

# 养生“干货”多 老人笑容甜 康乃馨助老公益“定格”幸福瞬间

本报讯(记者 乐美真)立冬,万物始藏。在舟山市岱山县茶前山村,这个安静的海岛小村却是一派热火朝天。

11月7日,在省级文化特派员、浙报集团浙江在线新闻中心主任叶海的指导下,浙江老年报联合岱西镇茶前山村两委,共同开展“海岛敬老 三有同享”康乃馨助老公益活动,聚焦颐养伴老有所依、数字助老有所乐、产业富老有所为,通过文化赋能,助力当地老人健康养生养老、乐享生活。

上午8时30分,茶前山村文化礼堂内人头攒动。康乃馨助老公益志愿者围绕“嗑瓜子对心血管健康有益?”“如何通过非药物治疗方法缓解便秘?”两个主题,并与日常饮食、作息等生活习惯相结合,为在场老年朋友带来一场生动又不失趣味的健康讲座。

本次活动的健康讲座内容均选自“老年报健面”直播间,这也是首次将直播间内讨论度高、话题流量多的健康养生知识“搬”进乡村,“干货”满满,让更多老人共享健康生

活。

当天,创意拍照环节掀起活动高潮,志愿者们用相机定格美好,留下一张属于老人特有的创意照片。文化礼堂被“爆改”成临时摄影棚,几十位老人们排队等候,幸福满满。

本报康乃馨助老公益活动还将持续关注,展示和推广茶前山村的特色农产品,助力乡村文化资源推广。同时,借助媒体力量,带动更多社会组织、爱心人士关注茶前山村,共同为海岛老人幸福晚年生活注入公益力量。

## 老年教学“如虎添翼”



近日,台州市黄岩老年大学智能手机班的学员收到了学校赠送的好礼:《跨越数字鸿沟 智能手机操作实用指南》。教师张丹认为,此书对于开展日常的教学将起到很好指导作用,不仅解决教学难点,为下一步课程提供思路,还能让学员对照教材开展自学活动。

通讯员 张根福

## 杭州 196 万企退人员纳入社会化管理 他们能享受到哪些服务?

本报讯(记者 徐小翔)11月5日,杭州召开企业退休人员社会化管理服务20周年新闻发布会。目前,杭州196万名企业退休人员纳入社会化管理,能享受四大类服务。

第一类是服务关怀,包括住院慰问、大病慰问、丧事慰问等,如是高龄、残疾、独居等情况,还有定期联络、特殊关照。第二类是免费健康体检。

每两年开展一次,包括心电图、胸片、B超、生化指标、肿瘤标志物等共15个大项。第三类是文体活动。第四类是节日慰问。

杭州努力破除户籍地、实际居住地对享受社会化管理服务的限制,通过实行跨区之间的委托管理、退管经办机构直接管理异地户籍人员等方式,实现在杭州参保退休后,

不论户籍、居住在杭与否,也可享受到优质的属地服务。

杭州退休、户籍在杭的人员,同城范围内改变居住地,申请纳入常年居住地的属地管理,待遇和服务一样。

杭州退休、户籍在外、住在杭州人员,可享受待遇。

杭州退休、户籍在外地,退休以后不住在杭州的退休人员,可享受健康体检。

## 长三角 沪杭“打飞的”30分钟

本报讯(记者 张鑫 何冷瑶 周夏林)近日,第七届中国国际进口博览会有一款超大型载人无人机引人注目,它是来自上海御风未来航空科技有限公司的“空中出租车”。

御风未来CFO朱博言介绍,未来它的一大适用场景就是城市间通勤,从杭州飞到上海,只需要半小时。

## 开化县 文艺汇演进两山

本报讯(通讯员 郑小红)近日,开化县老年大学艺术团来到开化县两山康养服务中心,为服务中心的老人们带去慰问演出。

演出活动在腰鼓表演《欢乐腰鼓》中拉开序幕,随后,男声小组唱、藏舞、时装秀、越剧、音乐腰鼓等形式多样的节目接连上演。

在演出过程中,演员们还与老人们进行互动。他们来到老人身边,与老人们亲切交谈,送上问候。

## 青田县 有机鱼走出国门

本报讯(共享联盟·青田舒旭影 季慧芷)继杨梅、红糖之后,千峡湖鱼头成为青田县又一出口海外的农产品。截至目前,今年青田县的出口总值已达22.6亿元人民币,其中农产品出口额为7721.5万元。

丽水海关查检四科科员徐灿表示,千峡湖鱼头是青田县首批出口的水产品,成功实现零的突破,增强了辖区水产品企业出口的信心。下一步将积极助力北山山茶油、海溪粉干等农产品的出口。