



“冻龄女神”玩转“潮”生活

3·8妇女节



周静

女性退休后,怎样开启新生活?在小区里晨练,在景点挥着丝巾拍照,还是在家里享天伦之乐?如果你对她们的印象还停留在这些上,那就过时了。

一年一度的国际劳动妇女节到了,本报采访了几位具有代表性的“冻龄女神”,让我们一起来好好感受一下她们的“新潮”养老生活。

王丽珊:出演短视频当明星

“我虽然一把年纪了,但依然有自己的热爱与追求。”说这句话时,今年72岁的王丽珊满怀信心。

2021年王丽珊初次接触短视频拍摄,“当时电视台有个广告片拍摄,他们招募出演婆婆角色的演员,还是朋友推荐我去的。”王丽珊说。虽然年轻时王丽珊是独唱演员,但毕竟好多年都没有表演,心里还是有些忐忑。“演戏是我很喜爱的事,但我不敢想象现在露出皱纹出演老太太的模样。”

王丽珊说,当天拍摄非常顺利,导演直说找对了人。从那之后,王丽珊就成了他们的“老太太专业户”,现已参演了近20部短视频,成为短视频

圈儿里最为抢手的“老演员”之一,虽然是公益出演,但王丽珊乐此不疲。“年轻人能玩的我们老年人也能玩。”王丽珊笑着说道。

刘晓蓉:骑上摩托去驰骋

短头发、高个子,说起话来快人快语……初见刘晓蓉,会为她的“年轻”而惊讶。

刘晓蓉1968年出生于北京,年轻时曾是专业高尔夫球运动员的她,在1997年被青岛聘来当教练,从此就在这座城市扎了根。“在这里,认识了我老公,成了标准的青岛媳妇。”刘晓蓉笑着说道。

后来,尽管因为要帮着丈夫操持生意,刘晓蓉放弃了教练的工作,但她是个闲不住的人,骨子里的精气神让她热衷于一切运动的项目。“健身、钓鱼、打台球我都

喜欢,尤其是前两年重拾起了摩托车,我喜欢追风,那种驰骋在路上的感觉特别爽。”

去年,为了“持证”合法上路,刘晓蓉报名了驾校,成了班里年纪最大的女性。“我可没觉得自己老,因为年轻时有过在国外驾驶摩托车的经验,所以很快拿了证,接着就买了车。”刘晓蓉告诉记者,自从有了摩托车,她经常会在海边、在崂山、在空旷的场地上骑行,对自己的骑行技术也是越来越自信。“有时换上装备,骑车在路上,我觉得周围所有的目光都在注视着我。骑摩托车和开车不一样,骑车的视野更开阔,与自然也更加亲近。”

刘晓蓉的爱好也得到了老公的支持,平时两个人经常一起骑行、一起健身,活出了这个年龄不一样的潇洒。刘晓蓉告诉记者,等过些日子,她准备换辆配置更高的摩托车;等不远的将来,她还计划和老公一起,开着房车去看世界,“最好的风景就在路上,以前没做的都过去了,现在想做的就要去行动。”

周静:用无人机去拍美景

51岁的周静从去年开始接触无人机,现在练手的是一部迷你航拍机,也是她买的第一部航拍机,“刚开始玩都是提心吊胆的,买个迷你机先练练手。”周静笑着说道。当记者问她为什么想要玩无人机时,她说:“我不是为了图新鲜而学的,我更想用这种全新的拍

摄视角把生活中的美拍出大片的感觉。”

周静喜欢旅游,疫情前去尼泊尔旅游时尝试了滑翔伞,“我喜欢那种天空飞翔的感觉。”周静说以后有机会还想尝试下高空跳伞,但近期更想去呼伦贝尔大草原,“今年打算入手一款大疆无人机,我现在都能想象得出来,手持遥控器,不断地推动着按钮,无人机在大草原上空一会旋转,一会定格,一会高高升起,一会又来个低空飞行,把呼伦贝尔大草原那种广阔通过航拍体现出来。”

记者 岚硕 许瑶



刘晓蓉



王丽珊(左)周静

国务院机构改革方案提请审议

全国老龄办改设在民政部

本报北京讯 3月7日,十四届全国人大一次会议第二次全体会议,听取关于国务院机构改革方案的说明。根据国务院关于提请审议国务院机构改革方案的议案,完善老龄工作体制。实施积极应对人口老龄化国家战略,推动实现全体老年人享有基本养老服务,将国家卫生健康委员会的组织拟订并协调落实应对人口老龄化政策措施、承担全国老龄工作委员会的具体工作等职责划入民政部。全国老龄工作委员会办公室改设在民政部,强化其综合协调、督促指导、组织推进老龄事业发展职责。

中国老龄协会改由民政部代管。(央视)

患者住院15天必须出院?

国家医保局:对参保患者住院天数无限制性政策

本报讯 针对部分医院存在为了提高病床周转率,规定患者15天必须出院等问题。近日,国家医保局表示,该局和各级医保部门对参保患者住院天数无限制性政策,享受医保待遇也与患者住院天数没有关系。

国家医保局表示,各地医保普遍采取分段阶梯式报销,费用越高,大病保险报销比例越高。同时,各地普遍将大病患者年度内发生的政策范围内住院、门诊大额医疗费用累计计算,再按政策规定计算报销金额。为有效减轻困难群众医疗费用负担,大病保险对符合规定的特困人员、低保对象等予以倾斜支付,即较普通人群起付线降低一半、报销比例提高5个百分点,不设封顶线。

下一步,国家医保局将联合有关部门,加强监督考核,并继续深入推进总额预算下的多元复合支付方式改革,将参保人“救命钱”用实用好。(柴嵘)



本报讯 3月7日,青岛市市南区委老干部局、市南区老干部协会共同举办了“绽放时代芳华 致敬巾帼力量”庆“三八”妇女节花艺插花活动。本次活动包括银龄大讲堂插花讲座和插花DIY体验两部分。老干部们收获了插花技能,感受到了插花艺术的魅力,同时陶冶了情操,充分展现了女性风采。(记者 张磊)

诚邀“岛城腰、腿痛老年朋友参加”

【诚信月】乐康中医院

爱心义诊

腰腿痛是困扰很多老年朋友的一大顽疾,为了帮助老年朋友减轻病痛,乐康中医院将举行爱心义诊。

义诊期间,乐康中医院专家将采用多种中医疗法,对饱受腰、腿痛困扰且久治不愈的患者免费进行诊断和治疗。

◆义诊时间:3月11日-3月12日 ◆
◆地点:青岛市南区仙居路10号(宁夏路大润发旁) ◆
◆咨询电话:0532-85778566 ◆

鲁中医广(2023)第0222-013-571296