



岁月从不败美人!

96岁温州奶奶要甩掉“老气”

人物名片

吴碎菊,96岁,温州乐清人
长寿秘籍
精致生活,甩掉“老气”。

前,她总是认认真真,一丝不苟。拿起梳子,一遍又一遍,将花白的头发梳得整整齐齐,纹丝不乱。衣服必须穿得妥帖熨帖,领子翻好,扣子扣齐,整个人收拾得清清爽爽、利利索索,才肯迈出房门。

爱美,更爱生活。收拾妥当后,吴奶奶会去院子里晒晒太阳,活动活动筋骨。甩甩手,抖抖腿,动作舒缓,但贵在坚持,从没落下过一天。

更让人啧啧称奇的,是吴奶奶那双“火眼金睛”。锻炼归来,坐在窗边,她竟能气定神闲地穿针引线。只见她微微眯眼,手稳稳当地将细细的线头穿过比米粒还小的针眼,一气呵成。这一幕,常常看呆周围的老伙伴们,大家纷

纷自愧不如:“我们年轻时候,眼睛也没这么好使!”

有人好奇地向吴奶奶请教保养身体的秘诀。她总是笑眯眯地说:“哪有什么秘诀哟,就是把日子过仔细点、精致点,把‘老气’甩掉。”

陈洁副院长在旁边补充了一句:“吴奶奶心态好,爱干净,爱活动,日子过得讲究,身体自然就好。现在她还拍短视频玩,跟老伙伴们有说有笑,日子过得可有滋味了。”

如今在养老院,吴奶奶不仅自己坚持锻炼,还带动了不少老伙伴加入。大家都说,跟着吴奶奶动一动,浑身都舒坦。



扫码看视频

杭州市

深化校银合作

本报讯(通讯员 章蔚怡)近日,杭州市军休大学迎来新学期开学日。迎新现场,军休大学与南京银行还为学员送上“鑫光汇·戎护荣光”勤学礼包。杭州市军休大学与南京银行开展合作,将联合打造以“金融康养”为主题的精品课程,课程计划于3月中下旬正式推出。此外,学校还向2025年秋季班表现优秀的学员颁发“全勤证书”。

椒江区

召开老干部学习会

本报讯(通讯员 赵韞颖)3月13日上午,台州市椒江区海门街道召开老干部学习会。本次学习会打破单一理论灌输模式,创新采用“理论学习+健康课堂”双融合形式。学习会伊始,街道组织老干部们集中学习党的最新理论成果,引导老干部们坚定理想信念。在“健康课堂”环节,区政协常委、区健康管理委员工作室召集人吴一波围绕老年人普遍关注的健康问题,带来一场专题讲座。

绍兴市

老年大学开办分校

本报讯(通讯员 高王忠)3月16日上午,绍兴市老年大学台州银行分校正式开学。据悉,今年省政府民生实事工程包括扩充老年大学学位资源、增设老年教育新型课程等内容。绍兴市委老干部局寒假期间已完成市老年大学本部7个新开班298个学位招生,同步启动市老年大学台州银行分校、瑞丰银行分校、浙商银行绍兴分行分校等3所分校建设,共10门热门课程、332个学位面向社会招生,3月16日起陆续开学。

春晚东风劲吹

义乌银发经济“热辣滚烫”



佛堂古镇夜景 义乌市委老干部局供图

本报讯(记者 包勇 通讯员 张巍 何林瑶)2026年央视春晚义乌分会场以“鸡毛换糖”的初心、“世界商都”的风采惊艳亮相,圈粉无数。春晚之后,义乌留下了什么?近日,记者从义乌市委老干部局获悉,乘着春晚这一东风,该局推出系列活动。

佛堂古镇,是马年春晚的

拍摄取景地之一。在银龄市集,义乌红糖制作技艺省级代表性传承人陈培亮向游客展示红糖制作技艺,吸引大量老年游客驻足体验。

“有客户在春晚上看到我,专门发消息来祝贺,我还收到了不少新订单。”陈培亮笑着说,如今日均销售额达2600多元,更重要的是让义乌

红糖制作技艺得到广泛传播。

依托春晚流量优势,义乌市委老干部局联合文旅局、各镇街,在春晚核心取景地设立银龄市集,搭建“非遗展示+产品销售+文化传承”平台,推动“老有所为、老有所获”。

以西门老街为例,春节期间,银龄市集入驻商户82家,涵盖非遗技艺、手工制作、特色美食等领域,累计销售额超200万元。

为了让更多人“看见”义乌、“认识”义乌,义乌市委老干部局推出“银龄视界·跟着春晚游义乌”摄影活动,以镜头为媒,引导游客走进西门老街、佛堂古镇等6个春晚取景地打卡,带动银龄消费。

截至目前,已吸引500余名老年朋友踊跃参与,带动老年群体及家属前往春晚打卡点位游览近万人次,为文旅消费增添银龄活力。