



她的退休生活 诠释了“乐龄”真谛



对于家住蠡湖街道山明社区的胡伟安而言，退休生活是无拘无束的美好时光：作别往日的忙碌，做自己想做的事，陪伴父母、与孙子一起学手工，这是一段崭新的生命历程，值得用心体会。

终于有空陪伴父母，弥补了往日缺憾

胡伟安今年 67 岁。2001 年，她从一家纺织公司的保健医生岗位上退休，至今已有 18 年。母亲是会计，父亲是英语老师，她也曾有过大学梦。然而时代使然，她早早被分配进企业，并走上了保健医生的岗位。不过她没有松懈，利用业余时间自学，拿到了高中毕业证书，还自学医学、心理学知识。“有些疾病是心性疾病，比如焦虑引起胃酸分泌过多，导致胃溃疡”，胡伟安对职业是有追求的。她学英语、考职称，直到考上了主管

医生，补上自己缺失的知识。那些年，她一直在忙碌中度过。白天上班，中午做作业，孩子经常在公司托儿所留到晚上 8 点，她有时还会无奈地带着孩子去上夜校。

企业效益不景气，她主动要求从干部岗转到企业岗，以便早点退休。母亲中风、父亲身体也不是很好，有段时间两位老人“四条腿摔断了三条”，让她很心疼。她一直遗憾自己年轻时在工作上花太多时间，无暇陪伴两位老人。退休后的那

段时间，也有地方让她去做兼职。那时看着父母身体机能日益衰退，她觉得钱赚得再多，如果不能陪伴父母，也是没有意义的。那段时间，她上午去父母那里，中午赶回来给孙子做中饭，坐每趟公交车都要掐着时间。“许多年轻人都觉得老年人一早和他们抢公交车，其实我们也有自己的苦衷。”胡伟安说，她也期待社会能宽容一点。照顾父母、儿子和孙辈，其实他们这一代人挺不容易的，也在为社会作贡献。

如饥似渴阅读名著，还学拉起了手风琴

退休后会不会失落？胡伟安说，根本不可能，忙都忙不过来。她自学心理学时，北师大的函授课程里，教授们引经据典，用许多名著里的故事做例子。她当时就觉得自己太缺文化底蕴了，暗暗期待能补上这一课。退休后，她如饥似渴地阅读了诸如《红与黑》《战争与和平》等文学名著，感觉特别过瘾。

得知她年轻时有过音乐

梦，儿媳送了她一架手风琴。胡伟安说，她其实是“音盲”，看五线谱都很吃力。但她不气馁，跟着碟片，在家里练指法。每天下午练习一两个小时，慢慢的，诸如《平安夜》《友谊天长地久》这样的曲子，她都能完整地弹出来，“这些足以让生活变得有声有色”。

没有特别长远的打算，胡伟安说，她想到什么事情都会试

着去做做。她听说无锡的垃圾围城已很严重，就决定在家做垃圾分类。她把塑料袋、塑料瓶放在一起，两三天积满一袋，用干净的袋子装好放到楼下。有时也会试着自己处理厨余垃圾，比如做豆浆剩下的豆渣，给家里的金鱼吃。蚕豆壳用来堆肥。旧电池和旧日光灯管，她也会分门别类放到垃圾箱或送到环保部门。

无锡融创乐园盛大开幕 “内容为王”重塑旅游新型业态

6 月 29 日，总投资超过 400 亿元的无锡融创文旅城正式开业。其核心业态——无锡融创乐园、融创雪世界、融创水世界也正式向游客打开欢乐大门。据统计，融创文旅城仅开业期间就接待游客超过 30 万人次，成为无锡乃至长三角地区游客关注的焦点和全新名片。

江南内容打开欢乐流量入口

无锡融创乐园开创性地将中国元素和江南人文历史融入园区，用世界语言讲述无锡篇中国吴文化故事。每一位游客在无锡融创乐园都能沉浸式地感受到扑面而来的江南气息和无锡味道：枕水而建的运河人家、故事丰富的无锡 5 大古桥、古典民俗风乌篷船表演、地道无锡美食和手信店铺……一步一景皆是秀丽无锡景，一经亮相即成为网红打卡地！

以“吴王”和“徐霞客”为主人公的冒险港湾和霞客神旅区，将现代科技

融入古典历史故事中，“穿越”出别样的欢乐动感。在这里，你可以坐上举世闻名的“吴王宝剑”一飞冲天；在“吴王之盾”流星大摆锤上，感受腾云驾雾的动荡；更可在世界顶级飞翼式悬挂过山车“雄鹰飞翔”、国内首台漂流引进设备霞客漂流上，体验极速飞驰的惊奇，探索隐于丛林深处的吴地文化。

占地 3.4 万平方米的无锡融创水世界则是中国首个沉浸式太湖主题水乐园，江南水乡文化元素融入水世界的空间要素和设备创新设计，全室内项目不受气候影响，夏可嬉水、冬享温泉。世界首创 270 米长、20 米高、极致落差的射击竞技游乐设备带来别样军

事体验，游客更能体验到大浪板、风雨同舟、组合滑道、将军水寨等世界级新奇玩水项目。

无锡融创雪世界的出现满足了南方人对雪的渴望，作为江南首个室内滑雪场，雪世界占地面积 1.75 万平方米，游客在无锡即可体验芬兰圣诞村的浪漫意境。此处有 138 米长的室内雪道，近 13 米的高度落差，让游客在速降雪道体验风驰电掣；还设有儿童专属娱雪区，全家人搭乘萌趣碰碰车，一起玩转冰雪世界。

全域旅游打造一体化经济新引擎

6 月 29 日同时迎客的还有无锡融创茂和以传统江南水乡和经典园林

建筑为蓝本的高端度假酒店群。这座全球高端文化、旅游、商业、生活理念的无锡文旅城，重塑了全域旅游新模式，致力打造成为长三角欢乐旅游新地标，成为一体化经济的新引擎。

融创文旅集团副总裁兼主题娱乐事业部总经理王炜介绍，无锡融创乐园是世界级综合乐园，让游客在体验惊险刺激的极限同时，也能领略原汁原味的传统文化，为世界游客展现无锡精彩，为文旅产业贡献新的 IP 和“流量入口”。



公益速递

7 月 2 日，无锡市清莲传统文化艺术中心，在梁溪书院开展修身瑜伽活动。

7 月 3 日，惠山区前洲街道青城快乐志愿团，将在润洲社区开展“传统戏曲进润洲 百姓舞台添光彩”活动。

7 月 3 日，锡山区尚书苑社区服务社，将在尚书苑社区开展“新爱好—老有所长生活更多姿”之“夏日炎炎，手绘清风团扇”活动。

7 月 4 日，无锡市木子书香阅读馆，将在阳光城市花园 C 区 22-2 开展公益绘本阅读，欢迎 0-6 岁小朋友报名参加。

7 月 6 日，梁溪区曦语公益服务中心，将在风雷社区开展国家通用手语周周学活动。

7 月 7 日，无锡市欢乐义工环保协会，将在非物质文化遗产传承体验中心开展非遗课堂暑期非遗文化体验亲子课。

（黄孝萍整理）