

转换人生赛道，我们正青春！

柏庭大家庭的幸福故事

近日，“爱运动·悦生活”钱湖柏庭首届金秋趣味运动会圆满落幕，运动场上，柏庭的长者在投篮、投壶、水杯运输、乒乓球等项目上尽显英姿，展现出丝毫不逊年轻人的活力。

作为位于东钱湖的高端长者乐享社区，钱湖柏庭成为活力长者开启欢乐新生活的“实验场”。关于“退休后如何转换人生赛道”的话题，柏庭的会员们现身说法给出了各自的范本。

记者 包佳



抱有旺盛的好奇心，让她保持着“正青春”的状态。

“我把自己的日子过好了，就是对全家最大的贡献。”她的这种热爱生活的“能量场”，甚至把远在异地的自家兄弟也吸引过来，一起享受快乐的新生活。

小辈看长辈，顺道来度假

50多岁的李姐安居柏庭的初衷是为动过手术的肺寻找一处环境优美的疗养之所。福泉山脚下的钱湖柏庭，有原生态的自然风光，带给她世外桃源般的观感。福泉山葱翠的林木带来的富含负氧离子的纯净空气，让她的呼吸系统大为好转；柏庭以俱乐部形式搭建的会员间健康生活、自由发展的社交平台，让李姐的人生轨迹伸向了新的领域。

现在，李姐是柏庭里的社交达人，不仅在柏庭里结交了一大帮好友，而且不知不觉地成为柏庭的“义务讲解员”。每当有亲朋好友来访，李姐就熟门熟路地带他们走访园区里的餐厅、画室、练功房、图书馆、视听室、农庄等，还有会员们日常的丰富活动，柏庭一直努力打造的优质“享老”生活让亲友们很是羡慕。

平日里，李姐的儿女更是柏庭的常客，工作繁忙的他们，已经把柏庭当成了与父母共享天伦之乐度假地。住，有酒店有公寓；吃，有酒店或食堂；玩，可以泡温泉、打桌球、看电影、做运动，还可以坐着游览车去瓜果飘香的农庄采摘。

“每个人从淡出职场的那刻起，就意味着一段全新时光的开启，这段时光是人生中最美好的，真正属于自己，可以尽情做自己想做的事情。”钱湖柏庭的相关负责人介绍，“我们将美国的养老行业经验引入中国，倡导乐享理念。借鉴了‘学生会’和‘老年大学社区化’的概念形成了20多个俱乐部，就是为了更好地解决长者‘孤单’的问题。”

钱湖柏庭作为宁波高端的长者乐享社区，已然成为宁波时尚长者的打卡点。

让自己开心，并且带动别人开心

这段时间，钱湖柏庭的会员钱先生在美篇上不断更新的南非之旅，引来了社区内外向往诗和远方的人们的“围观”。钱先生把跟柏庭中的好友一起组队去南非游历的精彩瞬间一一采撷：在赫曼纽斯观鲸鱼冲出海面，在白云缭绕的葡萄酒庄品酒，蔚蓝深海，明媚艳阳，香醇美酒，还有队友们满满的青春气息，隔着屏幕都能溢出来。

有着多年警校从教经历的钱先生，神采奕奕，是摄影俱乐部的“灵魂人物”。让自己开心，并且带动别人开心，是钱先生的人生态度。身为摄影俱乐部理事的他，经常组织新老摄影友去采风。此次的南非之行，他在美篇中记录的点点滴滴，打动了更多未能成行的会员。于是，钱先生专门就南非之行举办了一次分享会，让柏庭大家庭的成员们大呼过瘾。

钱先生的妻子蒋女士，是知名的甬剧前辈，担当起戏曲俱乐部理事一职。蒋女士将自己在甬剧领域的深厚造诣，倾情分享给柏庭大家庭的会员们，被大家亲切地称作“小草女士”。就在上月，“小草”女士还组织了一台园区艺术团汇报演



出。为了这台汇报演出，大家一起切磋，一起排演，最后大获成功。演出现场的热烈氛围还感染了当日碰巧来此探望父母的小辈，激动地跑到台上秀了一回才艺，赢得满堂彩。

“我把自己的日子过好了就是对全家最大的贡献”

80多岁的饶女士，前些日子进行了体检，各项指标都挺好。饶女士挺淡定的，“我一天忙到晚，哪有时间生病呢”。

饶女士每天的“行程单”，可用饱满来形容。这位社区里的乒乓球好手，每天起床洗漱后的第一桩事，就是步行去钱湖柏庭的农庄，照看她的“一百三分地”：给青菜浇浇水，看萝卜长胖了没……跟农庄里的作物“打完招呼”，心情舒畅，走在回来的路上，山风吹来，心情也格外好。

在柏庭的餐厅用过可口的早饭，就是活动时间。饶女士自如地在学和教之间切换。有些课程，她是有着强烈好奇心的学生；有些课，她是耐心和蔼的老师。当她任教“国标麻将”后，这门运动迅速成为社区里的“网红运动”。

下午和傍晚的时光，通常是留给运动的，在乒乓球场上，与队友合作无间，球拍起落间，挥出一道漂亮的线条；完美的扣杀，有着丝毫不逊年轻人的轻灵。

这两天，柏庭的温泉浴开放了，饶女士的日程表上又添了泡温泉浴这项新内容。长久以来坚持不懈的运动，给了她强健的体魄；而一直对新事物



电话：87865333
地址：宁波市东钱湖旅游度假区
环湖东路716号