第二届老年春节联欢晚会海选开始报名

即日起,宁波市第二届老年春节联欢晚会海选开始报名,这是一场展示“老有所为”“老有所乐”的老年人专属春晚,将结合“展夕阳风采 构和谐社会”的主题,为广大市民呈现一场甬味十足的视觉盛宴。

参加的海选项目可以为歌舞、戏曲、器乐、曲艺、绝活、模特等,种类不限,每个节目时长不超过8分钟。内容要求积极健康、奋发向上、富有创意和观赏性;具有时代气息,能够营造出喜庆、祥和的气氛;节目新颖、有创意、紧凑、连贯。

欢迎广大老年朋友踊跃报名参与,并积极推荐您身边的“演艺达人”。

2017年1月,宁波市首届老年春晚在宁波音乐厅举行,全市各地上千位老年人参加。演出过程中,主办方还举行了2017年度《宁波老年》康乐老年俱乐部会员年度抽奖活动,总计500多份精美礼品被送出。另有价值5000元的金条大奖也在现场抽出。

同样,2018年度会员大奖也将在第二届老年春晚期间抽取,届时幸运大奖花落谁家值得期待。还没有办理2018年会员手续的读者们请抓紧最后一个月的时间办理,完成手续办理后即可参与老年春晚现场抽奖环节。

温馨提醒:本次活动不收取任何报名费用。

报名条件:

1、必须持有效身份证件;海选期间能保证按时参赛及参加相关活动;

2、目前未与任何经纪公司、制作公司、传媒公司有任何合约(如契约在身,请注明类型);

3、能遵守大赛组委会制定的参赛选手公约以及其他相关规定。

报名方式:

电话报名:87167337

微信报名:关注“宁波老年”微信公众号(扫下图二维码),上传表演视频,获选概率更大。

现场报名:海曙区永寿街6号《宁波老年》读者服务中心。

记者 徐丽文

老花眼突然好了是“返老还童”现象吗?

医生提醒:可能是白内障

11月29日上午8点半,冷空气带着雨水来袭,而在江北区洪塘街道裘市居民委员会活动室里,冒雨赶来的一百多名老人都在等待着眼科名医、博视眼科创始人俞存的到来。

俞存教授是全国著名白内障手术专家,是国内最早开展白内障手术的专家之一,从事眼科教学、医疗工作30多年时间里,俞教授为国内外白内障患者实施手术近10万例。当天上午,俞存用通俗易懂的表达方式介绍了常见老年性白内障的相关医学常识。

“老年性白内障的发病率随着年纪的衰老而增长。”俞存说,50-60岁在60%;60-70岁在70%,70-80岁可以达到80%;80-90岁是90%;90岁以上高达93%。“也就是说,90岁以上几乎人人都会有白内障。”

在门诊时,俞存经常遇到前来咨询的病患。“俞医生,我的老花眼没有治自己好了,不戴老花镜就可以看报纸了,就是有时候有点模糊。”其实,老花眼并不会自主痊愈,而是病人得了白内障之后产生的视力变化。

俞存说,白内障的预防是比较困难的,但是适当保健可以延缓白内障的发生。主要预防方式有避免大量紫外线照射、戒烟、养成良好的饮食习惯、补充抗氧化剂和维生素等。

现场互动环节,俞存和观众们也进行了一个小型的“寻医问诊”,大家针对自身眼科方面的状况一一向俞存提出了疑问。随后,他带着医疗团队开展义诊活动。

记者 陆麒雯 通讯员 陈尔澄

白鹤街道社区卫生服务中心
联合本报送关爱

居民签约家庭医生获赠《宁波老年》报卡

为更好服务老年朋友,《宁波老年》联合白鹤街道社区卫生服务中心推出爱心活动,辖区内居民只要签约家庭医生,就可获赠2018年《宁波老年》。

此次活动主要针对白鹤街道60岁以上(1957年12月31日(含)之前出生)常住居民。活动开展时间为12月1日至12月15日期间,居民只要携带医保卡和本人身份证至社区卫生服务中心及下属社区卫生服务站,按相关规定签约家庭医生,就可以免费领取2018年度《宁波老年》一份。具体条件为:**以家庭为单位二人及以上签约可免费领取2018年全年度《宁波老年》一份**(价值120元),**一人签约可免费领取2018年半年度《宁波老年》一份。**

据白鹤街道社区卫生服务中心史主任介绍,该中心自2015年7月开展家庭医生签约服务以来,让签约的居民享受到了全市统一的家庭医生服务内容,惠及辖区居民。该中心还先后荣获“浙江省文明单位”“浙江省示范社区卫生服务中心”“浙江省卫生先进单位”等荣誉称号。

记者 陆麒雯