

欢 庆 八 一

荣军敬老 志愿服务到身边

本报讯 7月29日,由青岛市军队离休退休干部服务中心、青岛报业传媒集团主办,老年生活报承办的第二届助老志愿服务团进军休活动如期举行,来自青岛市中心医院、青岛市口腔医院、天道中医、青岛思达心脏医院、泰康集团、中国联通青岛分公司、青岛市联合家事法律服务中心等爱心单位的医护人员及工作人员,走进青岛市军休服务中心金湖路院区,为军休干部们提供了免费检查、健康咨询、智慧助老、养老咨询、法律援助等志愿服务,并开展了健康讲座。

活动现场,来自青岛市中心医院的医学博士、麻醉专业硕士研究生导



联通志愿者教休干们使用智能手机。

师王寿世正在为广大军休干部们科普失眠方面的知识,深受关注;在青岛思达心脏医院诊台前,李智锋副主任医师和王兆东副主任医师正在忙碌地为军休干部进行冠心病、高血压方面的诊疗;来自青岛市口腔医院的滕琦主任医师

与高倩倩医师,一起为军休干部牙齿健康进行检查,并帮助他们做出治疗方案,赢得了大家的赞誉;来自天道中医、85岁的于华芬副主任医师一边把脉,一边给休干分析病情,专业敬业的精神令人折服。此外,来自泰康集团的工

作人员为70岁以上的军休干部赠送了拐杖,并且提供了养老服务咨询;中国联通青岛分公司围绕智能化养老进行了智能手机使用的专题讲座,并手把手解决休干们手机软件使用问题,让广大军休干部体验到了方便快捷的智慧化生活;青岛市联合家事法律服务中心的法律援助,也解决了萦绕在军休干部心头的法律方面的问题。

“今年的各项服务都特别全面,助老志愿团真的是送到了我们心坎上。”今年87岁的军休干部陈先生喜悦之情溢于言表,他希望这样丰富多彩的上门活动能够一直持续下去。

(记者 张磊)

军歌嘹亮 鱼水情深

本报讯 7月28日,由市南区文化和旅游局、市南区总工会、八大峡街道办事处共同举办的“迎八一·共叙军民鱼水情”“幸福市南”文化惠民进社区文艺汇演在八大峡广场成功举行。歌曲、舞蹈、诗朗诵等节目先后演绎,精彩的演出赢得了在场观众的阵阵掌声。

“万泉河水清又清,我编斗笠送红军,军爱民来民拥军,军民团结一家亲”演出在大合唱《军民团结一家亲》的歌声中拉开了帷幕;一曲《小白杨》歌颂了当代军人为祖国奉献青春的精神;女声小合唱《党啊,亲爱的妈妈》、舞蹈《再唱山歌给党听》诉说着人民群众对党的深厚感情。

此次文艺汇演,进一步展示了军地双方的鱼水深情,推动了双拥共建活动的蓬勃发展,同时也丰富了辖区居民的文化休闲生活。

(记者 许瑶)

十部电梯同时启用 幸福“梯”献礼八一

本报讯 “献礼八一 百尺云梯平地起”,“喜逢盛世 满楼军民笑开颜”,7月26日,十部明亮的电梯在青岛市军休服务中心三分中心佳木斯路院区和伊春路院区同时启用。在八一即将到来之际,军休干部实现了从“住有所居”向“住有宜居”的迈进。

作为青岛市军休干部的集中安置小区,佳木斯路院区建成于1998年,共居住着274户军休干部,平均年龄84岁。从国家出台了有关老楼加装电梯的政策后,他们便积极响应开始启动电梯加装的工作。

据悉,军休服务中心住宅楼体加装电梯工

作正在稳步推进。据军休中心副主任秦咏梅介绍,目前13个院区的118个单元电梯安装工作正在做前期勘察,下一步将借助城市更新的东风,在军休中心其他院区“能装尽装”,让更多军休干部真正享受到幸福。(记者 许瑶 实习生 陈嘉业)

军歌嘹亮迎盛会

本报讯 7月27日,青岛市军休二分中心举办了“军歌嘹亮迎盛会”文艺汇演,演出内容丰富,涵盖了歌舞、诗朗诵等多种形式,为广大军休干部奉献了一场精彩的文艺盛宴。

演出在欢快红火的鼓舞《好日子》中拉开序幕,50余名军休干部代表欢聚一堂,13个参演节目精彩纷呈。他们用演出表达对党和军队无限热爱的革命情怀,展示了军休干部们活出精彩和自信的精神风貌,彰显了他们对人民军队的深深眷恋。

(记者 张磊 通讯员 宋恺)

文艺汇演庆八一

本报讯 近日,山东省军区胶州干休所会同胶州市文联共同举办“奋进新征程、喜迎二十大”庆祝建军95周年文艺汇演活动。

演出在开场舞《胶州嫚》中拉开序幕,舞蹈、朗诵、乐器演奏、歌曲、武术等十几个节目先后登场。曾参加过抗日战争、解放战争、抗美援朝的离休老干部张玉佩激动地说:“演出很精彩,让我们深刻感到国家富强来之不易,今天的幸福生活来之不易,听党话、跟党走,永远不能变。”

(记者 张磊 通讯员 梁孝鹏)

初心如磐 书写大爱

青岛民政6名杰出代表讲述岗位建功事迹

本报讯 7月28日,青岛市民政系统岗位建功典型事迹宣讲报告会在市级机关会议中心举行。来自全市民政系统的6名一线杰出党员代表,倾情讲述了他们践行爱民为民初心的感人事迹。

市南区台西老年公寓总院长姜薇以“用真情守护老年人的幸福”、市南区珠海路街道辛家店社区居委会主任辛筱霞以“让幸福永驻居民心间”、即墨区汇爱公益社会工作服务中心主任解昭福以“汇聚大爱暖人间”、青岛市殡葬事业服务中心葛俊田以“为了人生最后的谢幕”、平度市民政局社会事务科科长李林宝以“越是艰难越向前”、青岛市救助服务中心孙静以“情暖回家路”为主题,诠释了广大民政工作者对事业的热爱,对工作的热忱,对群众的热心。

青岛市民政局已连续4年组织开展岗位建功典型事迹宣讲活动,活动激励着广大党员干部敢于与最优者“对标”,与最强者“比拼”,与最快者“赛跑”。(记者 许瑶)

培训健身球操骨干 提升老年体育水平



本报讯 近日,青岛市即墨区老年体协、区体育中心联合举办为期两天的健身球操培训班。来自全区17镇街、区银桥社会公益志愿服务中心50多名健身球操爱好者参加学习。培训班结束后,区体育中心将为成绩合格者颁发三级健身球操教练员证。

今年以来,即墨区老年体协把中老年健身骨干培训作为工作的着力点与落脚点,采取“线上与线下、集中与分散”相结合的方式,举办多种形式的健身骨干培训班,扩大三级社会体育指导员的培训数量,提高社会体育指导员的专业水平。(记者 安娜 通讯员 张俊)

转让

●转让全新纯毛地毯两个,9英尺×6英尺。电话:18866229517

●转让两个电烤箱,两个机顶盒,山地自行车。电话:13021693318

●转让按摩浴缸,1.5米×1.5米。电话:13905326565

●转让全套三本《毛泽东点评二十四史》,电话:18453461369

●转让除湿机,原价1180元,现价400元。电话:13061252680

●转让两床杭州产真丝被面,红绿两色。电话:13105428900

●转让不锈钢绞肉机、电风扇、不锈钢蒸锅、毛毯、被套、体重秤、床品八件套、暖风机、毛线、轮椅、布料、麻将、鸭绒背心、毛巾被。电话:19953285004

●转让真空拔罐器40元;炒锅40元;不锈钢烧水壶30元;小型饮水机10元;全新亚麻凉席,60元;竹子凉席,50元;可折叠餐桌20元;9成新凉席,40元;老式不锈钢折叠床30元。均全新。电话:13370886272

求购

●求购轮椅,电话:0532-82802898

●求购机顶盒,电话:15966946852

信息真实性由提供者负责,请读者慎重选择。

启事

●本报所选部分稿件、图片作者姓名及地址不详,敬请相关作者与本报编辑部联系,以便寄送稿酬。

李时珍黑芝麻丸底价团购 加1元可团购俄罗斯椴树蜜一瓶

黑芝麻丸是由黑芝麻和蜂蜜等食材制成的丸剂,是我国传统的健康食品,常吃能够强身健体。黑芝麻丸的制作,讲究九蒸九晒,既蒸后晒干,然后再蒸再晒,如此反复九次,然后制成丸剂。这样制作出来的黑芝麻丸,充分吸收天地之精华,并且油腻性大大减少,利于人体吸收。是须发早白,经常犯困精力差,穿的多还是觉得冷的人群的不二之选,每天2粒黑芝麻丸,补充元气,呵护身体。

传统古法 九蒸九晒

九蒸
每次经过数小时的蒸煮,九次才能祛除黑芝麻的燥热,使之香气散发。

九晒

每一次蒸完都要经过反复蒸晒,期间还要不时翻动,反复九次。

磨粉

九蒸九晒后开始炒制,这个环节很重要,火候和方法都要恰到好处,炒香后磨粉。

制丸

然后用炼好的蜂蜜,混合磨好的黑芝麻,手工揉搓成一颗颗黑芝麻丸。



特惠团购正在进行中.....

应广大读者的要求,老年生活报康康商城联合生产厂家限时团购,李时珍九蒸九晒黑芝麻丸特惠价29.9元/每盒,在团购10盒李时珍黑芝麻丸的基础上,加1元就可以团购价值198元正宗俄罗斯野生椴树蜜一瓶,每人仅限两组,数量有限,欲购从速!

