



一辈子燃烧自己照亮别人 逝世后又无私地捐赠遗体

69岁徐小丽:生前身后都是“老师”

女儿强忍悲痛帮母亲完成遗愿



本报讯 生命的结束不一定是终点,也可以是一幕幕感动人心的起点。4月14日,69岁的徐小丽因病医治无效去世。当她得知自己的病情难以治愈时,主动与有关单位取得联系,表示去世后愿意捐献遗体给有关机构从事医学科学研究。徐小丽

去世后,她的女儿遵照母亲的生前遗愿,强忍悲痛代为办理了有关事宜,完成了母亲生前的遗愿。

徐小丽一生酷爱舞蹈艺术。她从青岛市黄岛油库幼儿教师的岗位退休后,开启了老年大学舞蹈之路,一路走来,徐小丽由学员到教师,再到西海岸新区老年体协舞蹈委员会副主任兼教练,获得西海岸新区老年大学辛安分校“最佳教师”的称号,2006年又以优美出众的拉丁舞《斗牛》参加青岛电视台大型品牌电视栏目“魅力青岛·魅力大妈”大赛并荣获六强佳绩。

6年前徐小丽被确诊为癌症,经医治病情基本稳定后,主动到新区老年体协辅导学员舞蹈艺术。防范新冠肺炎期间,徐小丽因病情复发再次住院治疗。她在患病住院期间,得到了家人和单位领导的关爱。她的女儿毅然辞去公职,昼夜精心陪护。有段时间,徐小丽因化疗后脱发而谢绝亲友探望,她的学员特意为她编织了帽子、围巾,新区老年体协领导专程送到她的病榻前。徐小丽十分感激,赶紧请女儿帮她穿戴整齐,为她拍摄了人生的绝照,满足了她的爱美之心。

(通讯员 吕振西 记者 臧硕)

笑容挂脸上、服务记心间的“网格书记”王俊——200户居民何时在家她都记得清清楚楚

4月22日,在青岛市北区海岸馨园中心花园,一场“欢庆五一·党群同乐”文艺活动吸引了人们围观。社区居民载歌载舞,其乐融融。这场演出的组织者,是海岸路社区海岸馨园网格总书记王俊。

“你今天表演真棒,尤其琵琶弹奏那段,什么时间上课,我也想去学习……”演出结束后,王俊对一位参演的居民说。半个月前,以王俊为首的海岸馨园6名网格书记开始策划这场活动。没有华丽的舞台,她们就选在小区中心花园;没有豪华的音响,第3网格书记辛可高现场手风琴伴奏;没有大屏幕,网格书记们就去小区旁边的中学借来大红旗自己布置场地……王俊笑着说,“即将迎来疫情放开第一个五一,举办这个活

动就是为了让小区居民乐呵乐呵,丰富一下大家的精神生活。”

提起王俊,在青岛市市北区海岸馨园小区,可谓家喻户晓。今年60岁的王俊她性格爽朗,笑容天天挂在脸上,每天穿梭于小区内,邻居们见到她都愿意跟她拉拉家常。尤其让居民佩服的是她的工作干劲。最近,小区正在搞社区居民服务问卷调查,同时担任楼组长的王俊负责约200户居民家的信息收集,每一户的居家时间王俊心里都有数。“王阿姨考虑到我们白天上班,有一些通知都是晚上告知我们的。”邻居赵先生说道。

作为一名25岁就入党的老党员,王俊一直冲锋在



前,不过,用她的话说,“累并快乐着,每天很忙碌,但我很充实!”

在发挥余热的时候,王俊更是小区居民里老有所学的榜样。“我们老年人现在经济跟时间都充裕了,把这些老年人联络起来组织学习,把年轻时没机会学的现在都补回来。”王俊笑着说,“前段时间我刚买了电吹管,下一步打算系统学习一下。” 记者 臧硕

嘹亮歌声颂“华彩人生”

青岛华彩艺术团10周年汇演举行



本报讯 时光不改初心,让世界充满爱。日前,青岛华彩艺术团举行成立10周年文艺演出,全体成员用一个个精彩节目为艺术团“庆生”,并期待着下一个更加美丽的十年。

“唱支山歌给党听,我把党来比母亲,母亲只生了我的身,党的光辉照我心……”在艺术团10周年文艺演出中,合唱团成员齐唱《唱支山歌给党听》,拉开了汇演帷幕。随后,器乐合奏、歌舞、朗诵、独唱等17个节目轮番上场,有的气势磅礴、有的细腻婉约、有的余韵悠长,展现了大家健康、文明、积极向上的精神面貌。

今年72岁的徐和盛是艺术团的团长,也是这个团的灵魂。“当时我们几个有共同爱好的朋友经常在社区里练歌,以自娱自乐为主,有时即兴演出,想不到引来围观居民真诚的掌声和鼓励的喝彩,加上街道和社区特别重视,我们索性就成立了一个艺术团。”徐和盛介绍,艺术团成员共同的特点是都痴迷于歌唱艺术,为此不遗余力,且素质都很高。目前全团有80余人,有合唱团、管乐队、舞蹈队和京剧队,平均年龄65岁。

“年轻的时候我就特别喜欢文艺,退休后有了闲暇的时间,一次偶然的机会接触到了华彩艺术团,于是就加入进来,在这里愉悦了身心,交到了很多朋友。”今年70岁的矫仲美,是艺术团的“元老”,她见证了华彩艺术团的成长与壮大。

演出现场,一曲《军人本色》唱出了军人的气质,唱出了军人的雄心壮志。今年65岁的宋家民有一段从军经历,加入艺术团后他组建了一支军歌队,主要是退伍军人和军嫂组成,已经成为艺术团的特色队。

每逢国家法定节日,华彩艺术团都会在中山公园等处举行义务演出,一次次面对广大观众的演练,使团员们得到了更为切身的艺术体验。未来,他们还将继续奉献社会,用歌声演绎华彩人生。

(记者 张磊)



扫码扫码可观看视频

老年人为什么需要适当补充叶黄素

日常生活中,我们需要多吃一些含有叶黄素丰富的食物,比如说甘蓝、菠菜、卷心菜、绿豆、蓝莓、芒果和木瓜,因为这些食物中含有大量的叶黄素,可以保护人体的眼睛,防止视力衰减。老年人更应该注意叶黄素的补充,能够预防老年眼部病变。

许多老年朋友眼部不适都与缺叶黄素有关,及时补充叶黄素,能保护眼睛不受到破坏,同时滋润双眼,



0532-80632815 400-6179-028

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)

乘车路线: 125.206.218.220.25.32到延安三路南九水路下车即到; 225.232.314.125.206.218.220.25.32.104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁; 地铁2号线芝泉路B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

放心可信,食用方便,吸收好,每天一片,关爱男士生活!

人参鹿鞭片

99加1元

吃一年

好消息! 高含量人参鹿鞭片,打进热线可参加99元加1元吃一年特大活动,每天仅限前50名!

感恩回馈,限时限购,超值钜惠

随着年龄增大,中老年朋友平时补充营养尤为重要,日常膳食中很难补充一些营养成分。高品质人参鹿茸片自上市以来深受广大男士朋友的青睐,是当下老年朋友的优选。

高含量人参鹿鞭片,选用人参、山药、鹿鞭、桑葚、茯苓、黄精等六味天然食材,经过高科技萃取,保证每天精力充沛。鹏仁人参鹿鞭片,祝您精力旺,身体壮,

生活品质高,幸福有力量。

超值钜惠,99加1元吃一年

为感谢广大读者的信赖与支持,特举办“鹏仁人参鹿鞭片特卖惠民活动”,全国读者打进热线可参加**99元加1元吃一年活动**,活动仅限7天,还望广大读者朋友抓紧时间报名申购,领完为止。

(本品不能代替药物)

抢购电话 400-1186-888

99加1元吃一年