



夺冠!103岁老人战胜93岁老人

运河区这家养老院举办的运动会,有趣的事还有很多

本报记者 吴艳 摄影报道

“加油,加油……”伴随着一声声兴高采烈的助威声,两位坐在轮椅上的老人使劲拽着手中的红绳子。系在红绳中间的黄色布花在老人们的力量牵引下,缓缓移动。终于,79岁的李焕巨一使力,黄色布花移向他这一边。“赢了!”裁判员一声高喊,围观的老人们爆发出一阵阵叫好声。

轮椅上的拔河

这是发生在绿元尚邦养老院趣味运动会上的一幕,老人们正在进行的是拔河比赛。

工作人员细心地用宽布条将参赛老人固定到轮椅上,还有专人站在轮椅旁负责按着轮椅,并进行照看,确保老人安全。

和工作人员的紧张不同,参加拔河的老人们一个个兴奋异常,仿佛时光倒流,回到儿时一般。

当布花向自己这方移动时,参赛老人们脸上明显出现喜悦的眼神;当布花离自己越来越远时,他们又不禁面露失望;当赢得一场比赛时,老人们露出一副“好汉也提当年勇”的骄傲表情;当输掉比赛后,他们又不服气地说:“今天没使全力,咱们下次接着比。”

连胜四局,最终赢得比赛的李焕巨兴奋地连连向老人们挥手,还不忘得意地和身旁的护理员说:“我这200来斤肉可不是白长的,分量十足,在比赛中绝对占优势。”

看到老伙伴拿到了第一名,76岁的高树长从轮椅上站起来,走过去向他祝贺。原来,报名参加拔河比赛的12位选手中有11位都是坐在轮椅上的老人,为了公平进行比赛,腿脚灵便的高树长主动要求:“我也和他们一样,坐在轮椅上比赛。”

“奥运入场式”

五一假期期间,运河区绿元尚邦养老院为老人们组织了一场趣味运动会。

本着自愿参加的原则,比赛之前,工作人员就逐个征询老人们的意见。让他们没想到的是,除了卧床的老人,其他老人都积极地报名参加。最终参赛运动员130名,其中有90名都是坐在轮椅上的老人。为此,工作人员在设计比赛项目时,也是煞费苦心,多以上肢比赛为主。

为了让运动员们赛出好成绩,正式比赛前的一周内,工作人员就将各个运动项目展示给了老人们,并把运动道具发到老人们手中,让他们多加练习。

运动会开始前的几天内,养老院里的老人们谈论的话题都是即将开始的运动会。闲暇时,他们也会去练习自报的比赛项目。

看到老人们认真的样子,工作人员都忍不住会心一笑。

虽然是老年趣味运动会,但仪式感一点都不差。

5月1日,运动会开场。运动



103岁的李志云老人(左)和93岁的王淑娟老人正进行乒乓球比赛

比赛了。

报名的项目完成后,干了一辈子老师的梁春明又手把手教起其他参赛选手卷水瓶的注意事项。

夹乒乓球这个项目,虽看起来简单,但操作起来也是需要技巧的。不过,老人们的表现却超乎意料,一个个都夹得飞快,尤其是李志云和王淑娟这一组。

103岁的李志云是这次运动会年龄最大的参赛选手。一头灰白参半的头发梳得整整齐齐,戴着一副老花镜,拿筷子的手稳稳地将乒乓球夹起又放下。那麻利的样子,一点都不像百岁高龄的老人。

26秒!裁判员报出了李志云的比赛成绩,是参赛选手中最快的。

领到奖品后,李志云告诉工作人员:“我年轻时做过衣服,十里八乡的人,属我手最巧。”

同组的93岁老人王淑娟虽然输了比赛,却仍然坚持完成游戏,一丝不苟地将10个乒乓球夹完。

快乐健康第一

参加夹乒乓球比赛的运动员,有男有女,竞争对手都是熟人。

四楼代表队的郭金戟和陈崇刚是同桌吃饭的好朋友,这次,好朋友同台竞技,一番比试后,郭金戟以两秒的优势险胜。不过陈崇刚即便输了比赛也没关系,他和老伙计约好了,奖品两个人一起分享。

陈崇刚报名多个运动项目,但都没有取得好成绩,看着手中的一堆参与奖,老人笑呵呵地说:“几十年没玩过了,就是图个热闹,开心最重要!”

在运动会现场,也有很多夫妻组。相濡以沫几十年的老夫妻,偶尔一起比个赛,也是别有情趣了,比如张金生和宋秀凤、张仁昌和贺彩玉、田宝华和朱家华,都是养老院里的模范夫妻。这次赛场上较一较高下,也是另一种恩爱的表现。

张金生和老伴宋秀凤在比赛投沙包的时候,还发生了让工作人员忍俊不禁的一幕。

说是投沙包,其实是孩子们玩的一种小球。墙上挂着十环靶子,上面显示分数,5个特制球投出后,沾到哪一环就得相应分数。越往中心,分数越高。

宋秀凤沙包投掷获得了320分的好成绩,张金生“扬言”要超过老伴。结果成绩不尽如人意,在扔出两球后,才得了100分。第三个球又没粘住掉在了地上,张金生瞅瞅旁边的裁判,弯腰捡起了球重新掷出。那不好意思的表情仿佛是说:“犯规就犯规吧,我可不想在老伴面前没面子。”

“快乐健康第一,比赛第二”。看着老人们认真而有活力的样子,现场的工作人员打心眼里高兴。

员以楼层分队,分别是二、三、四、五楼代表队。82岁的梁春明奶奶作为二楼运动员代表队领队入场,身材娇小的梁奶奶表情严肃,高举队牌,踢着小正步走在前面,后面跟着一排手举小红旗、笑容满面的白发老人。

为了这次入场,梁春明还专门找到奥运会运动员入场时的视频观摩。老人骄傲地说:“我入场时的步子就是和国家队学的,怎么样,不赖吧!”

有了梁春明的带动,其余三支代表队也雄赳赳气昂昂地入场了。与前面几位自行入场的运动员不同,队伍后面还有一长串坐在轮椅上的运动员。虽然腿脚不便,但是他们的精气神可一点也不差。一位老人一边挥动小红旗,一边高声唱着《打靶归来》。

“套圈”最受欢迎

热闹的运动员代表队入场后,运动会正式开始。

掷沙包、桌面保龄球、卷水瓶、套圈等10个比赛项目依次开始。老人们按照自己报名的项目——参赛。

套圈是老人报名最多的一个项目。23名参赛老人分组进行比赛。

地上摆着一个彩虹投掷套圈的底座,运动员要在一米外将手中的5个圈套中。

要说这套圈啊,可是个技术活,力气大了小了,角度偏了斜了都套不中。

但经过几天练习的运动员们已经掌握了技巧,一扔一个准。围观者不时爆出一声声叫好声。

热闹的声音引来不少其他项目的运动员,一些没有报名套圈的老人也跃跃欲试。最终这个项目有30多人参加。5圈全中获得一等奖的有4个人。



轮椅上的拔河



套圈项目最受欢迎

79岁的殷秀莲老人套中5个圈,如愿以偿地获得一等奖,奖品是面包加一块肥皂。殷秀莲把肥皂放到鼻子底下闻:“好香!这个我可舍不得用。”

百岁选手赢得比赛

作为养老院文艺骨干的梁

春明不光正步走得,歌唱得好,比赛起来也不含糊。她报名了三个项目:运乒乓球、卷水瓶和桌面高尔夫。

虽然是耄耋高龄,但梁春明耳聪目明,手脚灵便,在其中的两个比赛项目中都获得了一等奖。尤其是卷水瓶的速度那叫一个快,当同伴们才卷了一半的时候,梁春明已经完成