表示,各式各样的适老产品贴合老年人日常生活需求,收获满满。

聚焦 2026 黑龙江银发经济消费博览会

老友课堂进社区 一纸匠心庆“八一”



学员裁剪创作中

□本报记者 高海涛 文/摄

为致敬八一建军节、传承红色精神,进一步丰富辖区老年群

体精神文化生活,近日,老年日报社“老友课堂”走进哈尔滨市黄河社区,开展红色剪纸公益课堂活动,以非遗手工剪纸的独特形式,向人民子弟兵致以崇高敬意,让红色文化浸润老年生活。

授课现场温馨融洽,暖意浓浓。老师紧扣建军节主题,首先为在场老人们细致讲解红色剪纸的文化寓意与红色内涵,聚焦五角星、“八一”标识等经典红色图案,一步步示范折叠、裁剪、修边等实操技巧。接着结合老年人的动手特点和学习节奏,进行耐心引导,一对一纠正操作细节,手把手带领老年学员沉浸式创作,切实降低学习难度,让

大家轻松掌握剪纸技艺。

现场老年学员热情高涨、专注投入,紧随教学步骤细心操作、认真雕琢。大家相互交流技巧、互帮互助切磋,很快,一张张平凡的红纸,在老人们的指尖流转变换,化作一幅幅精致生动、寓意深刻的红色剪纸作品。老人们以指尖匠心寄托赤诚初心,用亲手制作的非遗作品,真挚抒发对人民子弟兵的崇敬之情,以及浓厚的爱国拥军情怀。

据了解,老年日报社“老友课堂”将持续扎根社区,常态化开展各类公益文体活动,以多元文化服务点亮老年人多彩幸福晚年。

黄金团

樊希安 著
连载之 339

于俊政委说:“小杨,你不要太难过,别哭坏了身体,孩子还小,靠你照顾哩。我和支队长商量的,可以尽快安排你转业,让你回嘉峪关工作,找一个适合你的岗位,也便于照看孩子。什么岗位合适,听你想法,组织上尽量满足你的愿望。如果你不想转业,我们可以通过武警黄金指挥部找武警总部,把你调到嘉峪关市武警支队工作,工作岗位任选。这样离你父母家近,家里老人关照也方便。”

杨玉琼停止了哭泣说:“谢谢领导关心!幸娃是为建设三山岛金矿牺牲的。当初为了筹备建金矿,还动员我第一批从河北褡裢调

过来。幸娃生前没有看到金矿建成,我要替他看见。我虽然没有什么大本事,尽应尽的微薄之力还是应该的。我离开三山岛这件事,以后就不要再提了。”

梁占刚、于俊见杨玉琼这样说,就又安慰几句,留下“有事随时找我们”这句话,就离开了。

金昌浩、苗丽萍和王永学、余秀英,既和牛幸娃熟识,也和杨玉琼熟识,都是从甘肃镜铁山苦斗出来的,既是战友,又是朋友,苗丽萍、余秀英、杨玉琼、夏玉珠“四姐妹”,是不是亲姐妹胜似亲姐妹的关系。她们对杨玉琼自然关爱有加。金昌浩和王永学商量并征得苗丽萍、余秀英同意,提出的方案是:让杨玉琼把儿子会会过继给金昌浩和苗丽萍,由他们两口子抚养,杨玉琼只身一人或调动或转业到嘉峪关,一个人轻手利脚地回老家,离开这个伤心之

地,重新择偶,组织家庭。苗丽萍说:“玉琼,我的好妹妹,会会交给别人你不放心,交给姐姐你总该放心吧?老金喜欢孩子,我们一定会把会会视为己出,把他养大供读上大学,到时完璧归赵。你就放心地离开这里吧。你自从参军后,吃的苦太多了,受到的难事也太多了,该换换环境,有一个新的生活了。”说罢,自己先哭了起来。

杨玉琼流着眼泪说:“谢谢丽萍姐,也谢谢金哥,不是会会交给你们我不放心,是我不能离开三山岛,我已和支队长、政委表态,说三山岛金矿不建成,我不离开。我不离开这里,孩子就由我亲自抚养,孩子是幸娃的骨肉,我得尽到为妻为母的责任。以后真的遇到困难时,我会找你们,到时,你们一定帮我一把。”杨玉琼这么说,苗丽萍、金昌浩、王永学、余秀英,就不好再

说什么了。

杨玉洁和王玉波作为妹妹和妹夫,自然是关心杨玉琼和会会的。杨玉洁已调到三山岛金矿,并和王玉波结了婚。为了培训矿山管理骨干,被金矿送到北京石景山冶金部举办的一个长训班培训,时间长达两年。闻讯后特意从北京请假赶回三山岛看望姐姐和孩子,和玉琼抱头痛哭一场,待了一个月又返回北京参加培训。临走时把姐姐和孩子托付给王玉波,说:家里的大事小情你都要照顾到,决不可稍有疏忽。王玉波自然听从新婚妻子的安排,不敢怠慢,何况牛参谋长在他进步道路上曾助过一臂之力。

待续

官微留言

读《【无处不中医】节气里的中医——大暑正午烧伏香》



扫码看文章

恬淡虚无:小小一株草,功效不得了。除了驱蚊虫、防疫症,还可点香、熏香,借香草味,化湿醒脾开胃!

读《喝酒后出现这几种现象,说明身体已经扛不住了,再喝就是玩命!》



扫码看文章

佚名:喝酒后出现本文介绍的五种现象,说明身体已经扛不住了!身体的每一次不适,都是在提醒我们:该戒酒、少酒了,假如继续喝酒那是玩命,切记,切记!。

读《散步:经科学验证的长寿第一运动,走对方法效果翻倍》



扫码看文章

清凉一夏:还应该避开马路,在有水、有树、有草的地方走。

读《研究发现:到了这个年纪,大脑将进入断崖式衰老,或可影响寿命!》



扫码看文章

琪琪的驻颜心录:谢谢老师走心分享,保护大脑是必须的,又涨知识啦!

胥岩 整理