



执着阅读 品质养老 老年人“占领”图书馆

3月22日一早,离正式开馆还有一段
时间,王纪民便来到延吉路上的青岛市图
书馆。每周来这里打卡,度过一段属于自
己的“阅读时间”,是王纪民生活中不
可缺少的一部分。

随着老龄化进程的加快和品
质养老需求的增加,越来越多的老
人像王纪民一样走进图书馆,用不
知疲倦的阅读来丰富自己的养老
生活,成为公共阅读的主力军。



高建国

1 “文字操作工” 手机做笔记

王纪民出生于1955年,如今68岁的他,依然对
读书看报充满着热爱与执着。“上学时就喜欢读书看
报,看不懂也要看。”王纪民告诉记者,退休后,有了
更多的业余时间,那些书籍报刊就像有生命力的花草
树木一样吸引着他,让他一头扎了进去。

过去,碰到有用的信息他都会做笔记,但记录的
内容有限。现在,一部手机就成了他的可移动
“电脑”,为他节约下了更多的时间。“碰到好的内容
我直接就会拍下来,有时当场就能编辑,有时回家
把素材整理出来,形成文字。”王纪民告诉记者,每
天他都会发一些原创内容在自己的朋友圈里,他给
自己起的网名叫“文字操作工”。

不断的阅读和写作,让他水平不断提升。这
些年,王纪民已经在全国500

余家报刊发表文章1000余
篇,共200余万字。“读书读
报是我生活当中不可分开
的一部分,我的生活必须要
读书。不管多大年纪,我
都要学习知识,要跟上这
个时代的节奏。”

2 享受纸质书 家风传后人

这两天,高建国将借
阅的书籍还回了图书馆,又
重新挑选了一批新的书籍
拿回了家。这些年,从两
本到五本,再到现如今的
十本,能一次性借阅的书籍
数量是越来越多,这让高
建国特别高兴。“看着书
让我有种亲切的感觉,一
时不看就像缺了点什么。”

“读书的影响是潜
移默化的,通过读书,让
我有一个正确的价值观,
自己能正确地辨别是非,
和朋友交流起来也可以
带给人正能量。”高建
国说,自己读书的种类
比较杂,科技、医学、
历史、小说、名人传记
都喜欢,“很喜欢莫言
的书,他的一些代表作

完 让人很受启发。”

受高建国的影响,儿
子和孙子从小都与书为
伴,也养成了阅读的习惯。
“孙子从会坐时,我们
就会扔给他一本书,直
到现在,他家里的书籍
带有上千本,他最喜欢
关于历史的书,和我交
流起来俨然已是一个小
大人。”说起孙子,高
建国满是骄傲。

高建国告诉记者,虽
然现在有很多读书app,
报刊也有电子刊,但
他更喜欢纸质书,“从
小养成的习惯吧,纸质
书带来的快乐和满足
是其他所不能比的。”

3 让知识的光 照亮前行路

“老年读者占了报
刊读者比例的绝大多
数,一般一早来的都是
老年读者。”青岛市
图书馆流通部副主任
丁汝青说。据了解,
市图书馆在报刊阅
览室一侧开辟了老
年阅览专区,陈列
的是老年人关注
度最高的80种期
刊。“这些

年我们有了一大批忠
实读者,最大的已有
90岁高龄,他们读
书跟上班一样准
时。”丁汝青说。

“腹有诗书气自
华。”本报特约评
论员、青岛市社
科院研究员刘同
昌认为,全民读
书,终身学习的
时代已经到来。
老年人的学习
没有了功利性,
更加自觉而主
动,老年人走
进图书馆,在
宁静中感受
知识之光,是
一件十分惬
意的事情。

不过,在刘同昌看来,
在老年人学习读书的热
潮中,仍然有一些值得
改善的地方,例如可
启动流动图书馆,加
强社区阅览室建设,
举办多种讲座、辅
导班,接通高校、
新华书店、教育机
构等资源共享,开
设读书交流平台
增加老年人的兴
趣。“全社会的
关注与帮助,应
该是老龄化社
会文化建设
的重要内容。
在高质量发
展中,为‘活
到老学到老’
营造良好氛
围,让知识
的光融入老
年人的多
彩生活。” 记者 许瑶

马英九 开启登陆祭祖之旅

本报上海讯 3月27日
下午,中国国民党前主席马英
九率团抵达上海,并赴南京。
据了解,马英九此次来大陆祭
祖、参访,并带领台湾青年学
生前来交流,将到访南京、武
汉、长沙、重庆、上海等地。



和平奮鬥 中華興振

马英九28日拜谒南京
中山陵,题写“和平奮鬥 振
興中華”。 新华社发

这也是1949年以来台湾
地区卸任领导人首次登陆。
马英九出发前发表简短谈
话。他表示,这是他第一次
到大陆访问,“事实上在我
37岁时,在政府里就负责
处理两岸事务,我今年73
岁,等了36年才有机会到
大陆访问,的确是久了一
点,但我很高兴能去”。
马英九强调,除了祭祖
外,此行也带了台湾大
学生去大陆交流,希望
通过年轻人的热情、互
动,改善两岸目前氛
围,让和平能够更快
更早期到来,“很高兴
能够进行这次访问”。

有一种说法认为,马英
九的先祖可以追溯到
东汉名将、伏波将军
马援。马英九本人曾
表示,马援马姓的源
头是战国名将赵奢。
赵奢因作战勇敢,被
赵王封为“马服君”,
当时的族人觉得荣
幸而改姓马。马英
九基金会执行长
萧旭岑表示,基于
中华文化慎终追
远的传统,应该让
马英九去祭祖尽
孝道。(吴薇)

99.8%老人立遗嘱选“防儿媳女婿”条款

根据中华遗嘱库的最新数据,全
国60岁以上人群中,99.8%的老
人在定遗嘱时会选“防儿媳女
婿”条款。

女儿婚事近 老人立遗嘱

74岁的马女士今年2月份刚
立好了遗嘱,在遗嘱里,她把
自己名下的一套房子给了女
儿,并且明确表示“不属于
夫妻共同财产”。

“这就是我来立遗嘱的主要
目的,就是让这套房子能
作为女儿的婚前财产,并且
以后也只能她一个人来
继承。”原来,马女士从
新闻里得知,即使女儿是
自己的独生子女,也有可能
没办法完全继承自己的房
子。

99.8%选“防儿媳女婿”条款

日前发布的中华遗嘱库白皮
书中的数据显示,60岁-70
岁老年人成为订立遗嘱的
“主力军”,而在60岁以
上老人当中,99.8%的人
会像马女士一样,选择遗
嘱范本中的“防儿媳女
婿”条款,只有0.2%的老
人没有选择“防儿媳女
婿”条款。

常年接待立遗嘱老人的黄
海波介绍,“0.2%这个数
字看上去很小,但相比以
前已提升了不少。”黄
海波说,这些年接待前
来立遗嘱的老人,能明
显感受到公婆和儿媳关
系、岳父岳母和女婿
关系更好了。

吴琼

关爱行动——

青岛乐康中医院 “腿部健康公益行活动”启动

生活中很多中老年人
都受到腿部疾病的困
扰,尤其是“静脉曲张”
等疾病已经影响了中
老年朋友的正常生活。

青岛乐康中医院本着
“服务社会、关爱老
人”的理念,开展“腿
部健康公益行”活动,
为受到腿部健康影响
的中老年朋友进行咨
询并义诊。

如果您正受到腿部疾
病影响,可以打电话
进行咨询。即日起,
到青岛乐康中医院就
诊可免专家挂号费、
咨询费、B超费。

- ◆ 活动地点: 青岛市市南区仙居路10号(宁夏路大润发旁) ◆
- ◆ 活动时间: 3月29日-4月15日 ◆
- ◆ 咨询电话: 0532-85778566 ◆