

刷屏朋友圈!老党员深耕公益路

□本报记者 高海涛 文/摄

在哈尔滨市南岗区七政街道,今年61岁的老党员孙桂芝,是邻里皆知的“公益带头人”。退休后的她不曾闲居度日,始终坚守党员初心,以热忱奔赴公益,用银发余热温暖邻里、点亮城市。凭借数十年如一日的志愿服务,她先后获评市“冰城好人”、南岗区优秀共产党员、黑龙江省志愿服务“四个100”先进典型优秀志愿者等多项荣誉,用实际行动诠释了新时代老年党员的责任与担当。

与时俱进、玩转网络公益,是孙桂芝志愿服务最亮眼的标签。身为新时代银发党员,她熟练运用互联网新媒体工具,让基层志愿服务走出线下、走向云端。她除了日常在微信群发布志愿信息外,还格外注重志愿精神的网络传播,每次参与公益服务、参加老年日报各类活动时,都会主动用



老党员孙桂芝正在清理垃圾

手机拍摄照片,用心记录志愿服务瞬间和晚年多彩生活。她精心整理素材,及时发布在微信朋友圈、社群等网络平台,全方位推广公益志愿活动,让更多人看见公益力量、了解志愿服务内容,带动更多市民、老年朋友主动投身公益、传递温暖。

除了聚力开展生态公益,暖心帮扶独居老人,也是孙桂芝志愿服务的重要底色。在社区里,高龄低保老人是她长期重点帮扶的对象。老人年事已高、无人照料,生活中遇到大小琐事、困难难题,第一时间都会想到

孙桂芝,而她也始终随叫随到、尽心尽责。平日里,她时常上门看望老人,帮老人采购物资、打理家务、处理各类生活琐事,无微不至的照顾让老人倍感温暖,时常感动地夸赞她是自己的“亲闺女”,两人不是亲人,却胜似亲人。

守护城市生态,践行志愿担当,孙桂芝的身影常年活跃在松花江边,和志愿者们自带垃圾袋、夹子等工具,沿着松花江畔认真清理纸屑、塑料垃圾、杂物废弃物。与此同时,热爱生活、乐于奉献、善于传播的孙桂芝,始终积极追随老年日报社的脚步,踊跃参与报社主办的老友课堂等各类特色活动。无论是智能技术学习、健康养生讲座,还是声乐课,她都认真听讲、积极参与,不断充实自己的晚年精神生活。在学习和参与活动的过程中,她坚持随手拍摄记录,将课堂风采、活动瞬间分享至网络平台,助力老年日报公益活动线上推广,扩大活动影响力。

青春助力老人玩转智能生活

□本报记者 高海涛 文/摄

为帮助老年群体跨越“数字鸿沟”,熟练掌握智能设备使用技能,近日,“老友课堂”走进哈尔滨市南岗区清明社区,高校大学生志愿者下沉社区开展暖心科普教学,现场氛围温馨浓厚。

活动中,志愿者们分工明确、耐心细致,结合老年人的认知规律与学习特点,循序渐进开展教

学。课程聚焦老年人日常生活刚需,重点讲解智能手机基础操作、网络安全防护、AI便民工具使用等核心内容,针对手机扫码支付、线上就医挂号、政务信息查询等高频实用功能进行细致拆解。

为保障教学效果,志愿者采取一对一、手把手实操教学模式,放慢教学节奏,分步拆解操作流程,实时解答老人的疑问、纠正不规范操作。贴心的教学方式让老年学员轻松听

懂、快速学会、能够活用,切实帮助老年人解锁智能生活技能,以青春力量守护老友幸福晚年。



黄金团 樊希安 著 连载之360

从1979年3月7日中国历史上第一支担负黄金地质普查、勘探和生产任务的部队成立,到2018年转为非现役专业队伍,这支部队共存续40个年头,累计探明金矿床300多处,探获黄金资源量2300多吨,建成三山岛等多处金矿,生产了大量黄金,为我国黄金事业发展、增加黄金储备和国家经济建设做出了重大的不可磨灭的贡献。

现在,这支英雄的部队已不复存在,但黄金部队官兵的业绩永存,他们树立的丰碑永存。

敬礼,向我国历史上第一支黄金部队致敬!

敬礼,向英雄的黄金部队将士们

致敬!

马蹄声已经远去,但回响仍在。黄金部队不存在了,但他们的精神仍在闪光,他们的故事会永远流传。

由阎芳州执笔创作的叙写黄金部队的长篇小说即将出版发行,它讲述的就是其中一支部队留下的动人故事……

2021年10月22日第一稿

2021年11月22日第二稿

后记

这是我创作的第五部长篇小说。这部小说仍以平时时期以建设祖国为己任的施工部队为题材,反映基建工程兵将士们在冶金、煤炭、水电、交通、水文地质普查、黄金、铀矿等方面做出的历史性贡献,留下的丰功伟绩和当年的精神风貌。本书以黄金部队一个团的官兵为描写对象,记叙他们在山东莱州湾建设三山岛金矿的战斗历程,建矿过程中的艰难险阻,与时代同步的内心变化,深厚的

战友情谊和军人的时代特征及情感纠葛,金子一般纯粹美好的心灵,是20世纪80年代军人生活的一个缩影,也反映了历史的变迁和社会的变化,展开的是一幅铺满金色的壮丽画卷。

中国人民解放军黄金部队,成立于1979年3月7日,隶属于基建工程兵,1985年1月改隶中国人民武装警察部队,前后存续40年,为国家黄金事业发展、增加国家黄金储备和我国经济建设做出了重大贡献。现在这支部队已经完成历史使命,不复存在,但他们的贡献永记史册,他们的精神应该得到弘扬。由于历史的原因,这支世界上独有的黄金部队鲜为人知,且笼罩着一层神秘的面纱。

我曾向许多人询问,他们都说不知道这支部队,不知这支部队曾经存在过,更不知他们为国家做出过如此重大的贡献。我对此是感到遗憾的,也正是出于这种遗憾,我决定以黄金

G 官微留言

读《肌肉:长寿健康的核心底牌,35岁后抓紧“存肌肉”》

冰凌花:广场舞,快步走等跟风运动并不一定是正确的运动方式,增肌运动才是硬道理。



读《“出伏不养,一年白忙”,出伏倒计时,做好4件事,健康过秋季》

佚名:俗话说:“出伏不养,一年白忙”。本文介绍了出伏后的养生方法及注意事项,想趁出伏之后养生的老友们,看看此文,学学做做,养好身体,安全度时光。



读《这10段话很美,值得所有超过60岁的朋友看一看》

芬芳格调:谢谢老年日报的分享,这些经验使我们少走弯路,受教了。



读《总感觉累、浑身没劲儿?适当吃点这类食物,帮您抗炎,还能提升免疫力》

随心随缘:感谢老年日报编辑,推荐最优秀的文章与我们分享!炎热挡不住牵挂,忙碌忘不了问候,岁月流不走真情。愿您在炎热的夏季,身体好,心情好,一切都好!



胥岩 整理

部队为题材创作一部长篇小说,用艺术手法记载这支部队的前世今生,成长过程和指战员们历尽千辛万苦勘察找金建矿的英勇事迹,反映他们为国家做出的贡献和个人承受的种种牺牲,发扬传承他们的精神和血脉,为他们立一座文学的丰碑。创作从宏观着眼,微观切入,把目标锁定在十一团(改隶武警后称十七支队)建设三山岛金矿这一具体进程。本书是依据真实历史背景、真实存在部队、真实施工工程进行创作的,具有客观真实性。在引述历史事实时,使用的是真实历史事件、真实人物姓名,具有可靠的事实根据,但书中的人物,绝大部分是虚构的,是艺术加工创造的。

待续