



社区活动室、图书馆、文博馆、湖畔绿道全覆盖

徐州银发族散心避暑有去处

文/图 本报记者 周翔宇

随着高温天气日渐增多，离家近、环境舒适、安全便捷的公共纳凉点，便成了老年人夏日休闲的刚需。散落在市区各处的便民避暑场所，为银发群体守护着一“夏”清凉，勾勒出一幅融民生服务于日常的纳凉生活图景。

社区活动空间
提供家门口的“清凉”

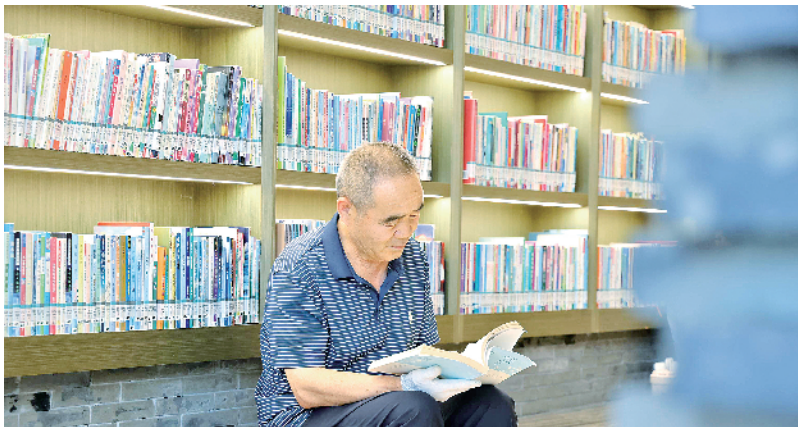
“老李，今天来得这么早？”“孩子们都上班去了，我一个人在家闷得慌，索性早点过来。”6月15日上午9点刚过，云龙区汉风街道汉城社区的文娱活动室里，年过七旬的李大爷已在桌前摆好象棋，静待老友入座。邻近的几张桌前，有人打牌、有人下围棋，还有老人围坐喝茶。待到晚间，不少老年居民还会结伴来这里跳舞。“晚上室外蚊虫多，不如屋里凉爽整洁，跳着舒服。”居民王大娘一边将桌椅拖到角落，整理好跳舞的场地，一边为记者介绍道。

夏日里，对于很多老年人来说，家门口的社区活动空间就是纳凉休闲最便捷的去处。在彭城街道莲花社区的石磊小区嵌入式社区服务中心里，几位老年居民正闲坐聊天，不远处的乒乓球桌旁，两位老人正在挥拍运动。“在家闲着无聊，就来吹吹空调、唠唠家常，惬意得很。”说起家门口的这处休闲地，老人们都表示满意。

这样温馨的场景在各个社区随处可见。入夏以来，众多社区依托配备空调、风扇的公共活动室，开设反诈宣讲、香包手作、品茶会等老年特色活动，将纳凉点与社区活动阵地融为一体，既能避暑，又能满足老人社交需求，切实解决酷暑里老人无处消遣的困扰。



云龙山上，老人正在爬山运动。

▲汉城社区的活动室内，老人们正在跳舞。
▲图书馆中，老人正在阅读。公共文化场馆
解锁消暑充电好去处

除了社区的公共活动场所，各类公共文化空间也成为老年人钟爱的夏日纳凉阵地。在图书馆静心阅读、在文化馆参与公益课堂、在博物馆品读历史文化，老人们在清凉中静心研学，充实了精神生活。

云龙区图书馆阅览区随处可见静心读报、摘抄笔记的老年读者，年过六旬的市民郑磊正在翻看报刊，看到感兴趣的时事、养生内容，他还会认真进行摘录。6月以来，他每天早上吃完饭都会来到图书馆看报学习。“我喜欢看书，家中也有些藏书，但天太热了，在家又舍不

得长时间开空调。图书馆很凉爽，读书氛围也好，来这最合适。”郑磊说。

市内各个博物馆同样深受老年人青睐。以徐州博物馆为代表的众多文博场馆，展厅明亮凉爽，各类珍贵文物尽数陈列，漫步其中既能躲避酷暑，又能品读彭城厚重文脉。不少老人结伴观展，细读文物解说，探讨历史感悟。

“以前逛博物馆就是走马观花，粗略看过就行了。最近经常待在这里，每件文物我都看得很仔细，感觉很有收获。”家住徐州博物馆附近的王大爷开心地与记者分享他的收获。

清晨傍晚
自然之间舒展身心

虽说户外炎热，但适当的户外运动也必不可少。遍布徐州的城市公园、滨河（湖）绿道、山林绿地等生态资源，为老年群体打造了舒适安全的户外纳凉空间。

很多老人会选择上午、傍晚出行，避开正午烈日，山林湖畔绿荫浓密、清风拂面，成为银发一族消暑锻炼的优选。

6月16日上午8点多，云龙山的山间步道上，已有不少登山的老人。山间林木茂密，明显凉爽舒适，平缓山道沿途设有凉亭座椅，方便游人中途歇脚。68岁的张大爷精神矍铄，正脚步轻盈地拾阶而上。

“我每周都会爬两三回云龙山。山上树荫浓密，空气清新，爬山还能活动筋骨，是非常不错的运动方式。”张大爷擦了擦汗，笑着

说，“登顶后俯瞰云龙湖风景，散心纳凉一举两得。”

待到夕阳西下，大龙湖畔人气渐旺，老人们或是沿湖漫步，或是在草坪旁打太极、练习八段锦，或是落座长椅，闲聊家常。湖边视野开阔，水域带来阵阵凉意。成片绿树阻隔热浪，徐徐清风沁人心脾，在黄楼公园、快哉亭公园、顺堤河公园等城市公园、滨水绿道，同样随处可见休闲运动的老人。

夏日清凉之中，看见民生温情。我市依托社区活动空间、公共文化场馆、城市公园，搭建起多层次的老年人纳凉体系，满足了他们避暑、社交、学习、健身等各类需求。贴心便民的场景设置精准贴合银发族夏日所需，让他们酷暑有清凉、休闲有去处，安享惬意夏日。