

老年生活报



老年生活报

全国助老服务热线
0532-66610000

宁夏婆婆闯青岛 给儿媳当模特美出圈



赵若婉和胡彩霞(右)



最近,60岁的胡彩霞非常开心,她的儿媳赵若婉送给她一份特殊礼物——汉服写真。胡彩霞穿着一套明制汉服,立于荷花池畔,一张张写真照片记录下她温婉的倩影。

胡彩霞来自宁夏回族自治区盐池县,因为儿子儿媳在青岛工作安家,5年前她来到青岛。在这里,她过得有滋有味。



扫码观看
更多精彩



儿媳事业的一种支持。”

胡彩霞告诉记者,“人就要热爱生活。热爱生活的方式有很多种,比如你喜欢扭秧歌,喜欢唱歌,你喜欢什么你就去尝试什么,不要总觉得自己老了就不行了,其实只要勇于尝试,没有什么是不可以的。你学得越多,生活就越充实,我现在觉得自己越活越年轻。”

仅是文化的传承,更是民族自信心的体现。许多像我儿媳妇一样的年轻人特别喜欢古代文化,体验古代服饰的魅力,我觉得老年朋友们也可以体验其中的美和韵味。”

汉服写真拍好后,胡彩霞将作品发到了自己的朋友圈和抖音平台上,赢得众多亲友以及网友点赞,“夸得我‘脑袋发晕’,觉得自己仿佛年轻了许多。汉服写真是一份非常有创意、有文化底蕴、适合中国妈妈的礼物。”

这次经历也让胡彩霞打开了眼界:自己喜欢汉服,肯定也有和自己一样的老年朋友喜欢。“我来做模特可以吸引同龄人,也是对

有新招 新时代婆媳这样处

么心结,有话就直说。“我从宁夏来,生活习惯与山东的不太一样,于是,我告诉儿媳,要是觉得我有什么地方做得不好,就直接告诉我,我以后注意。家,本来就是谈恋爱的地方。家和万事兴,只有家庭和睦了,年轻人才有动力出去打拼。”

赵若婉则直言,用年轻人的话说,自己的婆婆是个“神仙婆婆”。她之所以能和婆婆相处得很融

洽,是因为婆婆是个特别能够学习和接受新鲜事物的人,“我们两个人一起学化妆之后,我的汉服造型和化妆都是婆婆来给我弄。我喜欢汉服,她非常支持我,而且跟着我一起喜欢上汉服。她从不会觉得我是在不务正业,反而觉得追随年轻人的脚步,非常有趣。”

记者 崔佳佳
实习生 曹心越

山东出台措施加快
银发经济发展
2025年底前
实现长护险全覆盖

本报济南讯 近日,山东省发展改革委、省工业和信息化厅、省民政厅、省卫生健康委、省医保局联合印发《加快银发经济发展增进老年人福祉的若干措施》(以下简称《若干措施》),提出22项具体措施。

优化养老服务供给。围绕推进适老化改造、扩大老年助餐服务、拓展居家助老服务、优化老年健康服务、完善养老照护服务、丰富老年文体服务、提升农村养老服务等老年人急需的七方面高频服务,分别提出操作性强的解决方案。比如,2025年底前,实现居民长期护理保险全覆盖。2025年底力争全省50%以上的设区市设立1所市级公立老年病医院。

围绕扩容银发产业规模,山东省将建立老年用品产业标准体系,加大康复护理、康复辅助等产品研发推广力度。

聚焦提升产业发展效能,《若干措施》提出要培育壮大经营主体,推进银发经济市场主体向专业化、产业化、连锁化、集团化方向迈进。(陈晓婉)

民政部:
优化养老服务供给

本报讯 在日前举行的国务院新闻办公室新闻发布会上,民政部有关负责人表示,将重点抓好四个方面工作,加大养老服务供给,提升服务质量,促进养老服务消费。

负责人表示,将进一步优化居家、社区、机构养老服务供给,推动助餐、助浴、助医、助洁、助行、助急和探访关爱等服务发展,开展居家适老化改造,建设家庭养老床位;加强乡镇(街道)区域养老服务综合体、社区嵌入式养老服务机构建设,畅通区域内养老服务供需渠道,构建“一刻钟”养老服务消费圈,运用智能技术为老年人提供更加精准的服务。(岳群)

追逐美 学瑜伽、化妆不输年轻人

胡彩霞从当地文化馆退休,她一直从事群众文化辅导工作。2019年,她从宁夏来到青岛定居养老,“青岛是一个非常美丽、友好的城市,不仅气候适宜,而且我在这里也结识了一些热爱文艺的新朋友”。

在青岛,胡彩霞报名参加了瑜伽教练班和化妆师班的培训,其中化妆师班是和儿媳一起参加的。胡彩霞告诉记者,她当时想的是,学会这些本领,如果回老家,可以再创业,开个瑜伽馆或者化妆工作室,不仅把自己打扮漂亮,也能够帮助别人变美。“在瑜伽班里面,我是年龄最大的学员,但是学得却比年轻人要好。毕业那天,瑜伽老师把她母亲带来,让她向我学习,我没想到自己成了同龄人的榜样。学习化妆则是因为年轻的时候就喜欢,到现在仍有一颗爱美之心。生活就是这样,你爱它,它就会爱你。”

胡彩霞还分享了化妆心得:老年人最常见的问题是脸上有老年斑,可以通过少量多次涂抹遮瑕膏来遮盖;老年人面部肌肉下垂,可以用扫阴影来达到视觉上提拉的效果……

赵若婉是一名汉服爱好者,平日里也经常穿着汉服,今年,她把自己的热爱变成了事业。看到婆婆帮忙照顾孩子非常辛苦,她和老公便商量着送给婆婆一份特别的礼物。“我婆婆平时非常喜欢拍照,以前我们经常带她出去拍一些写真,比如舞蹈、旗袍、时装、马面裙等。今年,我们自己开了汉服体验馆,婆婆非常感兴趣,恰逢今年夏天荷花系列摄影非常火,我们就带着婆婆去拍了汉服荷花写真,作为礼物送给她。”

收到儿媳的礼物,胡彩霞非常满意。“如今传统文化复兴,汉服文化不

断有“松弛感”,完全不是传统意义上的婆媳关系。一个“60后婆婆”和一个“90后儿媳”如何相处呢?面对记者的问题,胡彩霞笑着说:“我们既是婆媳又是闺蜜。”

胡彩霞说,婆媳关系确实是一种非常微妙的关系,现在很多婆媳关系不和的原因就是缺乏沟通。但是她和儿媳之间没有什