



丰盛的菜肴。

## 这个邻里食堂开业 邀请177位 老人试吃

“哇，今天的菜真香啊！”“这里的饭菜实在是太实惠了。”10月23日，海曙区南门街道万安社区邻里食堂内人声鼎沸，热闹非凡。当天是重阳节，恰逢邻里食堂正式对外营业，社区为此精心筹备了一场“美好‘食’光”，‘味’爱同行”首届美食品鉴会暨重阳节同吃“重阳宴”特别活动，邀请社区177位老人免费试吃丰盛的午餐。

为了让老人们吃上放心饭，社区邻里食堂在活动前一周就开始了精心筹备。工作人员精选食材，确保食物营养均衡、美味可口，同时对原场地进行了重新装修，确保食品安全卫生。

当天上午10点，老人们陆续来到食堂。他们受到了工作人员热情周到的接待，被安排在舒适的座位上。一道道美味佳肴依次上桌，老人们品尝着色香味俱佳的菜肴，纷纷表示这顿午餐不仅可口，还非常卫生健康。



老人们为邻里食堂点赞。

“太感谢你们了，让我们在重阳节感受到了家人般的温暖。社区邻里食堂是我们老年人的最大需求，平时我们也吃不了多少，家里做又太浪费，有了社区邻里食堂，真的是解了我们的燃眉之急。”居民宋师傅激动地说。

需要指出的是，社区邻里食堂的开业，不仅为老年人提供了一日两餐的服务，更成为他们相互交流的重要场所。老人们可以在这里分享自己的故事，学习新的知识，参与各种活动，丰富自己的生活，也增强了社区的凝聚力和活力。

据记者了解，万安社区邻里食

堂的定价为：一共3个套餐，60至80岁老人，A套餐10元（1荤1素1汤1饭）；B套餐15元（1荤2素1汤1饭）；C套餐20元（2荤2素1汤1饭）；80岁以上老人在此基础上每个套餐再优惠1元；社区其他居民则每个套餐增加5元。

“目前食堂提供中餐和晚餐，每餐都会准备荤素十几个品种，老人可以自由选择。”社区党委书记徐剑英说，如果夫妻两人或者几个老人一起吃的话，基本上既可以吃到鱼又可以吃到肉，蔬菜品种也可以不一样。

记者 林伟 通讯员 梁央 文/摄

## 《宁波晚报》重阳节 优惠订报活动 大受欢迎

昨天是《宁波晚报》重阳节优惠订报活动的第二天，现场热度不减。

早上7点不到，宁波日报报业集团一楼大厅迎来了许多忠实的“老粉丝”，不少老年人早早地从奉化、余姚、北仑等地赶来，等待办理优惠订报。

“我从退休开始就一直订《宁波晚报》，已经坚持20多年了。”82岁的林老先生住在东钱湖，他告诉记者，一大早就跟老伴乘公交赶到报社，希望能早点排上队，“报纸里登的每一篇内容我都会认真看，有时候一些有意思的活动也会报名参加。”

“晚报的活动办得真好！我今年刚好符合重阳活动的报名条件，女儿还陪我看了场电影。”张女士今年刚满60岁，前两天她在报纸上看到重阳节有“我来陪你看电影”活动，果断报了名，“我以后还要常关注《宁波晚报》，这种针对老百姓的优惠可不能错过！”张女士笑着说。

今年重阳节优惠订报活动时间为10月23日至24日，凡年满60周岁（含）以上的老年人，活动期间可凭身份证到现场购买一张2024年度《宁波晚报》报卡。老年节优惠订报活动现场，工作人员还准备了诸多礼品回馈读者朋友们。

“订《宁波晚报》很实惠，又有周到贴心的服务，值！”“订报纸还有这么好的礼物送，哪个不动心？”读者们纷纷表示。

记者 潘苗 袁先鸣

## 宁波颐乐园：名副其实的长寿乐园

23日，九九重阳节，也是宁波颐乐园老人们的“大喜日子”——12位百岁、59位90岁、26位80岁、3位70岁，共100位寿星，欢聚一堂，集体过寿辰。大家接受祝福，吃蛋糕，收礼物，喜气洋洋，其乐融融。同时，园区其他老人正在进行一场有趣的游园会：扔飞镖、夹弹珠、吹乒乓球……大家度过了一个收获多多、快乐满满的节日。

### 祝福语是“长命一百二十岁”

这场寿辰庆典很隆重，老人们坐在围成“U”形的桌子前，面前摆放着水果、点心、照片等生日礼物，桌子中间有个多层的大蛋糕。大家一起切蛋糕、吃蛋糕，主管部门领导以及园区领导、工作人员为老人们送上鲜花和祝福：“祝您身体健康，长命一百二十岁。”

“宁波颐乐园对老人们的祝福语不是‘长命百岁’而是‘一百二十岁’，因为，这里的长寿老人很多，百岁以上的老人就有12位，九十岁以上的有288位，占比27.6%，老人平均年龄86岁。宁波颐乐园可以说是名副其实的长寿乐园。”宁波颐乐园党总支书记程永正解释说。

### 老人们把乐园当成家

寿星徐奶奶今年90岁，已经在宁波



宁波颐乐园为百位老人祝寿。

颐乐园生活了6年，“这里像一个大家庭，周围的伙伴就像亲姐妹，大家相互陪伴、互帮互助，一点都不觉得孤单。在这里吃、住、生活环境都很好。我过得开心，家人放心。”徐奶奶说。

80岁的周先生算是寿辰庆典“最年轻”的成员之一，他看起来比实际年龄要年轻很多。周先生是2019年入住宁波颐乐园的，“那年老伴去世了，一个人做饭麻烦，就考察了一下周围的养老院，最后选择了宁波颐乐园。”周先生的晚年生活过得非常精彩，他是宁波颐乐

园出了名的时尚达人，各种APP都玩得“很溜”，在某平台拥有20多万粉丝。

90岁的楼爷爷已经在宁波颐乐园住了18年。他是舟山人，女儿在宁波，当初为了老伴看病方便来宁波定居。“我们思想比较开放，不想住在女儿家，过多地打扰年轻人的生活，于是就住进了宁波颐乐园。选择这里，是因为各方面都不错，而且价格很实惠，普通企业退休的人员也能承担得起。”楼爷爷在宁波颐乐园找到了归属感，早已经把这里当成了家。

### 这座长寿乐园坚持普惠性质

宁波颐乐园已经创办23年，是全省第一家实行市场化运作的公建民营、医养结合的普惠型养老机构。宁波颐乐园不以营利为目的，实行“自主经营、自负盈亏、自我发展”。全园占地面积103亩，床位1200张。宁波颐乐园现有入住老人1050名，其中行政、事业单位退休占38.2%，企业单位退休的占61.8%。

“宁波颐乐园作为名副其实的长寿乐园，这和园区的特点是密切相关的。”宁波颐乐园园长柯武恩说，宁波颐乐园一直在服务质量方面下功夫：

医疗条件是宁波颐乐园的一大优势，园区从2004年开始施行医养结合，园内建有宁波市颐康医院、宁慈康复医院，还有护理楼、认知症专护区，护理床位占65%。园内还有门诊。老人看病就医非常方便，失智失能老人的护理条件和质量有保障。

园内老人的饮食条件丰富，园内建有三个食堂，两个食堂可以点餐和预订，老人喜欢吃什么就可以点什么；还有一个食堂是包餐制，也有多个套餐可以选择。

园内环境优美，小桥流水、树林步道、健身器材齐全，不少老人是冲着园区的环境来的。

记者 殷欣欣 文/摄