



老年生活报

全国助老服务热线  
0532-66610000

## “冻龄”女神宋任： 活出优雅 做“青春的主人”

一步一摇展优雅，一颦一笑显自信。在青岛市老年活动中心时装模特班，伴随着时尚优雅的音乐，中老年学员们正在练习时装步态。稍停、摆pose、优雅转身……举手投足间皆是赏心悦目。队伍中间，一袭粉色连衣裙，身材高挑曼妙，发型端庄大气，举手投足间尽显优雅气质的老师。名叫宋任，是一位资深模特老师，她用自信与活力书写不老青春，用真诚与热情向学员们传递美与快乐。



### 1 钟情于旗袍 果断弃商从艺

今年58岁的宋任，是一名地道的青岛人，虽然已近花甲之年，但容貌依旧年轻，被誉为“冻龄”女神。她钟情旗袍，痴迷走秀，喜欢身着旗袍展现优雅身韵和气质，“我对生活充满期待，一切美好，皆我所爱。”宋任说，以前看过一部电影叫《花样年华》，当时就被张曼玉风姿摇曳的旗袍吸引，那时候她就有了专门从事旗袍研究和表演培训的想法。

当时的宋任自己还经营着一家公司，但因为所有的精力和热情都放在了旗袍上，后来索性关掉了公司，全身心地投入到了旗袍表演上。

由于年轻时做过模特，加上优越的身体条件，很快宋任在业界取得了不少殊荣，得到了国内外很多著名专家的认可。

### 2 从事教学 带动越来越多的人

都说模特是一个青春行业，但宋任却不被岁月主宰，依然要做“青春的主人”。她凭借努力和天分努力实现华丽转身，从2017中国旗袍人最高奖牡丹奖到2018“魅力中国华韵东方”全国超级模特大赛模特表演特等奖，再到2019中国旗袍非物质文化遗产特殊贡献奖，她努力的脚步一直没有停歇。此后被第五届体育舞蹈旗袍模特全国锦标赛授予综合舞种评委、被中国旗袍艺术协会授予高级人才、被第七届中国国际舞蹈艺术节授予旗袍模特国家一级评委。

荣誉的背后是她的坚持和执着，“艺术之路不容易，年龄并不能阻挠我们追求人生梦想，只要对艺术充满热爱，并且勇敢地面对困难和挑战，就一定能够实现自己的梦想。”宋任说。

这些年，宋任一直从事老年教育，努力将自己专业模特的所学所悟传授给中老年朋友们，鼓励大家坚持把每个动作做到位，用“猫步”演绎出自己的“夕阳红”。

### 3 内心的美 才是真的美

“生活就像一幅美妙的画卷，充满艺术的气息，用艺术的眼光去感受和表达，是我创作的灵感来源之一。”宋任说，模特需要具备良好的气质和自信心；需要了解服装设计师的意图和风格，通过自身的表演能力将服装展现得淋漓尽致；还需要具备良好的素质，通过优雅的姿态将服装演绎出最美效果。

“由内而外的美，才是真的美。当你去做一项美的事业，连自己都会觉得美，会让你的生活年轻态。”宋任每次被问及“冻龄”女神的秘诀，她总是这样回答。

镁光灯下，宋任正带领着学员们朝快乐出发……

记者 张磊 温雁清

## 山东60岁及以上老年人口2250万 占全省常住人口的22.1%，进入中度老龄化

**本报讯** 从7月28日召开的山东省政府新闻办举行新闻发布会获悉，自2018年2月被国家确定为全国首个医养结合示范省创建省份以来，全省已有1364万65岁及以上老年人接受医养结合服务，占比超80%。

据介绍，山东省老年人口呈现总量大、占比高、增长快的特点。截至2022年

底，山东省60岁及以上老年人2250万、占全省常住人口的22.1%，其中65岁及以上老年人1699万、占16.7%，是全国首批进入中度老龄化的省份。山东在医养结合领域，以示范先行的姿态向前迈进，取得两个“全国第一”。

截至目前，全省两证齐全的医养结合机构962家，占全国12%以上，机构数量

居全国第一。示范省创建以来，全省两证齐全医养结合机构增幅186.31%。已有12个市纳入居民长期护理保险试点范围。目前，全省长期护理保险参保人数达到4112万人，位居全国第一。

除此之外，医养健康产业的发展取得显著成效，初步构建起全生命周期、全产业链的健康服务体系，医养

健康产业对经济社会发展支撑带动作用明显。2022年，全省医养健康产业增加值超过5600亿元，名义增速超过7%，占GDP比重超过6%。全省医养健康产业“雁阵形”集群达到15个，2022年集群营业收入突破5400亿元。医养健康产业全面带动了健康养老服务发展，有力助推了医养结合示范省创建。（李丽）

智慧课堂(140)

### 网购如何货比三家

使用手机淘宝购物可以货比三家，8月2日(星期三)，本报智慧课堂将为您讲解网购搜索物美价廉商品的流程步骤。

扫码加入智慧课堂群聊，学习更多智能手机知识。

