

太原老年人的“精干时光”

②



## 1 八十而已

初见刘月珍，她中等身材，一件丝绸披肩，一顶白色礼帽，一袭淡妆，笑起来阳光灿烂。

1963年，刘月珍毕业于太原师专，在教师岗位一干35年，曾获过全国优秀班主任奖章。“有人说退休后会不适应，我觉得，退休后才更有时间去尝试新鲜的事情。”1997年，刘月珍退休，改做房产中介，就为能与人多打交道。为了工作方便，60岁学会了驾驶汽车。她注册成立房产代理公司，公司业绩攀升，获得了业内和市场好评。

几十年打拼，3个孩子成人成家，懂礼孝顺。“孩子们生活得很好，这是我最舒心的事。”刘月珍说。如今，她每天忙碌并快乐着，画国画、养花、旅游、网购、拍视频。刘月珍乐呵呵地说：“我不过八十岁而已，动动脑，动动手，做点力所能及的事，紧跟时代步伐，不得老年痴呆症。”

# 我才八十岁而已

——刘月珍奶奶的抖音日子

玩抖音不到两年，发布作品488件，抖音号“刘老师，八旬箴言”，获赞61.9万，吸引粉丝7.8万人。在镜头前，她慢慢悠悠地讲述，那些真心话经过岁月淘洗，直抵心灵。抖音达人刘月珍，今年80岁，思维敏捷，行止有度，举手投足散发着知性的光芒。

## 2 视频达人

初识抖音，刘月珍只是觉得好玩，后来她发现，许多热门短视频并不是明星拍摄的，而是来自普通人的日常生活，做饭的、跳舞的、搞笑的，单纯聊天说说话都能拍成视频，甚至获得成千上万的点击量。慢慢地，她也想尝试拍摄制作抖音短视频。只是有点犯难，拍点啥，怎么拍？自己年龄也大了，拍摄任务最好一个人就能搞定，不用麻烦别人。她决定采用最简单的方式，单角度拍摄，时长约1分钟。

在家人的帮助下，刘月珍注册了抖音账号，内容定位为“八旬人生感悟，记录美好生活”，抖音名字确定为：“刘老师，八旬箴言”。刘月珍说：“聆听‘老人言’，会使年轻人少走弯路，会让人受益一生。”

2021年4月26日，刘月珍第一次在抖音亮相。“生活就像海洋，只有意志坚定的人才能到达彼岸。”视频里铿锵有力的一句话，短短几个小时，就收获了266个赞和35条评论。“刘老师太智慧了，让我迷茫的

生活看到了希望”“刘老师让我们懂得很多道理”……留言给力，刘月珍心里更有数了。

“不要露富，亲戚之间，既要报喜，也要报忧……”2021年5月23日，一则《不要露富》视频发布后，立刻引起了网友的讨论和点赞，视频点赞20.9万，留言9000余条。卖油翁说，无他，但手熟尔；刘月珍说，无他，只要坚持。如今，刘月珍开号一年半，发布作品488件，抖音上粉丝数7.8万人。

## 3 发挥余热

有网友好奇，刘月珍创作视频，是不是牺牲了大量的休闲时间。其实，刘月珍在抖音上有点走红，并没有打乱日常生活节奏，她照常该画画就画画，该养花还养花，经常网购，经常刷抖音，学习年轻人如何更新内容，她还是那么挂念儿孙，还是操心柴米油盐。创作视频，就是个乐子，一点也不累。

目前，刘月珍平均两天录一次视频，选题、内容、时间记录下来。

每次录制前，她认真创作一段有哲理的话。素材多来源于生活，有的来自读过的书，有的来自偶尔与网友、亲友的聊天，也注意听取周围人的建议。磨合了这么长时间，视频内容创作、拍摄、剪辑、字幕添加效果、简介文字等，刘月珍一个人可以一气呵成。

留言里，“奶奶您多保重身体”“奶奶的话好有哲理”等互动性文字，让她感受到陌生而友好的善意。

有时候外出，偶遇年轻粉丝喊我“抖音刘老师”，觉得心里很暖，觉得自己做的事很有价值。”

“我不直播，也不带货，只传播正能量。”刘月珍说得很认真。录制视频18个月以来，刘月珍希望能通过短视频平台，把过去的人生经验记录下来，传播出去。“如果带来一点启发，就再好不过了。”

记者 马向敏 文/摄

## 回应学生关切 筑牢疫情防线

学生关切的问题，5日内必有答复；举办座谈会，同学们对学习生活中的困惑畅所欲言；专业理发师进校为同学们解决“头”等大事，专业摄影师进校为同学们拍摄证件照……连日来，山西财经大学多措并举及时回应学生关切，彰显出学校爱生护生的浓浓情怀。

### 部门联动 高效同行

近期，一份又一份关于共同解决学生关切问题的函件，在山西财经大学办公平台上“来来往往”。这些函件上详细罗列了学生工作部多渠道收集的学生关切问题，相关部门3个工作日内回函，由学生工作部在2个工作日内逐条反馈给学生。

“建议图书馆开放 WiFi，增加充电插头”“丰富食堂餐食品类”……5日内，学生工作部在宣传部、保卫部、后勤管理部、图书馆、网络与信息教育技术中心等部门的通力合作下，对学生提出的50余条关切问题认真研判、及时解决，为同学们打造安全健康、舒心舒适、温和暖心的校园环境。

### 系列对话 暖心关怀

本着“倾听广大学生的心声、畅通交流渠道、做好学生工作”的理念，学生工作部每周在学生活动中心辅导员之家开展“对话——学生交流座谈会”。每次邀请两个学院不同年级的10余名同学参加，参加座谈会的同学们畅所欲言，从学业学习、娱乐生活、思想感受各方面与参会老师交流沟通，老师们现场答疑解惑。

参与座谈会的师生表示，每次交流不只

是思维的交互，更是一种情感的碰撞。老师与学生从各自不同的角度充分交流，加深学生对相关规章制度的理解与尊重，学生工作部也对下一步工作重点有了更加精准的把握。

### 热线不断 随时畅听

为点对点解决每一位同学的诉求，山西财经大学开通了“易班热线”。易班学生工作站通过电话、QQ等方式广泛收集同学们的诉求，登记、汇总、整理成册。

“同学，你放心，针对本地同学的返校诉求，学校已经做了相关安排。”“没问题，教室的灯我们会尽快安排工作人员去维修。”……“易班热线”开通以来，每天大约记录30余条学生们反映的问题。

经过学生工作部的沟通与对接，学生们的大部分诉求得以顺利解决。

### “头”等大事 携手解决

“学生活动中心那边支起理发摊了，咱们去理个发吧！”了解到同学们“理发难”后，在严格遵守疫情防控相关要求的基础上，山西财大邀请了专业的理发团队进校开展理发服务，以低于市场的价格和个性化的服

务，为学生们解决“头”等大事。

在理发点，同学们可以根据自己的需求来选择理发师，设计出满意的发型。为每位学生理完发之后，理发师都会对理发工具进行消毒处理。

“手艺真不错，和外面的没什么区别。”“真没想到这里还可以烫头，这服务真不错。”“服务太及时了！剪完之后感觉清爽了好多。”同学们纷纷为理发服务点赞。

### 最美照片 拍出温暖

鉴于不少同学因求职等原因，对“最美证件照”有着强烈的需求，山西财经大学结合当前疫情防控管理规定，分两批邀请专业摄影师进校，为有需要的同学提供拍照服务。

拍摄前一天，同学们通过App提前预约，合理安排时间。“拍得真不错，修片的时候也很尊重我的意见。”“没想到还能在学校拍出这么精美的证件照，价格是外面的一半，非常不错。”

山西财经大学相关负责人表示，想学生所想、急学生所急，“为学生办实事”就是学生工作的出发点和落脚点。对学生们关切积极回应，妥善解决，才能温暖学生的心，提升他们的安全感和幸福感。

记者 尹哲

## 上学看牙两不误 这家医院服务太贴心

本报讯(记者 魏薇 通讯员 李婷 李蓉芳)“想带孩子看牙，可等放学赶到医院，人家医生也到下班时间了。”“周一到周五排得满满的，想看牙，就只能请假。”……带孩子看牙，很是头疼。11月14日，省儿童医院传来消息，该院亲贤街院区口腔医学中心延长门诊时间，开展周内夜间门诊和周末全天门诊，为患者提供更加人性化的治疗服务。

为进一步落实“我为群众办实事”实践活动，改善医疗服务，引导患者错峰就诊，11月1日起，省儿童医院(省妇幼保健院)亲贤街院区口腔医学中心实行周内夜间门诊，门诊延时到晚8时，同时，周六日也全天开诊，给有需要的学生族和上班族，提供更方便的就诊时间。

省儿童医院(妇幼保健院)亲贤院区口腔医学中心位于亲贤北街32号，医生出诊时间为周一至周五，上午8时至12时，下午2时30分至晚8时；周六、周日为上午8时至12时，下午2时30分至晚6时。患者可在“健康山西”App上，选择山西省儿童医院亲贤街院区口腔医学中心，根据自己的时间，选择周六日的日期按时就诊即可。