

# 颐山苑社区“舞之韵”舞蹈队队长吕秀美： 跳出岁月旋律 舞动多彩人生



本报讯(YMG全媒体记者 金海善 通讯员 李妍汶 摄影报道)在物质生活不断丰富的今天,越来越多的老年人追求精神生活的充实,他们或在精彩活动中展现自我,或在文艺课程中学习新技能,让晚年生活更加充实和快乐。芝罘区世回尧街道颐山苑社区的吕秀美阿姨就是其中的典型代表。岁月如歌,吕阿姨是这首歌曲中最动人的旋律。她的生活丰富多彩,充满了活力和激情。作为一位年过花甲的老人,吕阿姨展现出了对生活的热爱和积极向上的态度。今年67岁的吕阿姨精神矍铄、气质优雅、充满活力。她

热爱跳舞,擅长交际舞、民族舞,是颐山苑社区“舞之韵”舞蹈队的队长。吕阿姨将舞蹈视为生活中非常重要的一部分,把大量的时间和精力投入到了舞蹈队的训练和演出中。每天下午,吕阿姨都会带领舞蹈队队员在颐山苑社区活动室跳起欢快的舞蹈。她的舞姿熟练优美,充满了自信和魅力。“跳舞不仅让我拥有了健康的身体,而且让我结交了许多志同道合的朋友。”吕阿姨说。在吕阿姨的带领下,社区舞蹈队的队员们都把跳舞当成了生活中重要的一部分。她们经常参加各类舞蹈演出,为社区文化生活增添了一道

亮丽的风景。除了跳舞,旅游也是吕阿姨生活中的一大乐趣。她喜欢去各地游览风景名胜,感受文化魅力,领略壮美河山,体验风土人情。吕阿姨每年都会背着行囊外出游历,登上瑰丽雄伟的黄山,欣赏湖光潋滟的西湖,游览山清水秀的张家界……在日常生活中,吕阿姨善于交际,与社区邻居关系融洽。他们经常聚在一起谈笑风生,分享生活点滴。“在吕阿姨的身上,我看到了社区老年人生活的丰富多彩。”颐山苑社区网格员牛昱婷说,吕阿姨用热爱和激情让自己的生活多姿多彩,用



行动告诉他们如何用热情和积极的态度面对生活。年龄只是数字,老年人也可以拥有充满活力和快乐的生活。“吕阿姨的晚年生活给年轻人一些启示:无论年龄大小,只要我们有激情和热爱,就能在生活中创造出属于自己的精彩。”社区居委会主任李静说,希望更多人向吕阿姨学习,勇敢地跳出岁月的旋律,用热情和激情舞动属于自己的多彩人生。



## 南洪社区 举办户外趣味运动会

本报讯(YMG全媒体记者 宋晓娜 通讯员 马心怡 摄影报道)近日,芝罘区毓璜顶街道南洪社区联合区体育运动服务中心、德邻社会服务中心举办“我运动·我精彩”户外趣味运动会。

趣味运动项目融入了游戏元素,让参与者感受到竞争乐趣的同时,提高了团队协作意识。比赛中,居民们齐心协力、奋勇争先,活动现场趣味横生、热闹非凡,每个人都沉浸在欢声笑语中。趣味运动会不仅丰富了社区居民的文体生活,而且促进了邻里间互动交流,增进了邻里情谊。



## 黄山北社区 开展反诈宣传

本报讯(YMG全媒体记者 宋晓娜 摄影报道)近日,芝罘区黄山北社区联合南大街派出所开展“反诈知识进社区·安全防范入人心”宣传活动。

社区民警为居民讲解识别电信诈骗的技巧和防范诈骗措施,提醒居民提高警惕,保持清醒头脑,防止不必要的财产损失。

此次活动提高了辖区居民识骗防骗的能力,进一步增强了居民们的防范意识。



# “老于帮办”明天到黄山北社区



本报讯(YMG全媒体记者 徐鲲 通讯员 曹君秋)烟台晚报“老于帮办”进社区活动受到广大市民欢迎。明天上午,活动第331站将走进毓璜顶街道黄山北社区。届时,“老于帮办”栏目记者和晚报城市服务联盟单位志愿者一起倾听市民烦心事,帮助市民解难题。活动地点在黄山东街社区公园,时间是上午9点-11点。

环球美发学校年轻美发师应邀到活动现场,为百姓义务理发。晚报特邀“老于帮办”栏

目帮办员孙德荣、李肇平、唐廷乐为市民服务,烟台通修电气技术服务有限公司专家也将前来助阵,一起为到场市民修理各类小家电、缝纫机、钟表、收音机等老物件。

健康义诊最受老年朋友欢迎。烟台晚报特邀烟台市口腔医院专家和医护人员,现场为市民检查口腔,教您如何保护牙齿。爱尔眼科医院专家教您如何保护视力,并为市民免费检查各种眼部疾患。文登整骨医院医护人员为市民免费体检,检测骨密度,市民若有腰腿疼痛、颈椎腰椎不适、风湿类关节炎可以找专家问诊。惠耳听力北马路店听力专家为听力障碍人士免费检测,免费做外耳

道健康检查。西南河中医医院为市民免费测血糖、量血压,发放伴手礼。

山东邦典律师事务所高旭东律师为市民提供法律咨询,您有任何法律方面的问题可现场找律师求助。近期,不少市民致电6601234,表示需要保洁员、钟点工、保姆等,还有的房屋需要小修小补。“老于帮办”栏目联系了恒誉家政公司和牧马人装饰,他们将在现场接受市民咨询,您若有家政方面的需求可与他们联系。红社·民购新媒体电商平台携我市部分优质商家现场为居民带来诸多优惠福利。烟台市融媒体中心小报童发行公司工作人员将现场为市民订报,当场订

报还有礼品赠送。养奶家、烟台白石肛肠医院也将派出志愿者,为市民提供健康咨询服务。

### 温馨提示

市民可乘坐7、23、58和82路公交车,在文化路站点下车,向西步行150米,再从文化十四巷向南200米;也可乘坐9、12、19、45、56、78路到文化路立交桥站点下车,从桥东文化路十四巷向南200米即到。

活动现场人员较多,建议大家把反映的问题提前写在纸上,如:求助具体内容、具体诉求、相关部门负责人姓名和联系电话等。

# 小钦岛日晒老淡干海参买过都说好

全是回头客,买的就是一个放心 真心做好参,绝不做一锤子买卖

小钦岛日晒老淡干海参,是本地渔民自己捕捞、自己晾晒的本地散养海参。小钦岛所有海参都是工厂直供、工厂价直销,没有任何中间环节,省去了高额的渠道流通成本,产品售价较商超等渠道低。这次活动所展售的品牌海参为生长5至9年的深海散养底播海参,从源头和加工保障海参的营养与品质,让市民吃上品质海参。

- 小钦岛鲜食刺参1000元4斤,(6-15只每斤,买够2份送货上门)。
- 日晒老淡干海参2180元/斤,买2斤送1斤,折合1450元/斤;买5斤送3斤,折合1360元/斤。
- 小钦岛纯淡干海参2480元/斤,买2斤送1斤,折合1650元/斤;买5斤送3斤,折合1550元/斤。

- 小钦岛9A深海纯淡干海参2980元/斤,买2斤送1斤,折合1990元/斤;买5斤送3斤,折合1860元/斤。

郑重承诺:活动期间所售海参泡发不满意包退。  
抢购热线:15725352090

