

沐书香 暖夕阳

让阅读成为一种养老生活方式

□文/图 呼和浩特晚报记者 刘芳 安娜

诗人陆游有诗云“读书有味身忘老”，读书是老年人最长久的陪伴。通常而言，老年人属于“有闲阶层”，特别是接受过一定教育的退休老年人，不仅拥有大量闲暇时间，而且经济压力较小，最具备从容阅读的条件。呼和浩特晚报记者从呼和浩特市图书馆了解到，目前，每天来图书馆“打卡”的读者中有不少中老年人。为什么老年人钟爱图书馆？读书对老年人来说意味着什么？他们在图书馆里会有怎样的收获？近日，呼和浩特晚报记者走进我市的图书馆，走近喜欢“泡”在书海里的银发族，体验我市图书馆为老年读者定制的特色服务。



一位老者为自己挑选心仪的读物

喜欢“泡”图书馆的银发族

5月30日上午，呼和浩特晚报记者走进呼和浩特市图书馆二楼的报纸期刊区看到，里面已经坐了十多位读者，其中不少是头发花白的老年人。只见他们戴着老花镜，全神贯注地翻看着手中的报纸和杂志，有的身边放着水杯，有的一边翻看一边做着笔记。

“我来图书馆主要是查阅资料，来之前我已经做了很多功课，我会把查到的信息逐一列在笔记本上……”今年刚退休的郭女士停下手中的笔，边说边向呼和浩特晚报记者展示她的摘抄笔记。郭女士说，自己和图书馆的“缘分”还得从上世纪80年代说起，“我一直喜欢看书，年轻的时候家里经济条件有限，图书馆就成了我每个周末必去的地方。”

“每天我们都能遇到很多老年读者，有的老人每天都会来图书馆，风雨无阻，很让人感动。”呼和浩特市图书馆副馆长卜险峰告诉呼和浩特晚报记者，报纸、杂志期刊比较受老年读者的欢迎。图书馆订购了百余种报纸，新报纸每天到馆后，工作人员会第一时间进行分拣上架，确保读者入馆后即可阅读到当日的新报纸。此外，养生保健、时政新闻、书法诗词等，通常是老年读者最喜爱的期刊类目。



认真阅读



副馆长卜险峰正在介绍视障阅览区的图书

读书已融入老年人的晚年生活

5月30日一早，家住新城区丽苑小区的退休教师马慧芳早早地来到新城区图书馆丽苑社区分馆。每周一、三、五到社区里的图书馆打卡，度过一段属于自己的“阅读时间”，已经成为马慧芳多年的习惯。

马慧芳告诉呼和浩特晚报记者，8年前退休后，忙碌了一辈子的她终于有了更多的空闲时间读书。起初，马慧芳都是在家里坚持读书，可日子久了，家里数百本各类读物都看了个遍。于是，马慧芳便想到与几位同样有读书爱好的伙伴们互相借阅。再后来，新城区图书馆丽苑社区分馆正式成立，这个隐藏在社区里的图书馆便成了马慧芳最喜欢的读书之处。原本乏味的退休生活也因为读书更有乐趣，用她的话说就是“几天不看书就像缺了点儿什么。”

受马慧芳的影响，一家人都养成了与书为伴的好习惯。平日里，老伴儿喜欢看养生、健康、烹饪类的书籍，常常是一边读书一边做笔记。儿子儿媳喜欢文学类书籍，就连3岁的小孙子也会自己捧读儿童绘本。马慧芳告诉呼和浩特晚报记者，虽然现在有很多读书App，但她更喜欢纸质书，耳听和眼看还是有差别的，纸质书带来的快乐和满足是其他阅读方式所不能相比的。

“自2017年新城区图书馆丽苑社区分馆成立以来，喜欢来这里读书的人越来越多，尤其是老年读者，近几年几乎每年都是成倍增长。”新城区图书馆丽苑社区分馆工作人员说，经常来这里读书的一半以上都是老年人。“在这里既能学到知识、提高思想认识，又能结交到热爱阅读的朋友，一举两得，真是好！”正戴着老花镜查找文献类书籍的赵女士说，“我喜欢关注国家大事和身边的小事，趁现在身体条件允许，我希望多读书看报来充实自己。在我看来，读书陶冶情操与跳广场舞锻炼身体同样重要，正所谓活到老学到老。只有老而好学，在这个时代才能不掉队，才能老有所乐、老有所为，生活得有滋有味。”

为老年读者“定制”特色服务

“只要动手指便可选择收听电子书籍。”几天前，市民张先生用身份证从呼和浩特市图书馆免费借阅了一台“智能听书机”。这款智能听书机自带中国盲文图书馆数字图书馆、听书机等功能，满足了视障读者、老年读者的阅读需求，使老年人在阅读中体会乐趣，“智享”晚年生活。

走进呼和浩特市图书馆，在一楼大厅醒目位置设置了志愿者服务站。图书馆工作人员和志愿者开展流动服务，为老年读者使用智能设备提供帮助。馆内还设有醒目的标识导引系统，老年读者可根据导引获取阅读信息。

关爱老年读者，不断满足他们多样化、个性化的阅读需求，一直是相关部门的努力方向。呼和浩特市图书馆副馆长卜险峰告诉呼和浩特晚报记者，为了更好地深入推进全民阅读，营造浓厚的书香氛围，近年来，呼和浩特市图书馆持续关注特殊群体多样化的精神文化需求，开设特殊群体服务专区、丰富馆藏资源、提供阅读辅助设备、开展阅读推广活动等，切实保障特殊群体基本文化权益。“馆内专门设有视障阅览区，该区有盲文图书700多册，大字图书2000多册，还配备了助视器、盲人专用电脑、智能阅读机等专用设备。”卜险峰说，馆内还配有爱心提示牌和老年人专座；为老年读者提供老花镜、放大镜、纸笔、雨伞及急救药品、急救物资等必需品；流动图书车不定时为社区、养老院的老年人送书上门，为老年读者提供更好的阅读资源，体验更优质的阅读服务。



呼和浩特市图书馆为老年读者提供老花镜、放大镜、雨伞及急救药品、急救物资等必需品，并设置了老年人专座。