



“绽放吧50+”首届青岛市新网红评选大赛启动

只要有梦想、特长,您也可以成为明星主播

本报讯 展现中老年人文化底蕴与鲜活生活,打造中老年人新型原创IP,帮助中老年人跨越“数字鸿沟”。日前,由中共青岛市委宣传部指导,青岛日报报业集团主办,老年生活报、青岛大眼猫文化科技有限公司承办,青岛日报、青岛早报、青岛晚报、观海新闻、青岛新闻网等协办的“绽放吧50+”首届青岛市新网红评选大赛正式启动。

本次大赛旨在积极响

应《“十四五”健康老龄化规划》所提倡的健康老龄观,多维度提升老年人数字素养,弥合数字鸿沟,推动中老人在数字时代老有所为、老有所乐,发动更多的老年群体从网络时代的“沉默状态”变成活跃的内容生产者,把老龄化之“危”转化为积极应对之“机”,实现人口第二次红利。

只要年龄满50岁,均可报名参赛。大赛通过线上和线下两种形式展开,参赛

选手可围绕“不老风采”主题,创作1-5分钟的短视频,包括但不限于:个人歌舞、声乐、朗诵等艺术风采,法律咨询、文学艺术等特长,烹饪、烘焙、花草种植、宠物饲养等绝活,情感疏导、心理咨询、法律服务、风景导游等专业知识;门槛低,机会多。本次大赛海选采用网络投票和专家评审综合评定的评选方式。其中网络投票得分占比30%,专家评审得分占比70%,得分前100名的选手获

得晋级资格,进入复赛。届时,青岛老年生活大学将开设“中老年数字学院”,聘请优质师资,对进入复赛的中老年主播进行个性化、系统地免费培训,角逐20个决赛资格。最终决出一等奖1人,二等奖2人,三等奖3人,优秀奖14人,分别颁发一定价值的奖品和证书。

年龄不是问题,帅气漂亮也不是必须,只要有梦想、有特长,就有机会成为明星主播。本次活动开通多种

报名方式:1、微信扫描二维码进入小程序报名;2、发送简介或作品到邮箱:qdsxwhpx@126.com;3、拨打电话0532-66610000进行报名。

(记者 张磊)



金婚故事,请您大声说出来

在他面前,她依然是那个长不大的“小女孩”

最近,丁锦华因为摔伤行动不便,老伴鞠好麟每天都会坐在床前,为她读报、陪她说话。这样的场景不仅发生在近期,而是他们结婚几十年来的一个缩影。近日,本报主办“金婚故事,请您大声说出来”活动,不少老人打来报名电话,鞠好麟和丁锦华就是其中一对。从1963年登记结婚至今,老两口已整整走过59年的婚姻生活,但在鞠好麟面前,丁锦华依然是曾经那个长不大的“小女孩”。

两地分居三十年

家住青岛市市北区的鞠好麟出生于1938年,1962年,在亲戚的介绍下,和比他小五岁的丁锦华相识相知。“第一面见面,印象很好,就觉得她老实本分,是适合在一起生活的人。”鞠好麟说。

那时,鞠好麟已在青岛工作,丁锦华在胶州老家。一年后,两人登记结婚,并在位于中山路上的天真照相馆拍了一张结婚照。结



鞠好麟夫妇的结婚照



鞠好麟夫妇欣赏老照片。

婚后,因为没有城市户口,丁锦华又回到了老家。就这样,夫妻俩过上了异地的婚姻生活,而这一过,就是近三十年的时间。

“这么多年,老伴很不容易,她带着三个孩子在老家生活,还要照顾我的母亲,可以说,大大小小的事都要她一个人操持。”说起老伴,鞠好麟不仅是感激,更是心疼。他告诉记者,尽管胶州离青岛市区距离并不远,但那时交通很不发达,回家的路并不容易。尽管如此,只要一有时间,鞠好麟还是会想方设法回家,哪怕骑车五个多小时,他也觉得是值得的。

团聚浪漫来相伴

1990年,丁锦华和孩子来到青岛,一家五口终于团聚,两年后,鞠好麟从单位退休,有了大把的时间,他想得最多的就是弥补。“就希望每时每刻都能陪在家人身边。”



鞠好麟

喜欢旅游,她带着丁锦华去苏杭、去新疆,不管距离远近,只要一起在路上,就是幸福。而每走到一个地方,丁锦华总是老伴相机里的“御用模特”。在他们家里,保留了老两口各个时期的照片,镜头下的丁锦华,每每都露出发自内心的笑容。

“我爸是个很浪漫的人,手机、电脑玩得都很溜,他还是我们家第一个使用自拍杆的人。”老两口共育有三个子女,在他们眼里,父母的爱情让人羡慕,“我经常会在朋友圈里秀父母,我爸对我妈照顾得是无微不至,他每天都会给我妈读书讲新闻,一段一段不厌其烦,我妈就坐在那听,那画面很安静、很美好。”二女儿说道。

包容体谅是秘诀

在周围邻居眼里,鞠好麟和丁锦华是大家公认模范夫妻;在孩子们眼里,父母

是他们学习的榜样。现如今,因为丁锦华受伤,三个孩子轮流回家照顾母亲,一家人其乐融融,生活简单却幸福。

鞠好麟说,遇事商量、相敬如宾、相互扶持、相互体谅,是他们这一代人爱情保鲜的“秘诀”。结婚近60年来,他们夫妻俩很少吵架,“老伴是个老实谦虚的人,对任何人任何事都不去计较,这辈子能和她一直相守,我很知足。”鞠好麟说。

2019年,在子女不知道的情况下,老两口去拍了一次婚纱照,看着照片中的那个“她”,鞠好麟说:“还是我最初见到她时的模样……”

如果您和老伴的婚龄也已超过50年,欢迎拨打热线电话(0532)66610000报名参加,分享生活经历,讲述属于你们的爱情故事。 记者 许瑶

送福添彩续亲情 一流康养扬四方

青岛福彩四方老年公寓
20周年庆典活动成功举行

9月22日,青岛福彩四方老年公寓成立20周年庆典活动在南昌路116号成功举行。二十年栉风沐雨,二十年风华正茂,秉承着让“亲情在这里延续”的初心理念,福彩四方老年公寓见证并引领着青岛市养老事业健康发展,成为当之无愧的行业翘楚和标杆。(报道详见2版)

阿尔茨海默病 老年患者已达千万

我国将加强早期筛查干预

据新华社电 9月21日是世界阿尔茨海默病日。记者从国家卫生健康委了解到,“十四五”时期,我国将进一步加强阿尔茨海默病的早期筛查、干预、分类管理和健康指导工作。

国家卫生健康委老龄健康司司长王海东介绍,我国60岁及以上老年人中约有1000万名阿尔茨海默病患者。国家卫生健康委在部署2022年基本公共卫生服务工作时明确,各地要结合实际开展老年人认知功能初筛服务,对初筛结果异常的老年人,指导其到上级医疗卫生机构复查。

深受中老年人喜爱的海参品牌
一品康海参迎国庆大优惠
电话:151-66666-441

北極參 700元/2斤	即食刺參 1000元/4斤	特價小刺參 1280元/1斤 1900元/2斤
長島刺參 1580元/1斤 2500元/2斤	大連刺參 1980元/1斤 3000元/2斤	大連淡干刺參 3280元/1斤 5000元/2斤

青島總店:青島市市北區台東路28號(威海路工行后)
買海參送枸杞和優質蝦皮各1份
免費水發海參 本市送貨 全省全國包郵