

每天抽半包烟、喝4两酒、打4圈麻将,还喜欢吃肥肉 百岁寿星任奶奶,有一箩筐“坏习惯”

每天抽半包烟、喝4两酒、打4圈麻将……从养生角度来看,任秀芳老人的生活方式似乎并不健康。不过,老人“三高”不沾,一点毛病也没有。昨天,她还迎来了100岁生日。淮海路社区和老年公寓30多位老人一起为她过生日,向她“讨寿”。

现代快报记者 钟晓敏

任奶奶的身体一直非常好,94岁时还能生活自理,并坚持独居。直到2007年,她的房子拆迁后,才跟儿子搬到上海。但是,住了10个月,她便闹着要回来。“上海人讲话太难懂了。”任奶奶更习惯留在南京,她要落叶归根。

2008年4月9日,儿子实在扭不过她,将她送到了淮海老年公寓。“我儿子很孝顺。”任奶奶说,儿子每个月不论有多忙,都会抽空来看她。“以前每次都是当天来当天走,这次我过生日,他几天前就来了,要多陪我几天。”任奶奶思维清晰,讲话有条不紊。

昨天,任奶奶的儿子一大早就到菜场,买了一些新鲜的对虾,剥出虾仁给任奶奶做三鲜寿面。可他

把热腾腾的面条端来时,老人却手一摆,示意不急着急吃。

大家立即明白了她的意思,她要先喝酒。她的床头柜上,放着一壶高粱酒,里面泡有红枣、枸杞和西洋参。几十年来,她每天都习惯中午喝二两,晚上再喝二两。

任奶奶还喜欢抽烟,每天至少半包,档次也逐渐提升,以前抽5元一包的红梅,现在要抽15元一包的南京烟。老年公寓的老人们说,她还很喜欢打麻将,吃过午饭打两圈,晚上还要再打两圈,才肯睡觉。“你别看她一把年纪了,其他老人都打不过她。”老年公寓负责人笑着告诉记者,任奶奶打麻将,十打九赢。当然,老人更注重以和为贵,所以打麻将只玩筹码,



儿子喂任奶奶吃长寿面 现代快报记者 施向辉 摄

从来不谈钱。

“她不止爱抽烟、喝酒、打麻将。”跟她住在一个房间的王奶奶还告诉记者,任奶奶特别爱吃肉,因为牙口不好,她就爱吃肥肉,一块接一块,能吃好几块。

听到大家都在“揭发”她的不

良嗜好,任奶奶赶紧解释,其实她也有很健康的生活方式,“每天早晨6点起床了,只要天气好,都会下楼散步,边走边做拍手运动。”

昨天,淮海路社区给老人准备了一束鲜花、1000元慰问金,还有一个大蛋糕。

资深摄影师教你用镜头捕捉春天

上周持续的晴朗天气让我能网的小能人们不仅“画”春天、“写”春天,更与春天来了一次亲密接触。这不,“拥抱春天”主题植树活动刚结束,小能人们便第一时间在我能网上晒出了自己的春游照,小树苗的嫩芽、风中飞扬的柳絮……各种春景美不胜收。对此,我能网还特别邀请了现代快报资深摄影记者赵杰在线开课,亲授摄影诀窍,与小能人们一起用镜头捕捉春天的别样风景。除了拍摄技巧,赵杰还提供了些早春的拍摄地点:鸡鸣寺的樱花、秦淮河边的柳树、梅花山的梅花等。

据了解,此次“春天畅想曲”活动将于3月31日截止,如果你也想晒出自己眼中的春天,那就赶快上传你的文字或摄影作品吧!只要参与即可有机会获得相关荣誉证书,更可获得我能网积分大礼包哦!活动详情请登录我能网(www.wonengw.com)查看。

征文及摄影作品参与方式:登录我能网(www.wonengw.com,新浪微博和腾讯微博用户可免费注册直接登录)——申请能人——点击“个人中心”——点击“发博文”。

咨询电话:025-58598123
 写作小能人QQ群号:74214489
 贾曼艺 蒋倩

有腰窝到底是肾虚还是美?

快报讯(通讯员 钱文娟 记者 刘峻)春季来了,脱去厚厚的冬装,减肥、身材等又成了热门话题。最近,“你有腰窝么?”一则微博引来不少网友转发。微博称,屁屁上方两个凹下去的俗称“腰窝”,艺术家又称“圣窝”,是理想的人体模特标志之一。但同时又

有网友热议,“有腰窝代表肾虚”。

腰窝是臀部骶椎骨上方和腰椎连接处的两侧,只有体形匀称的年轻女性才可能有,据说这只占所有女性的百分之三。南京市中医院骨科副主任中医师李杭京说,年轻、腰部脂肪较少,身材比较匀称的人基本都会有腰窝,

这主要是肌肉和骨盆间(尤其是女性,骨盆较大)形成的,一般不会有病变。南京市中医院肾病科主任中医师孔薇也表示,腰窝和肾虚是两码事,肾所在的位置一般在第十到第十二肋骨间,而腰窝在下方。腰窝应该和肾没有关系,而是单纯的体型特点。



资料图片

不走寻常路



倒挂东南枝 大叔在做高难度健身动作。可是,这么细的树枝,让人捏了一把汗。3月9日摄于梅花山 (作者小民)



上树抓“机” 因遥控不当,直升机坠落枝头,没办法咯,机主只好爬树取“机”了。2月25日摄于古林公园 (作者陆如硕)



“廊桥”遗梦 春光惹人醉,栅墙头一睡。扁担功不错,安全事别忘。3月9日摄于玄武湖公园 (作者李晓龙)



“冰与火” 上穿羽绒服,下穿小短裤,身在南京,就是这样不同寻常。3月9日摄于汉中路 (作者雪山飞鼠)



奋不顾身 想拍张好照片,必须发挥一不怕脏二不怕臭三不怕白眼的精神。3月5日摄于梅花山 (作者冯晓)

互动方式 投稿请注明拍摄时间、地点、作者姓名及手机号码
 有啥好照片 发给快报瞅瞅 **投稿方式**
 有啥好想法 说给快报听听 1.发送邮件至dajiaxiu@126.com
 支持原创图片,谢绝一稿多投 2.登录新浪微博@多拉C蒙
 (即日起,大家秀图片作者均可获价值40元的体彩即开票“黑旋风”)