

## 从并肩过日子到同台演戏

## 退休夫妇以乐为伴享银龄

□文/图 本报记者 方小北

“天气暖和了,你腰是不是好一点儿了,下次能一块参加活动的吧,咱们该好好练练了吧!”春日的午后,72岁的石宗建对妻子王环说。王环拿起中阮,指尖不自觉地落在琴弦上轻拨,一段旋律悄然流淌。石家庄市长安区桃园镇柳辛庄社区的这对夫妇,退休后共走音乐之路,在“妇唱夫随”的默契中老有所学、老有所乐,更携手走上公益演出之路,用旋律温暖邻里乡亲。

## 妇唱夫相随

故事的起点,是十多年前一段温馨的对话。

退休前的王环一直对唱歌和传统戏曲有浓厚的兴趣。一退休她就报名参加了社区的艺术团,从零开始学习唱歌和中阮演奏。“中阮音色沉稳厚实,特别适合为唱腔伴奏,还相对好学上手。”王环告诉记者,起初只是想丰富退休生活,没想到一接触就深深着迷,每天认真练习很快成为剧团的骨干成员。

彼时,丈夫石宗建还上班,看着妻子每天神采奕奕地分享排练趣事,心里既羡慕又有些失落。“参加了歌唱队,又学习了中阮后,她整个人气质都变了。”

2014年,石宗建也正式退休了。为了让退休后总在家看电视的丈夫也能找到生活的乐趣,王环悄悄打听后,带回两根笛子:“你年轻时不是爱吹口哨吗?试试这个,我咨询过了,笛子好学。”“你买之前怎么也不问问我要不要学呢?”石宗建嘴上略带“埋怨”,心里却被妻子的细心打动。

价值仅20元的小小笛子,成了石宗建音乐之路的起点,他也随着妻子一起加入了社区的文艺团队。起初,他连基本的气息控制都掌握不好,吹出来的声音七零八落不成调。王环便当起了“专属老师”,从识谱、运气教起,“她是我的老师,总说‘慢慢来,咱们就图开心’。”石宗建笑着回忆。

而这份“老有所学,老有所乐”的初心,也成了夫妇俩日后音乐相伴路的起点。他们深知,学习能丰富晚年生活,更能让这份充实转化为温暖他人的力量。

## 夫妇二人都是热心肠

石宗建的音乐天赋,在学笛子的过程中逐渐显现。翻开他抄写的乐谱,一张张整齐地装订在蓝色文件夹里,曲目旁的装饰花纹、末尾的印章都临摹得逼真传神,仿佛印刷品一般。但这些工整的乐谱,主要为老伴儿服务,他却很少用上——只要听过的曲子,哼上几遍,石宗建就能用笛子流畅吹奏。凭借着天生的乐感和一股子韧劲,石宗建的笛技突飞猛进。两年后,他就也能随社区文艺队的乐队一



■石宗建王环夫妇。



■夫妻同台演出,第二排右一是石宗建,第一排右三为王环。

起演出了。

“我这个人敢尝试,也愿意多摸索。”石宗建笑着说,他心急着想融入乐队,排练时遇到熟悉的曲子就跟着小声吹,有把握的段落大胆切入,没把握的就认真听别人演奏。别人指出问题,他也认真采纳,虚心请教,一点点打磨技艺。他还主动钻研乐理知识,甚至跟着网上的教学视频练习,“退休了有的是时间,多学一点,演出时才能给大家伙儿呈现更好的效果。”

王环的“老有所学”则更显执着。从歌唱队的普通队员到能熟练驾驭中阮、柳琴、电子琴、电吹管等多种乐器,背后是无数个日夜的打磨。社区的居民经常可以看见夫妇俩背着乐器早出晚归学习、交流,并肩前行,共同进步。

音乐不仅丰富了老两口的退休生活,更成了他们化解矛盾的“润滑剂”,而公益演出则让这份幸福有了更深远的意义。“过日子难免有锅铲碰锅沿的时候,但一说起排练和演出,我俩就能放下争执,一起投入进去。”王环笑着说。

如今,石宗建已是柳辛庄社区业余河北梆子剧团的队长,除了做好伴奏任务,他还主动承担起组织排练、对外联络、吸纳新成员的工作,他带领队员们积极投身社区或敬老院演出;王环用自己擅长的中阮等乐器为团队伴奏,同时也能唱歌、唱河北梆子,夫妇俩同台演出,珠联璧合。十多年来,这对夫妇跟随剧团下社区、进养老院,累计演出超百场。

柳辛庄社区的文艺汇演多,夫妇俩不仅仅参与演出,还协助布置现场、清理舞台。他们在街坊邻居眼里永远都是乐天派。

夫妇二人还都是热心肠,看见邻居提重物上楼不方便的,肯定会前去搭一把手。逢阴天下雨,谁家忘了遮盖自行车、电动车,他们也都主动给盖上。他们的故事,如同春日里的一缕暖阳,照亮了银龄生活的精彩,也诠释了平凡夫妻最动人的相守与担当。

社区负责人表示,石宗建和王环夫妇的故事是社区老年文化建设的生动缩影。近年来,社区通过组建戏曲剧团、开设老年艺术课堂等形式,为老年人搭建起文化交流的平台,越来越多的银发族像这对夫妇一样,在兴趣爱好中丰富精神生活,在志愿服务中实现自我价值。“未来,我们将继续完善文化设施,开展更多适合老年人的文化活

开展食品卫生检查  
守护舌尖上的安全

本报讯(记者 方小北)为切实保障辖区居民饮食安全,规范食品经营秩序,筑牢食品安全防线,石家庄市胜北街道义堂小区社区工作人员近日深入辖区餐饮门店、食品经营商铺,开展食品卫生安全专项检查行动,以“严排查、促规范、强宣传”守护群众健康。

此次检查重点对店内环境卫生、熟食生食分开储存、生肉进货渠道、食材新鲜度、从业人员防护穿戴等情况进行逐项核查。工作人员实地查看后厨与经营区域卫生状况,检查生熟食品是否分区存放、冷藏冷冻设施是否规范运行;仔细核对生肉等食材进货票据、溯源凭证,确保来源可查、渠道正规;现场检查食材是否新鲜、有无过期变质;同时督促餐饮从业人员严格按照卫生规范,规范佩戴口罩、帽子等防护用品,落实个人健康管理要求。

检查过程中,工作人员坚持“排查+宣传”同步推进,现场向商户普及食品安全法律法规与卫生操作规范,提醒经营者严格落实食品安全主体责任,加强日常卫生管理,及时清理过期食材,规范加工操作流程,从源头防范食品安全风险。对检查中发现的问题,现场提出整改意见,明确整改时限,督促商户立行立改。接下来社区还将持续推进食品安全常态化巡查监管,营造安全、放心、整洁的食品消费环境,用心守护居民“舌尖上的安全”。

携手添新绿  
共建美家园

本报讯(记者 方小北)在植树节来临之际,为持续推进社区生态文明建设,进一步增强居民生态环保意识,树立“植绿、护绿、爱绿”的文明新风尚,3月11日,石家庄市长安区胜北街道多个社区开展植树活动,共建绿色美好家园。

北二环东社区、吴家庄社区联合石家庄铁道大学四方学院大学生志愿者共同在学院开展植树志愿服务活动。社区工作人员提前做好筹备工作,备好树苗、铁锹、水桶等工具。大家分工协作、默契配合,有条不紊地开展植树工作。挥锹铲土、扶苗填坑、踩实浇水,每一道环节都衔接有序认真细致。大学生志愿者们热情高涨、干劲十足,现场呈现出一片热火朝天的劳动景象。经过大家的一番努力,一株株新苗迎风挺立,承载着大家对美好环境的向往与期盼,更用实际行动彰显了新时代大学生的责任与担当,传递了青春正能量。

义堂社区联合义堂新村物业与华英瑞城幼儿园开展共筑生态好家园活动,党员志愿者为孩子们讲解植树节的由来,树木的生态价值以及松土浇水的方法,传递“植绿护绿,人人有责”的理念,把环保的种子播进孩子们的心田。

义诊进社区  
守护居民健康

本报讯(记者 方小北)石家庄市西三庄街道总工会、天锦社区昨日联合直乐矫形中医医院,在社区居委会开展了一场暖心的义诊活动。活动紧紧围绕居民日常健康需求,提供了多方面的专业医疗服务。

本次义诊专门开设了骨关节病、青少年脊柱侧弯两个专项义诊区域,还有中医现场脉诊,同时提供针对失眠、慢性病、痛症的中医耳穴贴敷服务。医护人员耐心地询问每位居民的身体情况,结合大家的既往病历认真解读检查报告,针对骨骼肌肉问题、青少年脊柱健康以及慢性病养护等,都给出了一对一的专业建议。

社区志愿者引导登记,搀扶行动不便的老人。现场还同步开展了健康科普,医护人员结合春季养生、骨骼养护、脊柱侧弯预防等大家关心的内容,发放科普资料、讲解日常保健知识,引导居民树立早预防、早发现、早治疗的健康观念。

下一步,天锦社区将持续聚焦居民急难愁盼,联动更多优质资源开展便民惠民服务,推动健康科普和公益诊疗常态化开展,用心守护辖区居民健康。