加入康乐老年俱乐部即送三重礼

老会员20日之前办理还可获赠养生宝典一本

十一假期过后,位于永寿街6号的《宁波老年》读者服务中心又迎来大量办理会员手续的读者。

王立明老人今年73岁,家住鄞州区邱隘镇,因腿脚有些不方便,他由女儿陪着,坐轮椅来到读者服务中心。他女儿告诉记者,自己前段时间工作忙,父亲一直催着要来一趟,节后总算抽出时间来办理会员手续。

从2014年开始,64岁的唐春晖老人连续3年加入康乐老年俱乐部,是一名资深"粉丝"。他家住北仑,退休后为了排解寂寞,选择了《宁波老年》。"内容生动,很接地气。从报纸上我不仅能了解到国内外发生的时事,还能了解到身边的大小事,帮助我退休后也不与社会脱节。"唐春晖说。

2018年,《宁波老年》将报道更及时的新闻资讯,挖掘更深厚的新闻内容,提供更全面的会员服务,明年将扩版至20~28个版。 **记者 徐丽文**

办理会员手续须知:

即日起,成功办理2018年康乐老年俱乐部会员手续的读者,获赠2018年度《宁波老年》一份,另外可获得富硒纯手工铁锅、钱包式魔法手拉车、安徽农科所富硒大米三重好礼。10月20日前,前来办理的老会员们还将获得一本名为《国医大家钟一棠》的养生宝典,数量有限先到先得。

只要您办理了2018年的入会手续,还可参加年度大奖抽奖活动。

由于去年定制的"甬耀银辉"电子会员卡涉及到多种程序应用,领取详情及会员信息都正在录入中,所以办理2018年度会员登记手续,老会员需携带红色纸质会员证,新会员需携带身份证并到现场填写表格。

入会标准:120元/年
报名地址:海曙区永寿街6号《宁波老年》读者服务中心(近鼓楼露天停车场附近)
咨询电话:87167337

市老体中心老年节向老年朋友免费开放

当天还将举办老游戏游园会

10月28日是老人节,记者从宁波市老体中心获悉,当天白天,该中心将免费向老年人开放(男60周岁、女55周岁以上)。

市老体中心地处海曙区沁园街336号,海曙区文体中心对面,是市政府的实事工程之一。中心分综合健身楼和室外运动场地两大区域,综合健身楼设有健身馆、跳操馆、乒乓球馆、棋牌馆、羽毛球馆、台球馆等,室外运动场地设门球场、网球场、地掷球场、健身路径等。今年3月28日起,市老体中心新建后开始试营业,半年多来共接待数万名健身者,不仅是老年人的健身乐园,也成为其他年龄段健身爱好者的重要阵地。

10月28日当天,除了免费开放场馆,市老体中心还将举办老游戏游园会,计划设置滚铁环、打陀螺、跳房子、打弹子等老底子的游戏,到现场参加游园会的老年人,均可获得一份小礼品。

另外,市老体协在老人节前后也将举办一系列体育活动,包括台球、飞镖、三人制篮球、兜球等,全市暨江北区老年体育风采展示活动也将于10月28日在江北区举行。

记者 蒋继斌

●相关新闻

本月启动老年人免费体质监测

为更好地向老年人提供运动健身锻炼的科学指导,宁波市社体中心本月为老年人提供免费运动风险评估测试,具体包括骨密度、体成分、心肺功能、血管机能四个检测项目。

测试对象为50-69周岁、无心脏疾病的人群。

测试地址:市社会体育指导中心(海曙区蓝天路406号)。测试时间为10月17日-27日(工作日上午9:15-11:15、下午1:00-3:30)。

测试需提前预约,预约电话:55664887,预约时间至16日结束(工作日上午9:00-11:00、下午1:00-3:30),名额为600人,额满为止。

请您关注《宁波老年》官方微信公众平台"宁波老年"。(微信号:nbklln或扫下图中二维码)