



梅岭78岁陈碧理：退而不休 演绎别样夕阳红

6月12日上午,在晋江市卫计系统离退休活动中心,晋江市老科技工作者协会医疗卫生专委会正在举行“唱响主旋律 银龄心向党”联欢活动。“今年是中国共产党成立100周年,我们用高唱红歌的方式来表达我们的喜悦之情。”晋江市老科技工作者协会医疗卫生专委会主任陈碧理洪亮的声音响彻会场,78岁的她是这场活动的组织者之一,一大早,她便在台前幕后忙碌着。

退而不休 21年义务教课

陈碧理是医护人员出身,在医院工作了20年,后又到晋江市卫生局任职15年,1999年正式退休。退休之后,陈碧理一直在思考该如何把退休以后的时间和精力规划好,去做一些更有意义、更有价值的事情。

在陈碧理思索之际,晋江市老年大学向其发出邀请,陈碧理受邀担任老年大学保健系第一任主任。保健公开课是保健系的重要工作内容之一,保健课主要教授老年人卫生保健知识,还有对老年人常见病、多发病的预防知识,从而增强老年人的自我保健意识。

为组建保健课的师资队伍,陈碧理四处奔波,联系了晋江市医院的正副院长和晋江市中医院的副院长、医生等担任讲师,成立了一支拥有专业技术水平的讲师团队。在她的组织带领下,晋江市老年大学的保健课有声有色地开展起来,丰富的课程吸引了大批老年人前来听课,每一场活动都座无虚席,反响热烈。在她的不懈努力下,保健课从一个班逐渐增加到两个、三个班,成为老年大学最受欢迎的科目之一。

此外,陈碧理还担任老年教育委员会讲师团的讲师,每年都要到乡镇老年协会举办10多场老年健康知识讲座。“为了讲课,要找资料写教材,为此我还订了很多相关的杂志,比如《大众医学》《保健指南》等,将自己的经验和里面通俗易懂的医学知识整合成教材。”陈碧理说,这样的教材更容易让老年学员接受。

2008年,晋江市卫计系统离退休协会换届,陈碧理当选会长一职,这让她充实的生活更加忙碌了。担任会长之后,她每年都会组织会员围绕年度调研课题和任务,深入基层调查研究,形成调查报告。担任会长的十年时间里,她牵头组织或参与多次课题调研,如老年健康疾病情况调查、妇女病调查、晋江老年养老机构情况调查等,在改善老年人健康、助力晚年美好生活方面,为政府做好相关工作提供了许多有益的帮助。

此外,结合协会和老年人的实际,多年来,她坚持组织举办各类主题活动,丰富老年人的业余生活,增强协会成员的凝聚力。特别是每年的“健步走”活动,一直吸引着广大会员踊跃参与。



空闲时,陈碧理喜欢剪纸。



陈碧理在义诊活动中为老年朋友量血压。

发挥专长 以老助老“送健康”



陈碧理(右四)与队友一起参加义诊活动。

作为晋江市老科技工作者协会医疗卫生专委会主任,陈碧理除了要组织像“唱响主旋律 银龄心向党”这样的活动外,负责义诊的排班也是她的重头工作。

晋江市老科技工作者协会医疗卫生专委会目前成员有200多人,都是有中级以上职称的退休医务工作者。这样一支庞大的医务队伍,每月逢“8”三次在晋江市老年活动中心开展义诊活动,已经坚持了7年。“我们科协义诊站设有内科、外科、妇科、中医科、五官科,并配置心电图、B超、测血压、测血糖、尿液检测、针灸等义诊项目。每月逢‘8’三次在老年服务中心为老年人提供健康服务,很受老年人欢迎。”作为义诊团队的主要组织者之一,陈碧理

对这个团队充满了自豪感。

在每年老科协举办的多场村、社区义诊活动中,陈碧理总是忙前忙后,从人员组织、车辆安排、场地布置,到为群众作义诊咨询、答疑解惑,到处都有她忙碌的身影。此外,她还多次协调成员配合市慈善总会、市地震办、市红十字会、市卫生局下乡义诊,每场活动动辄上百名群众参与,每次她都亲力亲为、不计报酬,不辞辛劳地做贡献。

3月18日上午,由《晚晴》周刊主办的“晚晴敬老直通车”走进晋江罗山街道梧桐社区老年人协会。当天上午一大早,陈碧理和晋江市老科协义诊站的10名义诊成员就携带好设备来到梧桐老年协会做准备。“这一次的‘晚晴敬

老直通车’活动,大家都很积极,希望能为老人们带去便利和健康。”当天,陈碧理和他的队友为数百位老人义诊,并为36位老人做了心电图。

近几年来,陈碧理曾获得泉州市老年教育先进个人、泉州市老科技工作者先进个人和晋江市优秀共产党员等称号。尽管所获荣誉众多,但她却谦虚地表示这没什么。2018年,因为膝盖做了手术,医生要她好好休息,所以她辞掉了晋江市卫计系统离退休协会会长的工作,但是她仍然心系义诊活动,很早就投入组织活动当中。

退休21年,陈碧理身兼数职,她用一个人最朴素的热情,尽己所能,默默付出。有空的时候,陈碧理喜欢剪纸,把对生活的感悟,还有对医务工作的热情都剪进作品里。去年,她的剪纸作品《白衣天使凯旋归来》入藏了晋江市档案馆,这让她很高兴。这两天,她正忙着以庆祝中国共产党成立100周年为主题,创作剪纸作品,作品融入了许多这些年义诊的元素,届时将参加剪纸作品展览,“把我们的医务人员剪进作品里,表达对医务工作者的敬意,让更多的老年人能通过作品了解她们。”陈碧理高兴地说道。

梅岭蔡厝老人会:包粽子送爱心

6月13日,梅岭街道蔡厝社区老人会暨蔡厝爱心群端午节“包粽子、送爱心”公益活动火热举行。

据介绍,蔡厝社区老人会暨蔡厝爱心群端午节“包粽子、送爱心”公益活动今年已经是第六年举办了,活动从6月3日一直持续到13日,十几位老人和志愿者包了30000个肉粽,惠及社区400多个

老人及贫困低保户,“活动用了2800多斤的泰国糯米,以及猪肉、干贝、莲子、香菇、红豆、虾仁、鹌鹑蛋等配料,费用全部由蔡厝爱心群支付。”蔡厝爱心群群主蔡水龙表示,每年的爱心粽子由蔡厝社区老人协会及爱心群出资采购材料,社区阿姨们帮忙包。所包的粽子除了送社区老人外,还进粽子义卖,义卖所得则用于社区老人福利。

灵源街道离退办:走进社区送温情

6月10日上午,灵源街道离退办联合林口社区党支部、爱心单位开展“情浓五月天、粽香飘千里”走进林口社区端午亲情活动。

在林口社区老人活动中心,一早工作人员就提前把准备好的糯米、香菇、五香肉、粽叶等食材

整齐地摆放在桌子上,活动开始后,大家围在一起包粽子,现场一片欢声笑语。通过开展此项端午节活动,不仅弘扬了节日文化,还联络了邻里感情,营造了社区一家亲的浓厚氛围,拉近了社区居民彼此之间的距离。

端午节是中华民族传统节日,咱厝老友欢喜过端午节。走,一起去看看吧!

梅岭桂园老人会:老少同乐齐过节

6月12日,梅岭街道桂园人家老人会联合爱心单位举办“浓浓粽叶飘香,香满桂园人家”端午邻里亲情活动。当天,在桂园人家居家养老服务站,爱心志愿者和老人们齐聚一堂,一起感受端午节的气氛。“在端午来临之际,大家亲自动手包粽子,品尝自己包的粽子,心里有着说不出的温暖。平时年轻人都忙,我们组织这样的活动让老少同乐,不仅传递了亲情,也传承了文化。”桂园人家老人会负责人表示。



金榜口腔

33年本土品牌
医保定点单位

百捷店 帝豪店 福源店 安泰店 8266 3666

本期刊名题字人物



朱景星 1942年出生,晋江安海镇仁寿村人,退休后热心公益,义务进小学教授南音,定期到安海各个村老年学校上课,2017年获得“安海先进教育工作者”荣誉称号。

“晚晴”刊名邀你来写

刊名题写请注明个人简介(含个人照片)、联系电话。

欢乐出游

六月避暑之旅推荐 武夷山两日纳凉游

本报讯 说到咱厝周边避暑胜地,武夷山可以说是人们的首选了。

“现在去武夷山很方便,坐动车,两个小时就到了。距离近成为许多老人选择出游的原因。”携程旅游晋江负责人陈龙泉表示,有“碧水丹山”“奇秀甲东南”之美誉的武夷山风景名胜区,是咱厝老友避暑出游的选择。

据悉,咱厝老友一般选择两日游,上午坐车到达景区,下午乘坐旅游车前往观看武夷第一壁——晒布岩;后登武夷山第一胜地——“天游峰”,此处三方环水,登其颠观云海,犹如天上游,九曲全景尽收眼底。然后观“云窝”,云窝背岩临水,地处武夷山精华地带,为武夷山首胜,此处因常有云窝飘渺而得名;云窝以铁象岩为界,分上、下云窝。到了晚上,老友则选择观看印象大红袍演出剧场。第二天,去九曲溪竹筏漂流,老友可乘坐宽约2米、长约9米、用6至8根毛竹扎成的古朴竹筏,领略有惊无险的情趣,抬头可见山景,俯首能赏水色,侧耳能听溪声,伸手能触清流,其乐无穷。下岸后,游览有1000多年历史的武夷宫、宋街,以及一线天景区。一线天原名灵岩,主要景点:一线天、风洞、楼岩岩、虎啸岩等。

《晚晴》周刊联系方式

为了方便与读者们互动,我们设置了多个互动渠道,欢迎与我们联系。来信来稿请注明姓名、年龄、联系方式。

联系电话:13505065057

15980068048

投稿邮箱:33853075@qq.com
84552165@qq.com

微信留言:关注“晚晴周刊”微信公众号,直接发送至后台。

寄信地址:晋江市长兴路报业大厦20楼
晋江经济报社专刊部《晚晴》周刊收。