



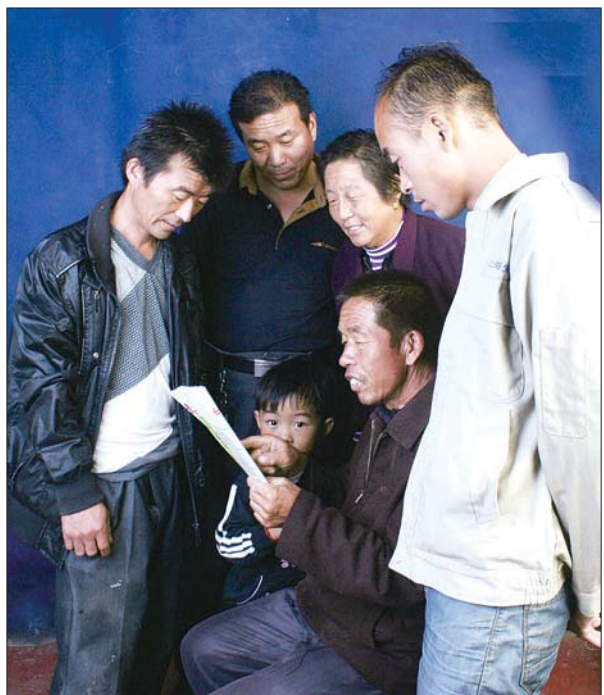
银发浪潮来袭

老人如何过安愉人生?

老年大学深造、发挥余热,让他们充实幸福

本报记者 邢孟 杨双媛

都说“最美不过夕阳红”,但面对“银发浪潮”来袭,许多老年人却面临“晚年无处安放”的困惑。空虚、无聊、精神需求得不到满足,成了许多老年人生活的真实写照。而要让老年人能老有所乐,除了政府和全社会要为他们提供尽可能多的关怀和文化投入外,更需要老年人自身找到生活的乐趣和精神寄托。



庞全留老人正在和团员研究剧情。 通讯员 张昌伦 摄



时尚老人,老年大学“乐活”深造

时尚老人,老年大学“乐活”深造

在菏泽,很多老年人退休后无事可做,闲极无聊,面临“晚年无处安放”的困惑。家住菏泽城南平花园小区的王翠英老人也曾有过这样的烦恼,直到她选择去老年大学学习,从书法、唱歌、模特等课程中与外界和年轻人接触,使得她的老年生活健康而又丰富多彩。

王翠英今年81岁,退休前是名语文教师,“退休后,我生活有保障,就是每天都没什么事儿。”王翠英老人介绍说,刚退休那会儿,她每天都在家闲的难受,心理

落差很大,没有地方去,最频繁的时候一天能打三场麻将,“你去看看我们小区的棋牌室吧,里面几乎清一色老年人。”

直到后来,在邻居的介绍下,她去了牡丹区老年大学,开始了全新的学习生涯,而且一学就是16年。书法、唱歌、模特走秀,如今她都能很快进入状态,尤其爱好模特走秀课程。王翠英老人高挑的个子,身材保持得很好,一点儿也不发福臃肿。记者见到她时,她拿出自己演出时的照片与记者分享。

“这是去济南表演时拍的,

我曾两次去济南参加舞台表演,上次时装表演还拿过全省二等奖,虽然上了年纪,但我依然可以像年轻人那样过充实的生活。”王翠英老人不无骄傲地说,自从上了老年大学,每天练练字、唱唱歌、跳跳舞、聊聊天,跟一帮朋友在一起,日子过得快乐而充实。

“别看我们这么大了,穿上旗袍,都觉得很美,很自信。”王翠英老人告诉记者,因为讲求身形训练,不少队员的颈椎病、腰间盘突出症状都得到了缓解,连精气神也变好了。



热心老人,发挥余热充实而幸福

热心老人,发挥余热充实而幸福

有这样一群老人,他们“退而不休”,发挥余热快乐他人也快乐自己。

庞全留今年65岁,家住单县莱河镇庞楼村。八年前,他先后卸下民办教师和乡村医生的挑子,虽然退休了,但庞全留却没有闲下来,自从挑起村老年协会会长职务,他比以前更忙了。

刚退休时,庞全留就发现村里的老年人基本上没什么娱乐项目,老人们除了相互串串门聊聊天,就是聚在一起打牌、打麻

将。“不能这样下去,我要把村里的老人组织起来,成立秧歌队和剧团,让他们真正老有所乐。”庞全留坐不住了。

说干就干。庞全留先动员有艺术专长、热心公益的老人加入艺术组织。他自费购买了腰鼓、彩扇、红绸带和部分乐器。很快,一支由十多位老人组成的民间艺术团开始正常活动了。

庞全留从此成了大忙人,他不仅请来精通秧歌、腰鼓技艺的外村人做教练,还指导老人们围绕当前形势和身边的人与事,自编自演小戏剧。如今,每天晚上,

村里的老年人都聚在一起唱歌、跳舞、扭秧歌。不仅如此,周围村里的老年人也被吸引过来,庞楼村的夜晚十分热闹。

除了带领老年人乐享晚年,庞全留还关注留守儿童。庞全留牵头成立了“留守儿童周末托管中心”,从自己的剧团中抽出专人轮流指导本村“留守儿童”做作业,教他们唱戏、下棋、练书法、打腰鼓和扭秧歌。“留守儿童周末托管中心”不仅解决了村里的留守儿童问题,还让老年人重新“再就业”,不仅有事可做,更有了社会归属感。

Hisense

海信空调 变频专家

立省 5999元
海信智能空调惠国庆



4A苹果派 海信更惠爱

- 国庆新品8折秀 抢机成功加赠精品四季被一套 豪礼省钱一起送**
二级全净化新品8折销售,限量抢购,抢到即赚到,省钱不容错过。
- 尊享套餐 第二套半价 5折购机 行业唯一 加赠客厅专用海信净化器一台**
活动期间购买指定机型套餐,即可享受第二套半价优惠,行业唯一,钜惠不容错过。
- 满就返钱 来就送礼 艺术家居普及风暴 购买艺术化产品均有豪礼相送:车载净化器、四季被、水晶沙拉碗...**
活动期间购买指定艺术化机型,就有返钱送礼大惊喜,高端品质不容错过。
- 年度巨献 历史最低价 海信大1.5P双模全直流APF变频仅售2599**
活动期间大1.5P变频空调,突破史上最低价,还有二级能效变频空调钜惠价,火爆不容错过。

活动时间:2014年9月30日-10月8日 活动商场:菏泽八县一区各大卖场海信空调专柜

亿联世贸中心国庆将再掀人潮



9月26日,菏泽市政府副秘书长高继山实地调研亿联·世贸中心项目,菏泽市牡丹区副区长王家隽、菏泽市工商联副主席田明钢等领导陪同调研。市领导对亿联世贸中心项目的开发进度表示关心,并对项目初次亮相即受市民热烈欢迎表示鼓励。

自9月6日,亿联·世贸营销中心开放引来万人盛大场面之后,每天都陆续有大量市民前来参观菏泽最“高大上”营销中心。不到一个月,累计到访达2万多人。更多市民对项目今后将要销售的商铺充满兴趣。国庆期间,亿联·世贸中心将再推出“国庆狂欢周”活动,自10月1日起持

续3天,根据参与者赢得的筹码数,可获得丰厚精致的奖品。

亿联·世贸中心由2014年中国民营企业500强、中国民营企业服务业100强——亿联控股集团,斥资60亿元倾力打造。项目西至牡丹路,南接八一一路,东临环城大堤公园,北至康庄路。总建筑面积超100万方的亿联世贸中心引进美国BLOCK街区设计理念,将其打造为菏泽市唯一集服装批发、中高端零售购物、餐饮、休闲娱乐、办公、住宅为一体的大型城市商业综合体。该项目的规划特征可概括为:“出口数十处,铺铺是街铺”、“车道上顶层,层层是首

层”、“电梯加连廊,楼上生意忙”、“地处康庄南,不必等旺场”、“商业讲人气,规模出效益”,商业经营主要特点为“多业态、多功能、全客群、全龄层、全天候”。

项目后期运营采用统一规划,统一招商,统一推广,统一经营,统一管理的五大统一经营模式,引进专业商管公司提供全程管理服务。目前,亿联·世贸中心招商处于稳步推进中,已有多家大中型商家进行洽谈,包括大型影院、知名百货、大型连锁超市,还有众多著名品牌男女装、国际连锁餐饮、特色美食、金融配套服务机构等在同步洽谈中。这些都为投资者带来强有力的保障和信息。