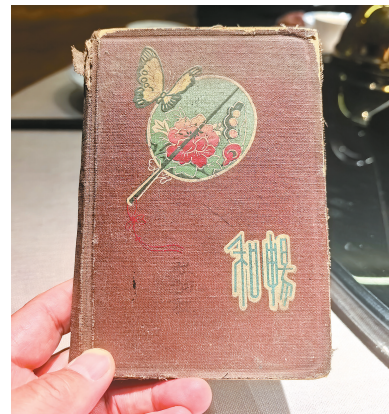


诗酒趁年华

手抄30万字 75岁奶奶跟读十季诗词大会



张韵秋记录诗词的日记本

宝藏 | 邻居

75岁已是古稀之年,当许多人还在为如何提高晚年生活质量而盘算时,张韵秋却感觉自己“诗意的人生”才刚翻开序篇。



诗词笔记

晚年最大的精神收获

张韵秋对《中国诗词大会》的痴迷和关注,始于2016年第一季第一场,认真系统做笔记是从2020年开始的。

那年2月9日,她看了第五季节目。“一场丰盛的文化大餐,让我这个酷爱古典诗词的人过足了瘾。”之后每晚八点,她都准时坐在电视机前,拿着手机和选手们同步答题。有时成绩之好,让她喜出望外;有时答错或反应太慢,也证明自己的古典诗词基本功不扎实,文史知识还有空白和盲点。

节目里有个叫王恒屹的小选手,才5岁,识字3000多,能背500多首诗,评委称赞这孩子前途不可限量。张韵秋看了感慨道:“这也给我们这些爷爷奶奶、外公外婆提了个醒,趁孩子小的时候多教诗词,练就良好、扎实的古典文学基本功,会让孩子受益终身。”

那段时间因为疫情,大家都闷在家里,百无聊赖。张韵秋觉得时间不能白白浪费,就下了一个决心:把《中国诗词大会》的所有笔记整理出来。从第五季第一场开始,回放录像,一道题一道题地记,一笔一画写得规规矩矩。第五季10场记完了,疫情还没结束,她又接着记第四季、第三季、第二季、第一季。就这样,五季50场的笔记全做完了,还顺便整理了十几个字的飞花令。

“捧着自己辛苦劳动的成果,乐不可支,挺有成就感。”张韵秋说,这成为疫情期间最大的收获。

屏幕外的张韵秋,诗词知识储备丰富,思维敏捷,表达流畅,处处透露出质朴、豁达、自信和阳光。许多人惊叹:经历了怎样的付出,才能达到如此让人折服的境界?

其实,生活中的张韵秋早已被诗歌滋润得从容而坦荡。

张韵秋对古典诗词的喜爱,是从小受母亲影响而形成的。《千家诗》是她的启蒙读物,许多名句从小就能脱口而出。

1969年,张韵秋下乡到黑龙江生产建设兵团。1975年进入

中海油渤海公司,在那里考取了广播电视大学文凭,圆了大学梦。退休后,她读书看报,上老年大学,参加朗诵会、座谈会,还经常在报纸和网络上发表文章。她是天津博物馆的志愿讲解者,后来加入天津市作家协会。2013年,她参与编辑出版了天津知青文集《春历秋思》,5年后又出版了《耕耘岁月》一书。2016年,她参加天津市“西岸杯”中华经典诵读大赛,拿了二等奖。

做“新老人” 奔向诗和远方

多年前,在颠簸的绿皮火车上、在生产建设兵团的宿舍里,张韵秋一遍遍咀嚼着李白、杜甫、陆游、白居易、苏东坡的璀璨诗文,在生活和工作的遭遇挫折的时候,寻找治愈的力量。

现在,张韵秋出门随身带着写有诗词的小卡片。散步、坐车、有空的时候就拿出来背。“这样的卡片我有几百张,每次随手拿一些,反复背。”她说自己最喜欢杜牧、苏轼、李商隐、刘禹锡、李清照的诗,能从里面读出乐观、豁达和潇洒的人生态度。

每期《中国诗词大会》看完,张韵秋都要做两套笔记:一套手写,一套电子版。“好记性不如烂笔头,锻炼大脑,不得老年痴呆。”家人、朋友和老同事都把她当作学习的榜样。

在很多人眼里,张韵秋属于一个越来越庞大的群体——“新老人”。这个群体多为60多岁到70多岁的老人,他们跟传统老年人的活法不一样,不仅带孙子、买菜做饭,也愿意走出家门,上老年大学、旅游、健身。他们节俭但不铺张,洒脱但不浪费,自主但不任性,只为追求更高品质的生活。

张韵秋用自己的行动证明了这一点。她不想因为身体原因拖累子女,于是通过运动来提升健康状态,平日坚持写作,保持活力,为晚年生活提供深度的精神滋养。

张韵秋还有一个愿望:代表天津,站上《中国诗词大会》的舞台,和全国的诗友一较高下。

文/摄 记者 付殿贵

老旧楼牌集体“换装” 亲友来了不再“绕圈圈”

近日,北辰区青(广)源街道荣馨园社区的居民发现,小区各楼栋原本破损模糊的楼牌,全部换上了醒目的新标识。这一变化,得益于社区通过“悦入馨声议事厅”精准捕捉并快速响应了居民的实际诉求。

荣馨园社区部分楼栋建成时间较长,楼牌长期经日晒雨淋,出现字迹褪色、标识不清甚至脱落缺失的情况。不少居民反映,亲朋好友时常因找不到楼牌而迷路,快递员、外卖骑手也经常看不清楼牌号,送货、送餐不便。

针对这一困扰,荣馨园社区联合小区物业公司迅速启动楼牌更换工作。物业公司负责摸排,统计出需要更换的楼牌数量。随后,社区与物业共同商讨更换方案,联系广告公司统一制作新楼牌,并安排施工人员进行逐一安装到位。

新楼牌在设计上兼顾实用性与美观性,采用蓝底白字并加大字号,字迹清晰醒目,即便在远处也能一眼辨认。目前,新楼牌已在荣馨园社区各楼栋全部“上岗”,居民生活更加便利,小区整体形象也得到显著提升。

记者 李梅旭 见习记者 苗娜

一个电话,纱帘挂好了 养老服务就像“点外卖”

近日,天津市北辰区瑞景街道瑞盈园社区8号楼的张奶奶拨通了社区电话,焦急地说道:“孩子不在身边,我腿脚不便,不敢登高,家里的纱帘一直挂不上,你们能帮帮我吗?”

接到求助后,社区网格员将需求反馈给合作单位——乐华年家政服务服务中心。工作人员很快上门,麻利地为老人挂好纱帘。

这一幕正是瑞盈园社区“幸福牵手,老人无忧”点单式高龄老年人居家关爱项目的生动缩影。为破解高龄、独居老年人居家照料难题,社区自2025年10月起,联合辖区乐华年家政服务中心,创新推出“搭把手”点单式为老服务,聚焦70岁以上高龄老年群体,构建起“老人点单、社区派单、企业接单”的闭环服务模式。

社区联合乐华年家政服务中心制定了涵盖楼道、厨房、卫生间等8大生活区域,共计143项服务内容的标准清单,服务内容包括灯具更换、居室清洁、高空取物、电器调试、燃气检测、上下水维修,全方位覆盖老年人居家生活的刚需。项目运行以来,老年人变身“点单人”,社区化身“传单人”,家政企业当好专业“接单员”,实现了社区服务提质、老人安心宜居、企业口碑提升的“三赢”局面。

记者 史嵩

孩子不爱读、不会写? 这堂“家长课”干货满满

昨日上午,河庭花苑社区组织居民家庭走进天津陆家嘴中心魔方城市书房“源文化阅读吧”,举办“精读名著,架起孩子读写之桥”主题家长沙龙活动。

活动现场,“源文化阅读吧”特设“近代中国看天津,天津之源看红桥”专题图书展区,集中展陈了红桥历史文脉、天津城市发展、津派民俗文化等优质书籍。家长们不仅学习了亲子读写技巧,更在翻阅本土图书的过程中,近距离了解红桥“源文化”的深厚底蕴。

活动还特邀专业讲师,围绕“小学生名著精读方法”开展专题授课。课堂上,讲师结合经典篇目,拆解“初读—深读—读写转化”的全流程,手把手教家长如何运用思维导图梳理名著脉络、抓取关键信息、积累写作素材,并针对三、五年级等不同年龄段孩子的认知特点,分享了分级阅读书单。

记者 安元