

风雨与共真挚情 我与报纸共成长

自2004年6月16日创刊以来,《燕赵老年报》以“一切为了老年人”为宗旨,积极

捕捉热点新闻,策划精彩栏目,不断提升报纸的可读性、实用性与服务性。20年来,广

大读者与老年报风雨与共,共同成长。真实故事,生动感人;深厚情谊,地久天长。在

此,衷心感谢读者朋友的支持与厚爱!

找老年报帮忙

2022年,应二女儿的要求,我写了一本回忆录,名字叫“孙家的故事”,准备出版。因为是第一次写回忆录,没有出书经验,感觉无从下手。在困惑之中,我找到了老年报编辑部,张兰荣编辑接待了我。

之前,我只是按照家谱的顺序,写了孙家的一些事迹。在张编辑的指导下,我又写了序、后记,然后确定了版式布局,配合书中内容调整了老照片的顺序……经过反复修改、校对,最终,《孙家的故事》在7月20日完成印刷。当时我非常高兴,多年的愿望终于实现了。我给住在辽宁省桓仁县的妹妹寄了一本《孙家的故事》,她看了之后激动地说:“当年为了资助我上学,哥哥省吃俭用,现在回想起来满是感动。现在,老一辈都已经故去了,《孙家的故事》里记述了长辈们的历史。”

老年报与老年人的生活息息相关。除了帮助读者出书,还能帮助解决许多问题。比如冬天去海南三亚,老年报可以帮忙找旅游伙伴;通过“帮点小忙”栏目,我曾为两个单身的朋友征婚。总之,遇到困难,我首先会想到找老年报的编辑们帮忙。

孙长友/文

我的好参谋

自从订阅《燕赵老年报》之后,我就有了一位好参谋。

我用《闲情雅趣》版介绍的养花知识,改变昙花夜间开花的习性,让我种的昙花在白天绽放,使许多朋友看到了盛开的昙花。我还营造了家庭小花园,小花园里四季有花,令人赏心悦目。就是在寒冷的季节,我家也有一道绿色的风景。

我把《我游我乐》版的文章作为参考,挑选适合的旅游景点。有一次,我看了一篇《苏州十里山塘》的文章,就让儿子带我去游览苏州园林。旅游归来,我们都觉得不虚此行。

我喜欢看《医疗指南》《保健养生》版,还把学到的知识运用到日常生活中。根据文章中提到的“管住口、多动手、放开步、勤动脑”的建议,结合自己的实际情况,我采取综合措施,一面把好“病从口入”关,一面开展健身活动,把步行当作健身法宝,还主动给自己找事做,养花、收藏、摄影、写作,忙得不亦乐乎。

我早年体弱多病,如今已经89岁了,却身康健,生活如意。在此,感谢我的好参谋——《燕赵老年报》!

周瑞海/文

老年报帮我实现梦想

2016年的一天,一张报纸引起了我的浓厚兴趣,上面的内容与老年人息息相关,读起来很有意思,也很实用。它的报头是5个非常醒目的红色大字——“燕赵老年报”。从那时起,我就开始订阅《燕赵老年报》。这些年,老年报上一个个生动感人的故事,激励、引导着我迈过了人生的一道道门坎;一句句哲理名言,使我的思想境界不断提高,为人处事变得心态平和。有时,一篇文章、一个笑话,能让我一想起来就开心地微笑。老年报真可谓一份

营养丰富的精神食粮。

我曾有过梦想:“要是我也能写文章发表在报刊上,该有多好啊!”今年5月的一天,我鼓起勇气,试探着给老年报打去了电话。接电话的是李萍主任,我对她说:“我写了一篇关于太极拳的文章,里面包含了25年来练拳的经验,也有强身健体的实际体会,想分享给广大读者,您看能不能发表?”李主任告诉我:“这类文章属于《保健养生》版的内容,您拨打电话88629437,联系李萌编辑吧!”我按照号码打过

去,李萌编辑接了电话,他问了一下我的情况,说:“从研究太极拳的角度写文章不太适合。您可以写写自己打太极拳的亲身经历,通过练拳身体有怎样的改善等。这类文章可以刊登。”我心想,这种经历自己确实有,于是就约好过几天投稿。

几天后,我把写好的稿件通过邮箱发过去,并打电话询问李萌编辑是否能刊登。李萌编辑说:“文稿写得挺好的!您订阅报纸了吗?注意看报纸吧,刊发后我们还要给您发稿费。”

我说:“我订着老年报,给不给稿费没关系,刊登前最好给我打个电话说一声。”他说:“行。”过了几天,我看完当天的老年报,没见到我的文章,正想给李萌编辑打电话问问啥时能刊登,有个电话打了过来,正是李萌编辑。他说:“您的文章这周五见报,欢迎继续投稿。”

没想到,我的文章这么快就见报了,心里立马有了小小的成就感。同时,我为报社编辑们认真负责的工作态度和严谨务实的行事风格而感动。

冯书先/文



2006年1月,燕赵老年报组织“老夫妻迎春包饺子大赛”活动

相见虽晚 相伴永远

我是邢台市巨鹿县人,在河南郑州定居已经40年了。我退休前是做军队老干部服务保障工作的,因为职业关系,喜欢阅读老年类报纸,从中了解老年人的相关政策和新闻动态。

2019年9月的一天,我从老家返回郑州。在火车站候车大厅等车时,身边有一位老年乘客拿着一份《燕赵老年报》低头阅读,职业的敏感让我把目光投向报纸。我的举动被老年乘客发现了,他问我:“你老是盯着我干什么?”我怕他误会,连忙说:“老大哥,我是想看看您手里的报纸。我是邢台人,长期定居在河南郑州,老家的老年报我找不到。”他听我这么一说,把报纸递给我,说:“原来是这么回事。咱们是老乡,这份报纸就送给你吧!”说完,他就起身去检票了。

我把那份老年报带回家,阅读了好几遍,感觉报纸办得

非常好。到了年底,我给自己订阅了2020年的老年报。我不仅读报,也喜欢动笔写文章。老年报上读者参与的空间比较大,像《生活互动》《忆往昔》《我游我乐》等版面,我都经常投稿。

我不怕自己的写作水平低,坚信只要多写、多练定会提高。通过给“记者串门”栏目投稿,我得到了张运乾、贾凤霞等编辑记者的指导。他们经常打来电话,提出文章修改思路。我还经常收到《生活互动》版刘坤编辑的回复邮件,他指导我怎样写好文章,哪些地方需要补充。我在《生活互动》版刊登的小文章,都是经过他精心修改的。

这几年来,我在老年报各位编辑、记者的关怀指导下,写作水平有了大幅度的提高。编辑、记者可亲可爱,成了我写作的动力。在此,我向他们表示衷心的感谢!

李朝云/文

一位知识渊博的“老师”

我与《燕赵老年报》结缘,源于2014年我家回迁房装修时,我在老年报上看到一位老年朋友写的住所装修体会。他介绍说,老年人的住所装修,地面铺木地板比铺瓷砖好,并介绍了木地板去什么地方买、如何选。我和家人们采纳了他的做法。实践证明,老年人住木地板的房屋,不仅温暖还防滑安全。

我退休后一直订着《燕赵老年报》,经常看到老年报上刊

登老年朋友的回忆录或一些反映退休生活的散文,给我的生活增添了新的乐趣。在《燕赵老年报》的影响下,2022年,我上了石家庄市老年大学文学写作班,开始尝试给《燕赵老年报》《燕赵晚报》投稿,经过责任编辑的精心修改、编排,我的稿件陆续刊登在老年报的《忆往昔》《多彩地带》《闲情雅趣》等版面。其中,《难忘故乡的元宵节》《读书给了我力量》发表后,行

唐县老家的许多熟人打来电话,说文章写得真实,很亲切,很感人。每当看到自己的作品刊发在报纸上,看到微信群里的亲朋好友点评我的文章,我心里都很激动,也感到很幸福。

每天阅读老年报,已成为我生活的一部分。老年报是我不可缺少的精神食粮,也是我的生活帮手,它教我做出有营养又美味的饭,教我炒菜放调料要注意“火候”,锅热时放酱

油增香,高温时放料酒去腥,出锅放盐口感好,鸡精最后放提鲜;教我食物放在冰箱里要“各归其位”;我喜欢侍弄花草,报上有实用好学的妙招;最让我终生难忘的是,在老年报上得到了治疗失眠的妙方,它让我吃得好,睡得香,精神愉悦,健康平安。多年来,老年报就像一位知识渊博的老师,悉心指导我的生活。有老年报的陪伴,我会受益终生。

苗喜云/文

多情似故人 喜忧总相亲

每到《燕赵老年报》送来的日子,我总是及时从楼下的报箱里拿来细细品读。每每捧起老年报,我总是有一种“书卷多情似故人,晨昏忧乐每相亲”(明·于谦《观书》)的亲切感。老年报已是我多年的老朋友了,无论清晨还是傍晚,无论快乐还是忧愁,总有老年报陪伴着我。

我在职时是做离退休人员工作的,单位订阅了多种老年类报刊。见到《燕赵老年报》上新闻、故事、养生等内容样样都有,我很喜欢这份报纸。我想:“这么好的报纸,老同志们肯定需要,不如为退休人员每人订阅一份。”于是,我将想法写成了报告提交给领导。后来,单位为每位退休人员订阅了2016年度的老年报。

刘焕杰/文



2016年2月,燕赵老年报举办“猜灯谜 闹元宵”活动