



“惠风和畅”出自于王羲之《兰亭集序》：“是日也，天朗气清，惠风和畅。仰观宇宙之大，俯察品类之盛，所以游目骋怀，足以极视听之娱，信可乐也。” (作者:黎向武 82岁 石峰区北峰村)



观天安门升旗

晨曦渐露北京城，广场庄严响乐声。
仪仗三军扬帅气，观光万众涌豪情。
国旗奏唱红旗展，热血激腾喜泪盈。
仰望蓝天云吐艳，一轮旭日正升高。

登龙山

缈雾金辉撒岳坪，氤氲黛岭似长屏。
山间雀鸟清喉唱，壑底秋风悦耳鸣。
翠峰林涛翻碧浪，青峡水瀑展白绫。
晨观楚地千重岭，夜赏湘南万盏灯。

(作者:刘永和 63岁 天元区恒大华府小区)

征集

株洲晚报《乐活周刊》长设“常青艺苑”专版，专登老年人作品。

赐稿请寄:株洲晚报一楼乐活周刊投稿箱,另外,请注明姓名、年龄、通讯地址和联系电话。邮编 412000;邮箱:wblehuozhoukan@sina.cn。一经选用,稿费从优。

特别提醒:本刊登载的文章、美术作品均有稿酬(纸版、电子版、微信版稿酬合一),凡未收到稿酬的作者,请与本刊编辑部联系。作者如无特殊声明,即视为同意授予本刊及本刊微信版、本刊合作网站信息网络传播权,本刊支付的稿酬包括此项授权的收入。



晚报乐活周刊读者群:
632352980

代妻看电视

妻子是个电视迷,特别喜欢看电视连续剧,在她心目中,只有电视连续剧才是正片子。我早于妻子退休,有的时候,妻子早上上班,晚上呆在家里,刚好可以看电视台播放的连续剧。那是一部30集的生活故事片,剧情曲折复杂,虽然有一点矫情的味道,但故事引人入胜,正合妻子口味,可惜的是电视台每天晚上只放两集,轮到妻子晚上晚班时,故事刚好才进入高潮部分。

那一天上班之前,妻子久久地站在电视机旁,伤感的说:“要是家里的电视机有回放功能就好了。”我知道她说这话是因为电视剧的诱惑太大了,于是调侃到:“有是有,只是……”我还没有说完,妻子便打断了我的话问道:“在哪儿?”看着妻子一副认真的样子,我忍不住扑哧一笑,手指自己说:“我就是。”妻子见我说的认真,想了会儿恍然大悟,说:“对呀!这是个办法,你先帮我看看,然后再讲给我听,还是录放两用呢!”

就这样。因为夫妻之间的一个玩笑故事,我担当起了代妻子看电视的光荣职责。

原来,因为常爬格子,我晚上很少看电视,偶尔看也是看点新闻。但是为了妻子的嘱托,那天吃了晚饭后,我翻出了《广播电视报》,先认真地阅读了故事梗概,心中有数后,再端坐在电视机旁,从新闻到广告,耐心等待。连续剧终于开始了,我像一个认真听课的小学生那样,把全部注意力都集中在小小的荧屏上,生怕漏掉了一个哪

怕是并不十分重要的细节。其神态根本不像在看电视,而是在研究电视。

夜里,在接妻子回家的路上,我一边骑车一边给妻子讲连续剧。讲连续剧等同于看电视,讲最大的乐趣在于对电视剧进行再创作。在讲的时候,可以对生活的电视剧和电视剧的生活发表自己的评论,使自己的思想与听讲的人沟通。

起初我给妻子讲电视,就像录像相机一样,完全是“实况转播”。妻子每次听完之后,总是说:“今晚才放这么一点。”那神情仿佛怀疑我在看电视时开了小差,漏看了一节似的。后来我在讲电视剧的时候,也讲自己看电视剧的感想,有时,还发表一大段评论。这样有血有肉的叙述,妻子听得有滋有味,她说:“听你讲电视剧,就像在看电视剧一样。”在讲电视剧的时候,妻子有时也发表一点意见,与我讨论生活中的电视剧和电视中的生活。你一言,我一语,就像久别的朋友重聚一样,总有没完没了的话题,每天晚上给妻子讲电视剧的时候,虽然夜深人静了,街上冷冷清清的,但是我骑着自行车,妻子就坐在后面,一边穿大街过小巷,一边讲,其情其景,却又仿佛回到了年轻热恋的时候。

所以我愿意代妻子看电视,更愿意给她讲电视。这给我退休后的生活带来了无穷的乐趣。

(作者:朱定邦 83岁 荷塘区富华商业广场融华阁)

冬季读书暖心灵

多年来我在古人“冬读书,年去忙,翻古典细思量”的教诲下,养成了在冬季读书、读好书、好读书的习惯。

冬季读书利于静思。户外少了虫鸣鸟啼,少了攘攘来往的人群,也就少了些许嘈杂;室内没有了蚊虫的叮咬,能使头脑清静下来,读书就可收到事半功倍的效果,特别是选择那些具有人文内涵的书,如鲁迅、周作人、梁实秋、张爱玲、朱自清、余秋雨、林清玄名家的小说、散文、时评。要是沏上一杯茶,一缕热气蒸蒸日上,顿时书房茶香弥漫,涤心润脾,从而使你真正读书入心、入神,进而悟其道。这种境界在其它季节是难以觅到。

冬季读书利于心灵轻装。冬季是一个单调的季节,坐在窗前读书,聆听窗外风声,让人进入一种虔诚状态,走进书堆里,任你在知识的海洋里游弋,读着路遥的《人生》、读着冠诚主编的《人生要经得起平淡》和印度泰戈尔的《诗》,你会立马使烦恼淡去、欲望淡去,能让你跟随书中的文字回归到

自然的纯朴,这纯朴使人感到无限的轻松,什么功名利禄、荣辱得失统统一扫而光,得来的是一份淡淡的情愫,生命的一份真实,领悟到人生的美好意境,就像《菜根谭》中所言:“淡欲有书,神仙之境”。

冬季读书利于家人的交流,心灵互动。因为常常一家人围炉取暖,谈天说地拉家常,或是交流读书所得,则十分适宜。要是你能把读书中记忆最深刻,文字最精彩段落或是一两句名言拿来读一读,将蕴含的哲理讲一讲,往往会瞬间触动家人内心最纤细的神经引起共鸣,激发读书情趣,这情趣似涓涓清泉,似绵绵暖流,在心中流淌,幸福和愉悦油然而生。啊!书就是家人的眷恋、心灵的热源。使冬日的的生活变得温暖如春。

冬季读书,不仅能收获知识,还能收获一份内心的沉稳。春发冬藏是永恒的自然规律,读书在冬季,自然收获也多,能储蓄更多能量,受益多多。(作者:何金棠 75岁 芦淞区碧玉花园小区)

《老年网络消费发展报告》解读 男爱电子设备 女好生活用品

据商务部网站消息,《老年网络消费发展报告》日前发布。基于京东大数据,报告指出,老年网络消费呈现出九大特征。

一是进入快速发展阶段。网络购物给予子女为老人代买商品和服务提供了更多有利条件,也满足了老年群体对于消费便利性的强烈诉求,消费规模持续扩大。

二是具有显著的买用分离特征。老年消费表现出明显的购买者与使用者相分离的特征,既有年轻人代父母以及长辈朋友代买,也有老年人为了子孙一代消费。

三是注重身心健康发展。一方面,老年人对身体健康追求和疾病防治意识加强,医药保健用品成为消费者最关注的老年商品;另一方面,老年群体追求精神文化生活的丰富,对电脑办公类商品也表现出较强的偏好。

四是年轻化和时尚化趋势明显。老年消费具有明显的补偿性特征,部分老年人心态趋于年轻化和时尚化,消费观念逐渐向年轻人靠拢,越来越注重化妆、衣着等展示型消费。

五是社交性消费需求较强烈。中国家庭趋于核心化和小型化,空巢率急速上升,老年人对更紧密的联系和社交方式的需求日益旺盛。手机消费表现出强劲增长势头,也是年轻人关怀老人的重要商品载体。

六是呈现较强的国产品牌偏好。基于本地化优

势,国产老年商品厂商对市场需求洞察清晰深入,产品迭代快速,老年商品消费仍以国产品牌为主。

七是在空间上由集聚转向扩散。线上老年消费群体空间分布表现为“沿海大、内陆小”的格局,并且逐渐由东南沿海较发达地区向西北内陆欠发达地区扩散。老年网络消费发展速度与区域发展水平呈反向变动,表现出从一二线城市逐步向三四线城市及农村渗透的趋势。

八是兼顾实惠与品质。大部分老年人仍表现出追求实惠的生存型消费特征,少部分老年群体正在向高水平、高层次和多元化的方向发展,表现为追求品质的享受型消费特征。

九是性别差异性突出。在老年群体中,男性对电子设备较为敏感,女性对吃穿类基本生活用品更关注;老年商品的消费群体中,男性在手机类上消费最多,女性用户则对服饰内衣类商品更为偏爱。

报告将老年消费存在的问题总结为:一是市场定位模糊,产品开发不足;二是细分市场发展步调不一,区域分布不均衡;三是行业监管缺位,市场秩序混乱;四是销售渠道有限,配套服务欠缺。

针对上述问题,报告建议,政府有关部门应加大监管力度,优化消费环境,完善社保体系,促进有效消费需求释放;生产企业要积极探索产品需求,不断拓展产品开发广度;流通企业要进一步拓宽销售渠道,完善配套设施及服务。

(摘自中新网)

情暖养老院



12月21日上午,青松不老爱心歌舞团一行五十多人来到石峰区田红路缘善居老年照护中心慰问演出。此次演出他们共带去了十一个精彩的节目,其中包括舞蹈、男女声独唱,以及大合唱等,缘善居

老年照护中心的爷爷奶奶们看得有滋有味。青松不老爱心歌舞团成员的的平均年龄在60岁左右,其中最大的已有80岁,他们经常参加市区的各种公益演出。(记者 沈三 摄影报道)



圣诞节唱起“小情歌”

这段时间,天气好得让人着迷。市气象台说,在2017年最后一个周末,天气还会一路晴天。

从目前的预报来看,今天多云,最低气温1℃,最高气温16℃;明天圣诞节晴天,最低气温0℃,最高气温18℃。

这么看来,早晚其实挺冷的,所以大家在考虑一身搭配时,别光顾着好看,也要注意保暖,毕竟现在是冬天。

如果你要趁着圣诞节出门约会,女孩子可以穿裙子加上加绒连裤袜住腿,也可以穿雪地靴扮可爱又保暖,实在不行,暖宝宝也可以用上。

(记者 王娜)

今天天气	明天天气	后天天气
多云 1-16℃	晴 0-18℃	晴 3-17℃

(市气象台23日16时发布)

株洲历史上的今天

2008年的今天,茶陵云阳山跻身国家4A级旅游景区。

2009年的今天,衡炎高速公路通车,标志着株洲市实现县县通高速。

2012年的今天,株洲神农太阳城商业南区开业。

2014年的今天,攸县白龙洞获评国家3A级旅游景区。

导读

年底游子出没
爹爹阿姨们要当心

>>> A02

没暖气的时代
古人冬天靠什么取暖?

>>> A05