

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。

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



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。

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念。

(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《胶州慢》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)



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!



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

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。

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。

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。

李时珍黑芝麻丸

李时珍黑芝麻丸