



我们的节日

我区各地各部门举办多彩活动

佳节又重阳 敬老更情浓



本报拉萨10月11日综合讯 岁岁重阳，今又重阳。连日来，我区各地各部门举办丰富多彩的活动，为老年人送去关爱和温暖，进一步弘扬尊老敬老爱老传统美德。

11日上午，由自治区体育局主办，自治区社体中心承办的2024年西藏自治区“牵手夕阳红 温暖老人心”老年人趣味运动活动在拉萨北郊赛马场举行。

活动设置了健步走两公里、夹乒乓球、打保龄球、抛毽子、钓钩乐等健身活动项目，旨在深入实施全民健身国家战略，进一步落实《全民健身条例》《西藏自治区全民健身实施计划（2021—2025年）》，通过开展丰富多彩的以休闲健身为主要特征的老年人体育活动，鼓励老年人积极参与健身活动。

拉萨市城关区慈松塘社区老年柔乐健身队队长阿林说：“在重阳节这个特别的日子参加活动，心里感觉特别温暖。退休之后，我依旧积极参加各项体育活动，深感生活在这个美好的时代特别幸福。希望今后多多举办类似这样的活动，进一步展示我们老年人健康阳光、积极向上的风采。”

11日下午，昌都市委老干部局举办“歌舞颂党恩·欢乐度重阳”——昌都市离退休干部庆祝新中国成立75周年暨重阳节文艺演出活动。

此次活动不仅丰富了昌都广大离退休老同志的精神文化生活，让他们切实感受到了组织的关怀和温暖，

也展现了老同志老有所为、老有所乐的精神面貌。

11日，日喀则市昂仁县民政局和退役军人事务局联合县特困人员集中供养服务中心开展“重阳敬老情 最美夕阳红”重阳节主题活动。

活动中，工作人员向县特困人员集中供养服务中心的老人敬献哈达并发放节日慰问品，为中心的80岁寿星老人切爱心蛋糕，祝福老人们身体健康，幸福快乐。

九九重阳节，浓浓敬老情。10月10日，拉萨市墨竹工卡县携手达孜区联合开展“银辉闪耀映丹心 重阳敬老暖金秋”结对共建活动。

墨竹工卡县和达孜区两县区党委组织部负责同志现场签订了建立离退休领域党建联盟协议书，进一步细化协作内容，促进两县区深度融合，构建理论联学、活动联办、队伍联建、资源联享、疗养联带的党建联盟工作机制。

11日，阿里地区民政局在地区双集中供养服务中心开展“九九重阳节 浓浓敬老情”主题活动。

活动在精彩的文艺演出中拉开帷幕。欢快的舞蹈表演活力四射，演员们用优美的舞姿展现对生活的热爱，歌手们用深情的演唱表达对老人们的敬意和祝福。大家看得津津有味，不时拍手称赞，现场气氛热烈而欢快。随后，进行了温馨的集体生日环节，现场一个巨大的生日蛋糕被缓缓推上舞台。在欢快的歌声中，老人们戴上生日帽，大家一起许愿、吹蜡

烛，脸上洋溢着幸福的笑容。

（记者 郑璐 袁海霞 贡秋曲措 史金茹 格桑伦珠 达珍 洛桑旦增 见习记者 扎西拉姆）

图①：拉萨市墨竹工卡县民政局和退役军人事务局举行“我们的节日·重阳”主题活动，现场为老人们集体过生日。

图②：拉萨市社会福利院的老人们围坐在一起欢度重阳节。

图③：山南市琼结县特困人员集中供养服务中心的“新人”阿南高兴地展示自己的结婚证。

图④：拉萨市城关区策门林老年日间照料中心举办培训，教老人们练习瑜伽。

图⑤：那曲市索县新时代文明实践中心为特困人员集中供养服务中心的老人送去关心和关爱。

图⑥：2024年西藏自治区“牵手夕阳红 温暖老人心”老年人趣味运动活动现场。

本报记者 唐斌 摄

