

6集体9个人荣登全国敬老“双榜”

本报讯（晚报记者 黄孝萍）昨天，从无锡市民政局获悉，全国老龄工作委员会办公室发布《关于表彰全国“敬老文明号”和全国“敬老爱老敬老模范人物”的决定》，无锡6个集体、9个人光荣上榜。此次表彰中，无锡市公共交通集团有限公司76路等6家单位被授予全国“敬老文明号”称号；无锡市滨湖区百禾怡养院院长赵娟等9人荣获全国“敬老爱老敬老模范人物”称号，充分彰显了无锡打造“锡心养老”城市品牌、建设老年友好型社会的丰硕成果。

无锡市新吴区新安街道乐龄居家养老服务中心是无锡市“5A级居

家养老服务机构”，该中心围绕老年人多元需求，提供助医、助养、助餐、助洁、助行等常态化生活照料；构建“中央厨房+社区助餐+配送入户”助餐体系，重点为11类困难特殊老年群体服务。中心还嵌入了全市首个适老生活体验馆，通过直观展示已推动700余户家庭完成适老化改造。

江苏银行无锡分行在全市135家网点全覆盖建设“老年金融服务区”，实现老花镜、便民箱、雨伞、医疗物品等适老化服务基础设施全网点覆盖。该分行坚持“月月有精彩，季季有主题”的理念，通过开展写春联送福、端午包粽子、冬日养生行等活

动，不断丰富老年人的精神文化生活。

无锡市公共交通集团有限公司76路、无锡市老科技工作者协会、滨湖区河埭街道水秀社区、无锡市社会保险基金管理中心等集体凭借精准的为老服务、创新的治理模式荣登榜单。

无锡市发展和改革委员会社会发展处处长陈振场，则把“敬老”理念融入政策制定。近年来，他推动出台《“锡心医养”社区居家“332”服务行动方案》《无锡市“锡心相伴”惠老助餐攻坚行动计划》等政策，让越来越多的老年人实现“家门口养老”。

江南大学退休教师姚鸿滨义

务教授老年人学电脑多年，编写教材、自掏腰包建设“银发数字教室”，帮助上千名老人跨越“数字鸿沟”。

此外，无锡市老年人体育协会的王春华、无锡凌河铝业有限责任公司的退休员工王桂英、无锡市锡山区安镇街道谈村村民委员会的朱成平、宜兴市张渚镇善卷村村民委员会的李为清、江阴市申港街道滨江村村民委员会的李建军、无锡市老干部活动中心的崇秋霞等9位模范人物，分别来自养老、医疗、体育、科技、基层治理等多个领域，他们的作为形成了可复制、可推广的“无锡经验”。



重阳登高

10月29日，登山的市民行走山间的道路上。

昨天是重阳节，众多市民自发前往锡山登高，共庆重阳佳节。

（还月亮 摄）

公益市集、金婚摄影、文艺演出……

情暖重阳善益五河活动温情启幕

本报讯 10月28日晚，“情暖重阳·善益五河”社区文艺晚会暨公益市集活动在五河社区广场上温情启幕。本次活动与2025年无锡市“茉莉花开·情韵江南”送演出下基层展演活动深度联动，融尊老敬老、公益慈善、就业促进于一体，打造了一场居民共享共乐的文化盛宴。

傍晚时分，市集率先热闹起来。这里没有专业的展商，摊位后忙碌的身影，都是熟悉的邻居。慈善公益区、就业服务区、美食与便民服务区都人气爆棚，烟火气中交织着“居民共创+企业助力”的温馨与和谐。金婚摄影区内，没有专业团队的刻意编排和精致的布景道具，只有一对对金婚伉俪笑着整理彼此的衣领，在镜头前展露幸福笑颜，将半个世纪相濡以沫的温情定格于方寸之间。

当天的文艺晚会，更是一场“居民唱主角”的百姓大舞台。由一曲激昂的架子鼓演奏《大风吹》热烈开场，整场演出围绕“百姓故事”展开四大篇章，每一个节目都是由社区本土团队自编自排自演，精彩纷呈。

“世纪之约·情定金婚”环节无疑是全场亮点。10对金婚夫妇携手走过红毯，半个世纪的风雨同舟在步履蹒跚间流转。在“鹤发童颜·岁月芳华”篇章，社区老年文艺团队通过舞蹈、时装秀等表演，尽显“莫道桑榆晚，为霞尚满天”的银发风采。“慈心善行·爱在五河”和“职海启航·锦绣前程”两大篇章中，居民们自编自演的小品、情景剧和真诚的就业分享，讲的都是身边事，聊的都是实在话，格外能引起大家的共鸣。

（吴和）

火灾隐患藏在生活细节里 这份“防火指南”，老年人请收好

“有的老人喜欢躺在床上‘吞云吐雾’，这可太危险了！”“还有人家里的电器用了十几年都舍不得换，电线老化也不在意……”10月29日，锡山区消防救援大队的消防员走进无锡净慧护理院，为老人们带来一堂“听得懂、记得住、用得上”的消防安全课。重阳节后，给家中老人献上一份“防火指南”。

分析： 老年人是火灾高危人群

活动现场，消防“老兵宣讲团”的讲师结合近期典型火灾案例，用通俗的语言剖析事故原因，讲解在养老机构和家庭中常见的火灾隐患，特别指出了卧床吸烟、私拉乱接电线、使用劣质取暖设备等高危行为的严重后果。没有复杂的专业术语，句句说的都是老人们日常生活中熟悉却容易忽视的场景。

为什么老年人要格外警惕火灾？锡山区消防救援大队防火监督员梁彪彪介绍，不少老年人的生活习惯中其实暗藏隐患。比如，有的老人喜欢收集旧物，把大量纸箱、衣物、塑料瓶等易燃杂物堆在家里家外，不仅容易引发火灾，还会堵塞逃生通道；在农村地区，有的老人仍习惯用明火取暖，有时忽略火源旁是

否堆有易燃物；老人在家中设佛堂、烧香祭拜，也存在不小的安全隐患。“此外，老年人往往行动较慢、体力有限，对环境变化的感知也较弱，一旦发生火灾，很难及时发现和有效逃生，极易导致伤亡。”

提醒： 这几类问题尤其要当心

活动当天，消防员还协助养老院排查了电线、插座、燃气设备、取暖设备等方面的隐患，现场演示了如何正确使用灭火器及疏散逃生的方法。

梁彪彪结合日常工作，总结了老年人生活中尤其需要注意的三类隐患。首先是电气线路问题。部分老年人对家中电器抱有“新三年、旧三年、缝缝补补又三年”的想法，电器老化或到报废期后仍坚持使用，还存在乱接电线，电线没有穿管保护等现象，“一旦出现短路，很容易就‘火烧连营’。”

其次，是一些不良的生活习惯，特别是卧床吸烟。部分老人喜欢躺着吸烟，若附近易燃可燃物多，火灾风险极大。梁彪彪介绍，每年都会发生类似的警情。今年9月，天津一瘫痪老人卧床吸烟，不慎引燃床垫。万幸其老伴及时将其救出屋，

但卧室已被烧得一片狼藉。用火不慎也是老年人身边的一大隐患。“很多老年人记忆力下降，常常忘记厨房还在煮东西，或做饭时临时外出。”梁彪彪强调，厨房一旦失火，将严重威胁老人的生命安全。

建议： 家庭与社会需共同努力

针对这些情况，梁彪彪建议，家人与社会都应给予老年人更多关心，家属应定期检查家中电气线路和燃气设备，帮助老年人清理房间内的杂物，避免在楼道、阳台等疏散通道堆放可燃物。同时，还应当为行动不便的老人提前规划好逃生路线，并在房间内放置一些简单的消防器材，如灭火器、灭火毯、防烟面具等，以便在火灾发生时能够及时使用。

梁彪彪也表示，老年人自身也应提高消防安全意识。如遇火灾且行动不便，应尽量在房间内固守待援，用湿毛巾堵住门缝，防止烟雾进入，并在窗口向外界发出求救信号。在火灾初期，火势较小时，可尝试使用灭火器、灭火毯等进行扑救，但务必确保自身安全，避免被火焰灼伤。“当然，最重要的还是预防，注意日常用火用电安全，真正做到防患于未然。”

（施剑平）