

## 钱湖柏庭——国家旅游度假区里的长者桃源

## 开园100天 不负宁波



实景图

2018年,我国60周岁及以上人口2.4949亿,占到总人口17.9%。其中65岁及以上人口1.6658亿,占总人口11.9%。已进入严重老龄化,并有持续深入的趋势。养老市场面临爆发境界。

在严峻的社会现状下,越来越多的宁波市民们,在将退休,未退休的年纪,开始考虑退休生活的安排与规划。作为一个空气环境佳,发展迅速,交通便利的康养度假胜地,东钱湖聚焦了越来越多的城市目光。

位于东钱湖畔,福泉山麓的钱湖柏庭,作为宁波独具特色的高端退休长者社区,更给长者们的退休生活提供了更多的选择和想象空间。入住钱湖柏庭的长者不仅年龄结构十分丰富,更为重要的是,每一位长者都能够在这里找到自己理想的生活状态,既能一起抱团游玩,也能拥有各自的独立空间,各得其乐。

2019年5月10日,钱湖柏庭开园满100天,记者通过实地了解,带您见证不同类型,不同年龄阶段的退休长者们入住柏庭以后的生活实态。

包佳

咨询热线:87865333

地址:东钱湖旅游度假区环湖东路716号

## 悠然度假 不可多得的城市山水,人人向往的桃源

通过对柏庭的经营者和入住长者的探访,记者了解到:为了在退休后悠然享受人生,现在越来越多的长者开始早早地科学规划退休生活。

刚过50的戴姐就是其中典型的一位,她说:“现在经济基础已经奠定,职业生涯也已经完成,现在正到了实现自我、创造自我,最有价值的阶段。虽然走过了半百的岁月,因为时常健身,我感觉无论在身体年龄还是心理年龄上,都感觉自己并没有步入这个年龄。我现在跑步、骑单车,持续运动半小时仍然大气不喘;做操、徒步也不甘示弱。”

戴姐健康的素质让年轻人羡慕不已,她也对此引以为豪:“东钱湖天然无公害的空气环境,以及优美怡人的风景,让我流连忘返。我把钱湖柏庭,作为退休规划中

的一部分。现阶段就是用来享受度假般生活,或者经常前来进行一段时间的小住,非常惬意与舒适。”

戴姐经常在周末或假日时光,携朋友二三,或者子女一起,到东钱湖度假,这也是柏庭很多会员家庭的不错选择。戴姐说:“一次住个三天两夜,或者两天一夜,不仅能够让我遍揽钱湖美景,更能够让心灵得到休憩。春暖花开的季节,钱湖柏庭四周皆景,福泉山景区、马山湿地公园、十里四乡、小普陀……环湖漫游,尽享心灵的舒畅和生活的肆意逍遥。”

柏庭的四季农庄也是长者们最爱去的地方之一,度假时顺路采摘一些樱桃、桑葚等应季水果,或者是采摘一些绿色果蔬,接下来一整个星期都充满了健康能量。

若是等到夏日,这里更是一个难得的避暑胜地。让许多长者都迫不及待地等待夏日的来临。



实景图

## 自由乐活 延续个性化社交,光阴写意一张张快乐的笑脸



实景图

什么叫做乐享生活?这是一种妙不可言的生活状态。入住柏庭前和入住柏庭以后,生活实在截然不同的两个状态,这是许多长者对住在这里的普遍反馈。

“入住柏庭前,每天都有大把时光浪费在家里,有时候颇显清闲,甚至于闲得无趣,独坐窗前,深感窗外宜人,室内清冷,有时又感为买菜做饭等家务琐事所累。现在的我,每一天都过得很轻松、很充实、很快乐,感觉自己在跟随着时间,义无反顾地向前走,我非常享受这种状态。”坐在滨水广场前晒太阳,与朋友聊天的王阿姨笑着说道。

个性化的社交,是柏庭快乐生活的主题曲。在这里,从起床睁开眼睛的那一秒,长者们就可以对接接下来一整天的生活充满期待。这里有一群志同道合的邻里陪你舞蹈,听你欢畅。读书、旅游、音乐、摄影、戏曲、舞蹈等二十大俱乐部,为长者们提供了彼此交流的空间和平台。太极课堂、模特课堂、美食课堂、养生课堂……各种兴趣课堂,更让长者们体会到了学习的乐趣。王阿姨

说:“我从前不会跳舞,不会拉二胡,不会唱戏,钱湖柏庭给我们搭建了一个交流与学习的平台。这里的同学邻里们都各有所长,也有非常专业的大师级人物。初学者们可以彼此激励竞争,我感觉学习新技能的速度更快了,学习的兴致也更高了。”才艺高超的长者们还可以相互交流与切磋,更能迸发创作的灵感和展示的热情。

在钱湖柏庭,长者们还会自发组织起各类友谊赛,比如乒乓球赛,歌唱赛等,本着“友谊第一,比赛第二”的宗旨,参赛的长者们少了一份功利求胜之心,却更能感受到比赛的兴奋和喜悦。

机缘遇见,相伴相依,柏庭长者们彼此滋润每天欢乐的时光,让芬芳溢满心田。

## 鲜氧健康 心之所向的森林康养,高品质舒适生活

世界很繁,内心很简。这是许多年龄稍高长者的心理特点。舒适、健康与便利是他们更为迫切的需求。

简单而平实的一天,需要的东西不在于多,难得的是恰如其分。而钱湖柏庭的一切,对于长者来说,一切都来得刚刚好。张叔叔说:“早晨起来晒晒太阳,呼吸福泉山脚下清新的空气,生活在一片天然的森林氧吧,仿佛连身体都轻了几分。吃饭的时候,下楼走几步,就是餐厅,美味的食谱,多元的健康营养配餐,每日都可挑选更换。园区免费配备的洗衣机,洗衣不必弯腰,名贵衣物还可以预约干洗……”

柏庭,更将生活的便利性做到了极致。对于现在居住的房子,张叔叔感到十分满意:“居住的房子不大不小,空间感惬意而舒适。门口楼道设计宽敞,扶手一路到底;爬楼梯是健步,不爬楼梯是保护,因此哪怕只到二楼,柏庭都安装了电梯。房间里的布置更用心,为了避免磕碰,墙体边缘做了圆角处理;房间里客厅里都有紧

急按钮;阳台的晾衣架可以自由升降……”

吃完饭的时候,张叔叔喜欢在园区的健步道上漫步,或者满园区地闲逛,走累了,就到均匀散落在园区的各处的休闲长椅上歇歇脚,或者等来园区游览车,载回居住楼栋,方便极了。

“生活在柏庭,我感觉很有舒适感和安全感。”张叔叔说:“我每天都会到园区健康一体机处测量一下血压、体温、体脂等基础生理指标,身体状况时刻保持到良好。每周和园区医院的医生约好,进行专家特约门诊。又或者泡个温泉,松弛一下筋骨,心旷神怡。”

更多长者表示,这个冬季刷新了他们对于冬的体验,园区全地暖覆盖,无论身处哪一个空间,都能够脚暖身不寒。没有往年缩手缩脚的感觉,广阔的功能活动空间让冬日显得更加活力四射。

生活服务、健康服务、快乐服务、文化服务四大服务,衣、食、住、行、医全配套,让每一个长者都在这里生

活得自在、快乐、优雅、从容。

开园100天,不负宁波。生活方式有许多种,而退休之后的生活色彩更由自己把控。精彩富盈于生活,拾趣不负美好。我们期待着钱湖柏庭这个人人向往的桃花源,承载着长者们的期许和厚望,在打造长者快乐生活的道路上不断前进。



实景图