



## 高龄、失能人群在家就能“住院” 家庭病床服务指南来了！

4.5版



### “网”动银发舞 逐梦“蓝天杯”

5月12日,由青岛市体育局、青岛市体育总会主办,青岛市体育事业发展中心、青岛市老年网球协会承办的2026第42届青岛“博宁福田·蓝天杯”老年网球邀请赛在青岛汇泉网球场盛大开赛。全国各地十余支代表队领队出席开幕式,各地老年网球爱好者齐聚青岛。“蓝天杯”老年网球邀请赛已走过42载春秋。收获了全国各地老年网球组织和球友的热情支持与积极参与,先后有300多个城市和地区的6000多人次奔赴青岛,以球会友、切磋技艺,让老年网球运动的活力在青岛持续绽放。

记者 安娜

## “荣军乐学·银龄生辉”品牌荣获国家双认定

青岛市军休活动中心创新军休老年教育与终身学习融合发展模式

2版

健康

做好8件事  
守护心血管

3版

文化

八旬梁金华  
登台传非遗

6版

文史

中美经贸史  
双赢是主流

7版



扫码听报纸