

公园里 热心老翁长年提供茶水

邀晨练老年朋友品茗“话仙” 传递爱心与清凉



■融媒体记者 邱丰 王耿华
实习生 吴铮雯 文/图

虽然已过三伏天,但泉州依然炎热,不少人选择早晚出门锻炼、散步,泉州刺桐公园就是许多中老年人热衷的休闲场所,他们在这里唱歌、跳舞、下棋、踢毽子,在运动中挥洒汗水。

77岁的李和平是刺桐公园里的常客,除了自己锻炼外,他还乐意为大家提供免费茶水。“天气炎热,能为大伙提供一点茶水服务,让大家在欢乐之余能感受到一丝清凉和爱心,挺有意义的。”他笑着对记者说。



李和平

茶韵浓

自带茶叶果点请喝茶

上午9时许,在丰泽区刺桐公园中央的一棵大树下,几乎每天都能看到一群老人家围着一张石桌下象棋,他们或专注对弈,在棋局的世界里运筹帷幄;或在一旁观战,不时为精彩的棋步鼓掌叫好。“来来来,吃茶!吃茶!”在一旁泡茶的李和平总是热情地邀请大家过来喝茶。“刺桐公园是泉州人的后花园,许多中老年朋友聚在这里休闲娱乐,十分热闹。”李和平介绍道,“泉州的三伏天特别热,坐着都流汗,我就想着带一些茶叶、果点,邀请大家品茗‘话仙’(闽南语,聊天、畅谈的意思),共同避暑消夏。”

在茶叶和茶具选择上,李和平很是讲究,干净、卫生是第一标准。“一开始我买了一整套瓷杯,虽然每次喝完都马上清洗,但还是觉得不够干净,于是换了一次性塑料杯,随取随用,喝完也更方便收拾。茶叶我是选择了300多元一斤的好茶叶,让大家喝得放心、喝得开心。”李和平说。每天上午是刺桐公园人流量最多的时段之一,无论是锻炼的老人、下棋的棋友、抑或是公园的保洁,李和平邀他们一起泡茶“话仙”。他的真诚与热情也感染了不少人,慢慢的有的带些点心,有的提供茶叶,刺桐公园保安队陈队长也为李和平免费装水、烧水,大家其乐融融。

才艺多

各类舞种信手拈来

李和平出生于1948年,几乎与祖国同岁的他人生履历颇为丰富,既当过6年志愿兵,也曾任泉州七中教过书,还曾下海创过业。

“我今年虚岁77岁啦,数字7像拐杖的形状,所以算是一位拄拐老翁了。”李和平开起了玩笑。他的生活可一点都不像“拄拐老翁”,除了常到刺桐公园泡茶、聊天外,跳舞、下棋甚至斯诺克都是他的爱好。

每天早晨5点,李和平准点起床,先出门买早餐,碗糕、鸡蛋、用五香粉调味的花卷都是他的心头好,回到家后将牛奶与豆粉、麦片冲泡,一顿美味有营养的早餐就做好了。

吃完早餐后,李和平带上茶叶和象棋,从东美社区出发,骑电动车前往后坂街的室内舞厅跳舞。“我跳交际舞,以‘国标舞’为主,每天早上都会在舞厅跳上一个半小时。”热爱交谊舞的他曾经在2010年参与晋江市首届交谊舞大赛,获得伦巴、恰恰两项舞种的冠军,还到韩国参加中老年艺术节,表演牛仔舞和斗牛舞。

跳完舞后他便骑着电动车到刺桐公园,人比较少的时候,李和平也会自己上手下上几盘。“老李不仅是舞蹈高手,下棋和斯诺克也很强,之前在市老年大学组织的比赛中分获第四名和第六名。”一位正在品茗的大爷说。

聊养生

老哥们一起“侃大山”

别看已是77岁高龄了,李和平的身体状态依旧很好,衣着时髦,精神矍铄,穿着皮鞋的他宛如一位老绅士,充满活力,他说这都和自己的心态以及生活习惯有关。

“‘饭后百步走,活到九十九’,运动是一方面,心态很是重要,除了每天跳舞、散步外,每晚我都会用生姜泡脚,驱寒保暖,也能缓解身体疲劳。”李和平说,在心态调节方面,他有一个小妙招:“话仙”,就是来公园和一些老哥们谈天说地,无论是家庭琐事还是社会趣闻,这群老哥们总能畅所欲言,互相分享乐趣。

“老李十分热心,除了给大家提供茶水,还会带一些点心给我们品尝,中秋节快到了,考虑到有人锻炼后可能会饿,他就将月饼切好分给大家。”60多岁的老蔡是李和平在刺桐公园里认识的好朋友,每次来公园时总爱找李和平聊天说地。

老林今年80岁了,与李和平年龄接近。“我们年龄相差小,共同话题比较多,大家一起下下棋、‘话话仙’,很开心。无论心中有什么烦恼,和这些老朋友说一说,心情会舒畅许多,精神状态也能很快恢复。”



品茗“话仙”



老人们边品茶边享受棋牌的乐趣



毽球爱好者们在一起踢毽子

欲从安海步行回东石 老人五里桥上摔出血

本报讯(融媒体记者陈玲红 通讯员曾肃琪)近日,天气炎热,在这酷热难耐之际,水头五里桥文化公园内悄然上演了一场暖心的救助行动。

当天下午,五里桥文化公园的保安队员蔡尚全、黄志春如往常一样巡逻,突然发现一位老太太站在桥上满脸焦灼又束手无策的样子,两人走近一看,才发现有一位老人满脸是血,倒在桥上的石板上。“慢慢起,慢慢起……”两人当即跑过去,小心地将老人搀扶起并走到

阴凉处坐下,一边帮老人擦拭面部的血迹,一边询问着老人的基本情况并报警。

原来,老人和老伴从晋江安海镇出发,准备回东石家中,却在五里桥上迷失了方向。高温加上长时间的行走逐渐体力不支,走到水头后,老人突然感觉头晕目眩,重重地摔倒在地,嘴唇磕在石板上,这才满脸是血。

很快,水头派出所的民警、辅警赶到现场,确认老人身体并无大碍,但家人无法及时赶来后,便将两位老人送回家。

迎中秋 敬老义剪

本报讯(融媒体记者陈玲红 通讯员吴明栋)近日,在石狮市宝盖镇,一场迎中秋敬老助残义剪活动在阳光助残志愿服务同心驿站热烈开展。此次活动由石狮市残疾人联合会、石狮市肢体残疾人协会、后垵村“党建+”邻里中心、后安新时代文明实践站联合泉州美容美发协会共同举办。

活动现场,理发师们早早地准备好工具,热情地为村里的老人和

残疾人士进行免费义剪,按照每个人的需求精心设计发型,当看到自己焕然一新的发型,老人和残疾人士脸上都露出满意的笑容。

活动当天,石狮相关银行的工作人员也积极参与到此次活动中,他们通过发放宣传资料、现场讲解等方式,开展金融诈骗宣传,有针对性地提高老年人和残障人士的防诈骗意识,为他们的财产安全保驾护航。