



老年生活报

全国助老服务热线  
0532-66610000

# 老年生活报

寄语2023

梦想火热  
青春不老

本报编辑部

这是新的一年，我们第3591次与您见面。这是新的一年，也是《老年生活报》创刊30周年。

站在新的一年起点，我们回望负重而行的岁月，那些镌刻进记忆里的身影，是如此让人难忘：有的日夜笔耕，在我们“惠老出书”的东风里把记忆化作油墨香；有的执着地探索手机应用，在我们“智慧助老”的带动下踏上“数字快车”；还有那些与老伴深情相拥的，把笑容定格在金婚照上；那些因“寻亲”栏目与老朋友相聚的，让泪水湿润了眼眶……这一切，我们都见证着，记录着，感动着。

站在30周年的起点，那些时光烙印的画面依旧明晰如昨。30年前的阳春三月，一群胸怀激情的老报人创办了老年生活报，开启了一段报界传奇。“筚路蓝缕多艰辛，踏歌而行逐梦来。”沐浴着时代季风，几代报人苦心孤诣，换来了她的风华正茂。那些帮助老人讨回权益时的欣慰笑容，那些为读者搭桥成功眷侣执手时的真诚祝福，还有推动积极老龄化融入经济社会发展全过程的铿锵步履……都化作生命长河里凝固的浪花，印证着我们的初心情怀。

过往皆序章，未来皆可期。

当明媚的阳光穿透高天滚滚寒流，从来没有一刻像今天这样充满希望。在“送瘟神”的煎熬与欢呼声中，火热的梦想在萌发，我们听到了春雷隐隐。

新的一年，正值壮岁的我们，期待与您一起畅游大千世界，看秋月春花，赏晨风落日。您可以尽情挥洒手中的彩笔，在梦想图画上，您可以尽情地高唱，倾情地演奏，自由地舞动，酣畅地游走。而我们，除了报纸与新媒体的全年贴心陪伴，还将为您奉上宏富的老年健康生活博览会，精彩的老年大学生活，多彩的旅游路线，还有许许多多或真挚或实用或周到或热情的服务，温暖您的365天。

总之，人生百味，您可以挑嗨的体会。

当然，这一切都有赖于您。我们相信，您的勇锐将盖过怯懦，进取压倒苟安，即便白发苍苍，您依然可以英气逼人，青春不老。

让我们共赴一个美丽的春天！

## 2023年，梦想花开再出发

见习记者 姜文棋 高潇凡

新故相推，日生不滞。崭新的2023已经到来。回首过去的一年我们有许多记忆深刻的瞬间，展望新的一年我们有更美好的向往。2023年，新征程在召唤，本报读者纷纷表达了他们的新年愿望，盼望身体更健康，日子更红火，国家更富强。

### 愿望关键词：

健  
康

在青岛市东部市立医院门口，58岁的李先生站在路边焦急等待。他年近九旬的父亲8个月前诊断出血液类疾病，需要常常住院输血治疗。“近一年的时间，父亲一直在反复住院，我们兄弟姐妹轮班陪床照顾，看着父亲身体一天天垮下来，心里真不是滋味。”

“最近碰上新冠感染，医院血库

比较紧张，我父亲的病又必须通过输血治疗，这是我们最近最头疼的难题。我现在就是在等着朋友来献血，直系亲属的血液不能用，真的是能想到的办法都试了一遍，好不容易有点起色。”李先生说，自己的2022就是在家和医院两点一线之间度过，不知不觉到了年底，2023年的

新年也要陪父亲一起在医院度过了。“与其说是2023的新年愿望，不如说是我们家人一直以来的愿望，就是父母健康，安度晚年，别太遭罪，也尽量不给他们留下遗憾。我们现在能做的就是积极治疗以及陪伴老人，争取春节前能出院，大家一起热热闹闹再过个年。”

### 愿望关键词：

孝  
道

带着母亲去中山公园赏花，给母亲做她喜欢吃的菜肴，给母亲做一件漂亮的花上衣，每天晚上给母亲泡脚……65岁的陆丽华用心照顾着年过九旬的母亲。“父母辛苦将我们养育成人，当他们老了的时候，我们理应好好孝敬他们。我每天都在努力，争取让我妈健康快乐地度过每一天。”陆丽华说道。

她的孝道，并不只是停留在口头上，而是体现在平日里点点滴滴的实际行动之中。自从二十年前将母亲接到青岛以来，陆丽华无时无刻不在

关心着母亲的身心健康。“在干退休管理工作的那段时间，我接触了许多因为各种疾病而痛苦甚至过世的人，这让我更加清楚健康的重要。”

除了健康，陆丽华同样关注母亲的精神生活。在疫情不严重的时候，她时常会带着母亲到青岛市内的各处景点游玩。每次出发之前，她都会提前安排好时间，订好门票，仔细规划好路线。有时候地图工具不好用，她还会亲自到现场去进行实地考察，选择最适合的游览路线。陆丽华还经营着自己的抖音账号，每天纪录自己和母亲在一起的点点滴滴。“如果我妈哪一天不在了，我希望自己不会感到遗憾。这个也给我妈吃了，那个也给我妈穿了，我该做到的我都做到了，我就不会有遗憾了。”

2023年，陆丽华希望疫情早点消散，继续像往常那样带着母亲游玩、锻炼。“我希望自己也能保持一如既往的状态，让我妈开心快乐每一天，享受美好的生活。我也希望能够通过我在抖音上发布的视频，让更多的人去孝敬父母。”

### 愿望关键词：

富  
足

作养家的工作，已经干了20多年了。”

廖女士说，2022年这一整年生意都不是很好干，顾客也是越来越少，都是老客户。“我们的营业时间是每天的8:30—18:00，只要市场开门我们就来营业。我们做的是小本生意，不努力

坚持挣不到钱，这么多年我俩也早就习惯了。”提及2023年的愿望，廖女士说，2023年，期盼着国家的实体经济赶紧恢复过来，夫妻两人撸起袖子加油干，趁着身体还硬朗，多赚几年钱，让生活更富足，让养老更有保障。

### 愿望关键词：

奉  
献

71岁的宋桂华人称“笑姐”，是青岛笑姐志愿者公益发展中心创办人。2005年，她怀揣“想要为残疾人做些什么”的朴实愿望，组建了笑姐爱心助残团队。17年来，她始终初心未改，即便如今已71岁，却仍奋斗在志愿助残的第一线。

“团队志愿者是低收入人群，生活压力要在奉献爱心中获取快乐，释放压力。所以，要求加入的志愿者要爱笑会笑。”笑姐这样解释团队名字的由来。

据笑姐所言，她在爱心助残团

队做得最有代表性的项目是“量体选衣”。据笑姐介绍，“量体选衣”就是将城市居民不穿不用的闲置衣物，根据农村贫困家庭成员的性别、年龄、身高、体重，一件件精挑细选，量体选衣，打包装箱，再面对面送到农村贫困家庭，孤寡老人手中。这一行动看似简单，实则要花费极大的人力物力。在实践过程中，志愿者要格外注重细节，比如孤寡老人多配纯棉内衣及保暖性能好的衣服，衣服尺寸要宽松；肢残人不配鞋。“既然要做慈善就应当把它做

好，要真正照顾到残疾人的需求，对他们表现出足够的尊重。”

“新的一年也是新的起点，我希望我和我的团队都能继续保持初心，继续坚持好现在的项目，让更多的困难群体感受到来自社会大家庭的温暖。公益事业没有止境，做得越多越好，奉献也让我们收获无尽的快乐。虽然我现在年纪有些大了，但只要我还有余力，就会一直在公益的道路上奋斗下去。”面对新的一年，笑姐的话语中满是激情与期待。