



虽然已经年过古稀之年，但成福盛、赵俊华等老人们仍“爱折腾”，读书、写作、打球甚至下厨秀厨艺……他们通过不断丰富自己的爱好，让自己的晚年生活过的更加充实，尤其是投稿作品被采用后，他们快乐和激动的情绪更是感染了身边人。

# “我的文字印在报纸上这比啥都让人欢喜”

▼写作带来幸福感▲

家住晖苑高层的赵俊华老人今年76岁，因耳朵听不清，与周围人沟通十分不便，在邻里三五成群闲暇乘凉时，她常常一人在一侧微笑着看。或是身体不便，亦或是许久以来的愿望，当作家的梦想在赵俊华心中一点点萌发。

起初，赵俊华将梦想埋在心底，羞于向身边人坦露。不过这一切却被胜中社区馨园公司晖苑站物业管理员李红艳看在眼里，帮助她的想法也得到了站长郝涛的支持。

“当不了作家，就当给自己解闷呗。您耳朵听不见，不能歌也不能舞的，就当给自己找个喜欢事做吧。能在报纸上发表当然好，发表不了就多写多练，写多了肯定能行！”有了李红艳的鼓励，赵俊华的小故事越写越多，人也变得越来越开朗。

从最初李红艳帮她向电脑里手录手写稿，到儿女替她向报社投稿，她写作的心愿不仅得到全家人的尊重与支持，其中一篇还在今年中秋节那天被《齐鲁晚报》刊登了。“惊喜之情让她拍着手，兴高采烈的样子就像个小孩子。”李红艳被赵俊华激动的情绪感染。

赵俊华身边不少人都认为，微信微博传播信息的效率比报纸快，但在她看来，发微信微博后朋友的转载或点赞带给自己的满足，远远比不上文字印在报纸上的荣誉感来的更真切。

赵俊华说，她今后还会继续写小故事，还想学习写小品，学会了就写发生在小区里的好人好事。（本报记者 张婧婧）

## 读书打球下厨房，每天过得很充实

家住新区的成福盛老人虽然年近八十，但是他的晚年生活却十分丰富。除了最喜爱的读书看报以外，还喜欢打篮球、下厨做饭。而正是这些自己找来的爱好，让成福盛与老伴儿“每天都过得很充实，很开心。”

走进成福盛老人的家里，记者最先注意到的就是沙发上的书籍与报纸。老人喜欢读书看报，每天上午都雷打不动地读一小时报纸。“报纸每天都要看，而且不光我爱看，老伴儿也爱看。”每天成福盛拿回报纸后，都和老伴儿人手一份，坐在沙发上看报纸，“我俩看报纸有个习惯，当看到感兴趣，有意思的新闻后喜欢和对方交换来看，然后再一起讨论。”

喜欢读报的成福盛还在报纸上发表过各种文章，而每一次在报纸上发表了文章都让老人高兴好一阵子。“我将我发表的文章还有一些我比较感兴趣的文章都剪了下来，保存着。”成福盛拿出了一摞他的剪报，“都是这些年剪下来的，有事没事就翻翻看看。”

“我六个孩子平时工作都很忙。但是我现在有了这些兴趣爱好，也让我的生活十分充实，特别是读书看报。”

除了读书看报，成福盛老人还拿出了一个布包，里面装着篮球、太极剑、太极扇等。“几乎每天都要运动一个小时，打打篮球，耍耍太极剑。”而老人也打了多年篮球，其一连投中好几个三分球的好成绩也让他十分开心。

除了读书看报，运动外，老人还喜欢下厨房、喜欢和朋友分享养生知识，而通过这些丰富的爱好，让老人的晚年生活过得很充实，也让笑容每天都挂在了老人的脸上。（本报记者 徐文君）

▼爱好一箩筐▲

## “稳定不下来，想再干点事儿”

李全海(化名)今年63岁，自老伴年初因病去世后，隔了没多久，他就搬到了一家养老机构。以前老伴在世时，李全海在家里一直是被照顾的角色，做饭、洗衣等家务事都不需要他插手。老伴去世后，他很伤心，非常思念老伴。“刚开始在家住着，女儿们轮流照顾着，但是她们都有自己的家庭、工作，平时也很忙。”为了不拖累女儿们，也不想在家触景生情过于伤心，李全海就搬到了一家养老机构。

刚来这里时，为了找个说话的，不那么孤单，他特地选了一间双人间，与一位80多岁的老人同住。当然，一开始时，他并不适应这里的生活，“这里的饭比较清淡，我口味很重。老伴也不在了，感觉各方面都不舒服。”不过，他很快就调整了心态，把自己的生活安排得满满当当，“我不能坐吃等死，我在这里算是年轻的，就自己找点事做。”

由于同屋的老人刚做了白内障手术，李全海起床的第一件事就是给老人点眼药水，然后去给对门的老人打热水，“自从我来了，就把对门的热水包了，我也能锻炼身体，挺好的。”吃完饭后，他就去下象棋，或者在东城散散步。以前从不做饭的李全海还学会了凉拌黄瓜，“买了个工具擦黄瓜丝，拿酱油醋香油凉拌下，有时候我俩还吃着自己做的菜喝点小酒，日子过得挺自在的。”

不过，李全海对这样的日子并不满足，他还想趁着年轻出去工作，“不为赚钱，就想有个事做，别整天无所事事。”不过，这个想法刚一提出来，就遭到了女儿们的反对，她们不想父亲出去受累。“我现在已经托人找到了一个门卫的工作，想最近就去上班。”李全海认为，自己现在稳定不下来，还是想干点事儿，“多出去接触社会，这样我会觉得有个盼头，日子也会丰富很多。”（本报记者 宋贝贝 聂潇潇）

▼一颗『躁动』的心▲

## 看书保健做运动 晚年生活很充实

马奶奶今年 81 岁，老伴去世几年后便来到了养老机构养老。在这里，马奶奶看书、保健、做运动，年过八旬的她身体没有任何毛病，因此对自己现在的生活非常满足。

20 日下午，记者见到了刚刚散步回到房间的马奶奶。看到有客人到访，马奶奶笑脸相迎，将记者让到屋里。还没等坐下，马奶奶就说起了自己曾到山东电视台捐款的往事。“我老家在济南，坐车去找电视台很轻松，”马奶奶笑着说，“当时给电视台捐了一千块，电视台还奖励了我五百呢！”

说起往事，马奶奶又打开话匣子：“我从小上学，后来工作、嫁人，所有女孩会的针线活、家务活我都不会做，四个孩子的棉裤棉袄都是我母亲给做的，我很笨，学不会呢。”马奶奶自嘲道，“后来老伴去世了，我自己生活了几年，在一次查体中，医生告诉我贫血，我就认为自己应该找个地方养老，不给孩子们增添负担。”

四年前，马奶奶来到现在的这家养老机构，用自己的钱入住了一个单人间。“每个人生活习惯不一样，如果一个想休息，一个看电视，那就会产生矛盾，所以一个人住更省心。”马奶奶说。

养老机构的工作人员告诉记者，马奶奶从油田单位退休，老伴去世了十多年，身边还有四个儿女。两个儿子分别在江苏、河南的油田上工作，两个女儿在东营生活。马奶奶认为自己到养老机构是来享福的。“女儿现在有了自己的生活，要工作、照顾孩子上学、参加活动，忙得很。我身体好，又有退休金，国家给了老人这么好的地方，不用做饭还有人照顾，又能减轻孩子们的负担，为啥不来呢？”

“你看，我有一套保健书，”马奶奶向记者展示，“我现在的目的就是从头到脚做保健，哪个穴位管着哪个器官，我都知道，经常按一按穴位对身体好。”

说起自己的儿女，马奶奶露出满足的笑容。“孩子们都很孝顺，不定期地来看我，工作远的就打电话，我也愿意听听小外甥女的声音。我在这里生活得很好，已经不准备回家了。”（本报记者 聂潇潇 宋贝贝）

## 一“牌”即合，乐在“棋”中



20 日上午，明月社区活动室传来阵阵欢声笑语，明月社区重阳节趣味活动——“棋逢对手”象棋和“升级争霸”扑克赛火热开展，来自小区近 40 余位选手参加了此次比赛。

本报记者 郑美芹 摄影报道

# 青岛银行购房贷款门槛双降

## 首付比例降至25%，房贷利率最低8.5折

9月30，央行再次发布通知，在不限购的城市实施首套房最低首付款比例调整为不低于25%的政策。青岛银行东营分行10月16日响应新政，购房门槛“双降”利好东营市民。

青岛银行“双降”政策，将首套房最低首付款比例由30%降到25%，即对居民家庭首次购买普通住房的商业性个人住

房贷款，最低首付比例设置为25%。具体首套房的认定标准是经查询人民银行征信系统无个人住房贷款记录的，即可视为首套；如果之前有个人住房贷款，但已经结清，依然执行首套比例30%的标准。

2015年四季度青岛银行将对部分按揭项目实行基准利率8.5折的优惠政策，对实行8.5折优惠政策的楼盘实行准入

制，准入标准包括与青岛银行合作密切房地产项目以及与该行有深入合作的地产项目。

青岛银行2011年入驻东营以来，以关注民生、支持油城百姓刚需为己任，此次下调首付、下调首套房最低利率，也是顺应市场化浪潮，帮助真正有购房需求的市民尽早完成购房计划。与此同

时，为配合房贷利率优惠，青岛银行还推出了“安居贷”业务，凡在青岛银行办理住房按揭贷款，且当前正处于正常还款期的市民，均可申请用于房产装修、购车、家电等消费类用途的无抵押、无担保专属信用贷款，该政策的推出为提升广大市民生活水平打造了一揽子金融支持方案。