

文养结合,“银龄”老人展风采



72岁的边桂荣老师在吉林省老年大学授课十余年,帮助广大老年学员用歌声唱出幸福晚年。

吉林日报记者 韩玉红 摄

老年教育是满足老年人精神文化需求的重要途径,是我国教育事业和老龄事业的重要组成部分。早在2021年发布的《中共中央国务院关于加强新时代老龄工作的意见》就提出,将老年教育纳入终身教育体系,推动扩大老年教育资源供给。

近年来,省委、省政府出台了一系列政策措施,助推我省老年教育加快发展。多元主体参与,使得我省老年教育正在形成新格局,老年教育氛围日渐浓厚。近日,记者走进多家老年教育机构,“有所学、有所乐、有所用”的文养结合新气象让老年人绽放风采。

培养“研究生”反哺老年教育

“鸿雁向南方,飞过芦苇荡,天苍茫雁何往,心中是北方家乡……”5月16日,在吉林省老年大学2号楼的声乐课堂上,一曲悠扬动听的《鸿雁》合唱让人忍不住驻足聆听。正在上课的边桂荣老师今年72岁,在吉林省老年大学授课已有十余年,作为国家一级演员,桃李满天下的她在老年大学讲课却有了不同的体验。“我们的学员年龄跨度大,有着30岁的年龄差,大家的想法、需求都不一样,80%的学员都是零基础,得从最基础的发声、呼吸、说话开始教,还得用浅显易懂的话语表达,让大家更容易接受。”

2017年10月,吉林省老年大学研究生院正式揭牌成立,李晓慧是首届声乐研究生班的学员,2019年毕业后,她便积极参加学校组织的师生进社区、进养老机构的“双进”公益活动,成为一名文艺志愿者,致力于开展丰富多彩的文化惠民活动。“现在每周我都要到社区讲五节课,还担任多个艺术团体的节目指导。基层老年人也有文化需求,需要有人把知识送到他们身边。我们走进街道、社区和养老院,给老年人上课,指导他们排演节目,也会组织慰问演出,很受欢迎。”

“从零基础的小白到能流畅地弹奏几十首曲目,还多次参加各种演出,在这里我终于圆了儿时的梦想。”68岁的张薇薇是省老年大学名曲班的学员,她表示,这

里的课程设置很合理,学起来很“解渴”,老师的专业水准高,教学时非常有耐心,还会迎合老年人的喜好,教大家《浏阳河》《绣金匾》《我爱你中国》等民族乐曲,极大地激发了大家的学习热情,学校丰富多彩的活动也为学员搭建了展示自我的平台。

“老年人也要追求诗与远方”是今年68岁的刘长兴最常说的话,作为省老年大学诗词研究生班的学员,他的退休生活很丰富,“每周到学校来上课学习,跟着老师去采风,还要去街道社区给别的老人讲课。”

“应趁桑榆犹未晚,再凭老笔赋新章。”这是刘长兴写的《老年大学习诗有感》其中的一句,也是他对老年生活的展望和期许,在老有所学、发挥余热中,他找到了自己追求的“诗和远方”……

为助推老年教育事业普及发展,推动优质教育资源下沉社区,更好满足老年人不断增长的精神文化需求,从2018年起,吉林省老年大学开展“双进”公益活动,即社区、养老机构文体骨干进大学,省老年大学师生进社区、进养老机构。活动以学校老年教育志愿讲师团为主力,通过“百师千课”进基层、开辟社区幸福课堂等多种途径办法,相继在长春市88个社区免费投放声乐、书画、舞蹈等46门课程,培训了来自264个社区和养老机构文体骨干3400多人次,以实际行动践行了老有所学、服务社会的校风校训。

“老年教育志愿讲师团的人员几乎都是学校研究生院的学员,在课程设置上,除了专业课,还增加了老年教育学、心理学和实践课等内容,以便他们毕业后更好地教授学问。”省老年大学教务处长张馨月说,目前学校在长春市25个社区挂牌成立社区老年学堂,老年志愿者总人数已超过400人。“像学员李晓慧就经常活跃在长春市十几个社区、医院做公益送课服务,甚至在深圳探亲期间也主动与当地街道衔接,为劳动社区老年大学奉献音乐党课、教唱红歌、在万人歌唱中担任策划和指挥。可以说,我们的‘双进’活动取得了超乎预期的外延外溢好效果。”

教育方式延伸 养老快乐不停

走进吉林省社区老年大学汽开区“和研悦社”服务点,几位学员正在挑选土鸡蛋。“我们都买过,比外边强。我们到这不只是上学,学校活动也特别丰富。”声乐班的刘万玉今年65岁,虽然“学龄”不长,但歌唱技巧突飞猛进,他一发不可收地爱上了参与学校的各项活动。“每个月的生日会我都参加,参与表演,给过生日的同学送上祝福。”

刘万玉说的生日会和土鸡蛋,是吉林省社区老年大学“和研悦社”服务的一部分。该校在2020年成立时,“和研悦社”就一并成立,如今已经发展成为一个集旅行社、合作社、供销社“三社一体”的综合性服务机构,为学员提供了多样化的服务和学习机会。

张巍以前在吉林省老年大学学习诗词,2023年听说任萌萌老师在吉林省社区老年大学教民族舞,便慕名前来报名学习。“我也尝试过在学校的‘和研悦社’买一些土特产,物美价廉,品质也有保障,这是其他学校不具备的一点。”通过一年的学习,张巍坦言,自信心得到提升,人也变得非常有活力了。“在社区老年大学学习,环境非常好,有些七八十岁的老学员还在坚持学习,他们也感染着我,鼓励着我,人就要活到老学到老。”

“和研悦社”的研学课程,作为吉林省社区老年大学校内课堂的延伸,成了深受学员喜爱的又一学习途径。56岁的杨卫红是非洲鼓班学员,今年3月,她报名参加了研学活动,在6天的行程里到了庐山、景德镇、三清山、望仙谷等景区。一路上,杨卫红不仅收获了友谊,还通过学校随队的研学老师、摄影老师的讲授,学到了很多摄影技巧和人文知识。

吉林省社区老年大学研学部负责人王然告诉记者,“和研悦社”专注于寻找全国优质资源,为老年学员量身定制打造康养产品,提供高品质的旅行研学体验,自2021年至今已举办近300场研学活动。区别于常规旅行团的



吉林省社区老年大学的研学课程延伸到省内外,在游中学,在学中乐。
吉林省社区老年大学供图

走马观花,研学旅行更注重让学员们在游中学、在学中乐,例如江南研学时安排了评弹、苏绣等文化体验。

此外,吉林省社区老年大学也在多措并举,使校内教育向更宽、更广的范围进行延伸。68岁的常书国自从参加了手机剪映课程的学习,掌握了更多的剪辑技巧,以往他只用手机记录小孙女的成长以及一些旅行记忆,如今,他将课内知识灵活运用至课外,通过朗诵、拍摄、剪辑、配乐一条龙的制作,将自媒体账号“地质宫的情怀”做得风生水起,在抖音、快手等短视频平台发布,为广大网友讲述老地质宫和吉林大学的温情故事。

在省府积极推动“文养结合”深入开展的当下,吉林省社区老年大学不断探索校内老年教育向校外延伸出“1+N”的多种可能性。

养老院里办“大学” 足不出“户”学知识

用过早餐后,杨叔穿上外衣,准备去上课,这也是他最快乐的时刻。不到9点,音乐教室里已经坐满了同学,大家两两同桌、有说有笑,一些用功的“学生”拿着歌谱,反复哼唱练习。

“上课!”9点整,音乐老师张桂兰走进教室,“今天咱们继续学习歌曲《春风十万里》,注意吐字要清晰,感情要饱满……”张老师熟练地弹起了电子琴,学生们全情投入地唱了起来。

“在整个长春市我走了多家养老院,最后选择了这里,因为这里有老年大学,我喜欢唱歌,音乐课能让我的兴趣爱好得到满足。”杨老告诉记者,他来祥祉圆养老院不到一年,不仅参加了老年大学里的音乐课,作为“男高音”,还成了园区里“夕阳小乐队”的主唱,养老院里组织的很多大型演出都有他的身影。

张桂兰老师也是这里的入住长者,在祥祉圆已经7年有余,作为音乐爱好者,有着多年的音乐学习经历在老年大学里担任了音乐老师。“我今年已经80多岁了,谁能想到80多岁的老人还能当音乐老师!但是你看,我的学生们也都是七八十岁的老人,天天一起生活,一起学习,一起享受晚年美好的人生,又热闹又快乐!”

相较于唱歌班的激扬,隔壁绘画班显得格外安静。看起来娴静优雅的徐阿姨正在老师的指导下画一幅水粉画。“我来养老院3年多,正好咱们老年大学有绘画班,我就报名了。刚开始学时,我一点画画基础都没有,但是很快

就从画画中找到了乐趣。”徐阿姨虽然80多岁了,但通过在老年大学里学习,感觉自己身体状况、精神状态越来越好了,在家里得不到的快乐,在学习中得到了。

此时,绘画班同学王叔也在认真作画。91岁的他戴着老花镜,拿着画笔调好色调后,在画板上仔细描摹。说起养老院里开设老年大学,曾是大学教授的王老感慨颇深:“养老院里能够开设老年大学是非常难得的。很多老年朋友都愿意学习,我们能够在养老院里有这么一个‘足不出户’就能上大学、学知识的机会,多么宝贵啊!我们大学里开了各种各样的学习班和兴趣小组,这种老有所学、老有所乐、老有所为的状态让大家又找回了青春活力!”

2021年6月,博远·祥祉圆养老产业园与吉林开放大学合作正式成立吉林开放大学祥祉圆教育教学基地。老年大学总面积3200平方米,共设立绘画、摄影、书法、声乐、模特、舞蹈、中医养生、心理、茶艺、手机智能课等16门课程,满足长者多种学习需求,大学设有多媒体教室、心理咨询室、图书阅览室、文体活动室等多功能教学场地。自学校开办以来,有超过2万名学员在此参加学习。

谈及在养老院里开办老年大学的初衷,祥祉圆工作人员刘学表示:“祥祉圆老年大学开办主要面向园区在住长者提供的‘精神赡养服务’,我们有专家教师、志愿教师,还有几位长者教师。将老年大学建在养老机构里,是博远·祥祉圆独具匠心的精心布局,更是养老服务模式的创新之举,做到学中有养,养中有学,学养结合,以学助养,将学习融于长者的生活,极大丰富了长者的精神文化需求,让长者在学习中得到充实,获得满足,让养老生活成为期待。”

多年来,我省积极推进学习型城市建设工作,不断提高建设水平,多元主体参与已形成我省老年教育新格局。截至目前,我省正在加快发展社区老年教育,共有52家联合办学单位;推进高校老年课堂建设,现有开设老年课堂高校和职业院校共计49所;省、市老干部局所属的各老年大学也有了较大发展,全省已初步建起了省、市、县、乡镇(街道)、村(社区)五级办学网络体系,覆盖率达到80%……未来将进一步释放教育资源,扩大老年教育覆盖面,构建符合我省实际特点的老年教育发展模式。

吉林日报记者 韩玉红 吴茗 马贺 于悦