

当世界杯撞上“银发档” 社区食堂变身老年球迷观赛场



96岁的应庆康看球

“看完球，下午再过过脚瘾。”6月30日，荷兰对阵摩洛哥的终场哨刚刚吹响，家住绍兴、68岁的朱海刚就摸出手机，挨个给球友打电话。

因为时差，本届世界杯将近七成的比赛都在北京时间6时至11时进行。这个让上班族直呼“要不起”的时段，却意外成了银发族的“黄金档”。

60多岁的夏阿姨是刚“入坑”的球迷。这些天，她时不时往杭州市拱墅区大关街道东二社区大运河社区食堂跑。不为别的，就为食堂新辟出的“长者观赛空间”。

旗帜、桌面立牌、海报、高清大屏……食堂负责人项宗伟说，每天有400位老人来吃饭，其中不少是铁杆球迷。于是食堂专门搭起观赛角，有直播就放直播，没直播就循环播放集锦和回放。“我们还打算推几款主题套餐，暂定叫‘进球盛宴’‘一击制胜’，既应景，也让大伙看球更有滋有味。”

相比夏阿姨，家住宁波市鄞州区福明街道福城社区的两位九旬老人可谓是“资深球迷”。清晨6时，96岁的应庆康和90岁的老伴史根娣准时端坐电视机前，斟一小杯茶，摆几样零嘴，开启观赛。当日赛程播完，两人关了电视，边吃

饭边复盘。

而对于朱海刚来说，世界杯不仅是作为球迷的看球时刻，更是球友欢聚时光。“到淘汰赛阶段，我打算把球友们聚到一块，那才有气氛。”朱海刚说，足球贯穿了他整个学生时代，1982年毕业工作，因为种种原因，足球便慢慢收进了记忆里。随着年纪渐长，身体亮起警报，2011年他又把这份热爱捡了起来。

“恢复踢球后，身子骨硬朗多了，朋友圈也大了，退休生活既健康又热闹。”朱海刚说，如今他主打五人制，一周至少三场。

银发族的足球热情固然动人，但安全不可忽视。

同为球迷，浙江省中医院骨伤医学中心副主任刘迅提醒，银发族看球时务必控制情绪，清晨本就是血压波动期，进球时刻再激动，也尽量坐着鼓掌，避免猛然站起或用力过猛；若真要上场过脚瘾，则一定要量力而行，别拼速度、别逞强，热身至少15分钟，充分活动踝、膝、髋等关节。

“足球是一项较为激烈的运动，可能因冲撞导致受伤，一定要有运动基础。”刘迅特别提醒，一旦出现关节剧痛、肿胀或无法承重，千万别忍着，及时就医才是上策。

萧山“奶奶” 守护邻里健康不断档



“奶奶”志愿者为居民测量血压

6月30日8时30分左右，杭州市萧山区银河社区的“奶奶医疗工作室”已开门亮灯。工作室不大，仅三四平方米，却布置得温馨整洁。83岁的轮值“奶奶”孟才女有条不紊地整理着听诊器、血压计和健康登记台账，准备迎接前来健康咨询的居民。

不多久，居民陆续前来，大多是居住在银河小区的老年人。孟才女一边为其测量血压，一边不忘做健康科普：“现在天气热起来了，你用药上要注意一点，最好再去医院咨询一下医生。”

一个上午的时间，工作室共接待30余位居民。

桌上厚厚一本健康台账引起记者注意。整本册子扎扎实实记载了近百位老人的体检数据。“我们坚持一人一档，用心留存每一份健康档案。”孟才女说。

赵奶奶长年患有低血糖，血压很不稳定。档案里，她的每一次血压测量数据都清楚记录，志愿者们还根据她的情况，询问相关健康状况，并及时给出健康建议。

如今，“周二去工作室做个检查”已成为不少老年居民的习惯。

时光匆匆，高德元、瞿新华等首批志愿者因身体原因陆续“退休”，但爱心接力从未中断。一位位新的“奶奶医生”接棒上岗，让工作室始终维持在4到6人的服务阵容。65岁的何琳便是一名新成员。“很早就听说过社区里有个‘奶奶医疗工作室’，从医院退休后，我第一时间申请加入，能用专业为邻里做点实事，我觉得很有意义。”

截至目前，“奶奶医疗工作室”已累计服务居民超5万人次，服务范围已扩大辐射至周边环卫工人、小区安保等群体。

银河社区相关工作人员介绍，社区专门开通一条“银邻热线”，将“奶奶医疗工作室”与巧手缝补社、便民匠坊等特色志愿平台统筹串联，为不会使用智能手机的高龄、独居老人开展兜底服务。老人只需一个电话，健康问诊、衣物缝补、家电维修等各类生活需求就能实现精准派单。

独居老人可领取余粮“盲盒” 杭州市上城区探索余量食物救助新模式

近日，在杭州市上城区南星街道南星菜市场，一台形似快递柜的智能取餐柜，成了周边困难群众的新“饭搭子”。得益于全省首个余量食物公益慈善政企合作项目——“善小二·幸福餐”正式运行，困难群众在支付宝搜索“善小二”，核验资格后就能免费领取企业捐赠的富余食物。

该项目由上城区民政局、区慈善总会牵头，创新构建“政府搭台、企业捐赠、社会组织运营、全民共建共享”的四维模式，从源头减少餐饮浪费，精准帮扶困难群众。

走进南星菜市试点，智能取餐柜里整齐码放着统一包装的物品，每一份都标注着捐赠来源和入库时间。提前预约

的市民通过扫码或刷脸，随即获得一份暖心余粮“盲盒”，全程不过十几秒。

“项目联动连锁商超、品牌食品及本土餐饮企业资源，常态化回收富余的蔬果、面包、主食、粮油、预包装熟食等合规余量食材。经安全质检后，食材存入遍布各社区的‘善小二’智能取餐柜。”上城区民政局相关负责人告诉记者，纳入白名单的在册困难群众、独居老人和困境儿童等群体，可优先自助领；若当天食物有剩余，将在当晚8时面向外卖小哥、网约车司机等新就业群体以及全社会开放。“目前已有肯德基、美丽健乳业、浙江盐业集团等60余家爱心企业加入。”

母亲欠贷去世 儿子放弃继承拒还钱

2022年，广西女子刘某向某银行贷款57万元购买了一套房产，并以该房产作为抵押。贷款期限15年，刘某按月还款。2024年5月，刘某不幸去世。从2024年7月起，贷款开始逾期。刘某的第一顺序继承人只有儿子林某。

而后，银行将林某起诉到法院，请求判决：宣布贷款全部提前到期；林某在继承刘某遗产范围内偿还贷款本息；确认银行对处置涉案房屋所得价款享有优先受偿权。

林某向法庭表示：“我只是我母亲财产的代管人。我已经书面放弃继承我母亲的全部遗产。根据民法典，放弃继承就不用替她还债。这钱

我不还，跟我没关系。”

广西容县人民法院审理认为，根据民法典相关规定，林某已书面放弃继承，银行没有证据足以证实林某继承遗产的事实，因此，银行主张林某在继承遗产范围内承担还款责任，法院不予支持。

但根据民法典相关规定，林某在诉讼中自认是刘某遗产的代管人，其必须履行遗产管理人职责。案涉房屋办理了预告登记、建筑物所有权首次登记以及抵押权自预告登记之日起设立。银行对该房屋拍卖、变卖的价款享有优先受偿权。林某作为遗产管理人，必须协助银行处置该房产。

本版内容据《浙江老年报》