

# 和佑老年养生沙龙开张,邀您一起探讨健康秘籍 分享养生妙招,千元养老基金等您拿

有学者提出,人体健康的主动权一半以上掌握在自己手里,这是很有道理的,老人盼望延年益寿是理所当然的,但是老人更盼望长寿又健康,有了健康的身体是长寿的重要物质基础。西方的医学讲“保健”,而中医则强调“养生”,提倡老年人自我养生,不仅是个人与家庭的需要,也是整个社会的需要。和佑老年养生沙龙为老年人的养生交流和探讨提供了一个专业、权威的平台。

为了促进老年人身心健康,宣传养生知识,和佑尊长园特开办老年养生沙龙,即日起,本报每周二的“养生有道”专版将与您共话老年健康秘籍,参与互动即有机会赢取千元养老基金。

记者 熊维维



和佑老年养生沙龙为老年人的养生交流提供了专业的平台。

## 和佑尊长园八师团队简介

- 1. 医师**  
受过高等医学教育或长期从事医疗卫生工作的、经国家卫生部门审查合格的中、高级医务人员,根据需要提供长者医疗服务。
- 2. 护士**  
即专业护理人员(护士),为长者提供24小时护理服务。
- 3. 护理师**  
即养老护理师,经过国家培训考试,获得国家认定的养老等级护理人员,为长者提供至亲家属般日常生活照料服务。
- 4. 针灸按摩师**  
从事为长者电疗、拔罐、针灸、按摩、足疗等理疗工作的专业人员。
- 5. 营养配餐师**  
根据长者用餐的不同特点和要求,运用营养学的基本知识配备适合不同长者合理营养需求的个性化餐饮产品的服务人员。
- 6. 康复训练师**  
从事长者康复与健康方面的教学和训练的服务人员,为长者提供康复训练指导服务。
- 7. 社工师**  
遵循长者的价值理念,运用锻炼、表演、聊天等个案方法,丰富长者精神生活的服务人员,为长者组织丰富多彩的文体娱乐及学习活动。
- 8. 心理咨询师**  
协助长者解决各类心理、情绪、情感问题的服务人员,一对一为长者进行心理辅导,排除烦恼忧愁。

## 和佑老年养生沙龙

### ▶▶ 简介

通过养生沙龙的形式从社会大众的生活中集思广益,探讨养生保健方面的知识,提高老年人的养生意识,挖掘更多来自民间的养生方法,同时根据专家和医师的点评和指导,纠正老年人在养生方面的误区,保障老年人的身心健康。

### ▶▶ 参与方式

只要您在养生保健方面有妙方、有绝招、有窍门;不管是饮食养生、运动健身、穴位按摩、中药调理,还是心理调节,根据每周沙龙主题,欢迎您以普通信件、电子邮件、热线电话的方式告诉我们,和佑尊长园八师团队(医师、护士、护理师、针灸按摩师、康复训练师、营养配餐师、心理咨询师、社工师)将会为您做出最权威的点评和指导。

### ▶▶ 本月主题

关于以下四个主题只要您有秘方或窍门,欢迎来信,千元养老基金等您拿。

和佑养生沙龙第一期:如何让血压不再“高高在上”

和佑养生沙龙第二期:帕金森,生命无法行动之痛——帕金森患者生活注意事项

和佑养生沙龙第三期:别让“甜蜜”成健康杀手——生活中如何防治糖尿病

和佑养生沙龙第四期:脑梗塞-老年人健康的隐形杀手——如何防治脑梗塞

### ▶▶ 互动方式

- 1. 普通信件:** 邮寄或者直接送到郑州市花园路与黄河路交叉口豫粮大厦18楼1813房间
- 2. 电子邮件:** 以电子版的方式发送到 heyouchina@126.com
- 3. 热线电话:** 请拨打报纸下方广告咨询热线
- 4. 活动官方网站:** www.heyouchina.com

### ▶▶ 参与互动即有机会赢取千元养老基金

每月评选5名最佳贡献奖,和佑尊长园将会为5名最佳贡献奖赠送价值1000元的养老基金,详询报纸下方咨询热线。

### ▶▶ 健康养生百问百答

如果您在生活中有健康养生方面的疑问,欢迎您以普通信件、电子邮件、热线电话的方式告诉我们,和佑尊长园专家团队将会竭力为您解答。



## 郑州·荥阳和佑尊长园 养老院

河南首家三星级宾馆化医护型养老院



# 24小时暖气,全天热水免费供应

## 温暖过冬,就到和佑尊长园

### ★ 三大承诺

没有异味、没有褥疮、没有孤独。

### ★ 二免尊享

暖气费、空调费、热水费全免;和佑至尊VIP卡,终身免费养老。

### ★ 一份大礼

享受床位费、护理费最低六折优惠。

和佑尊长园“五疗”服务,护“身”又护“心”。

医疗·药疗·食疗·心疗·动疗

## 免费试住7天,不满意退园

养老体面有尊严 就到和佑尊长园



比在家里还方便,很热闹



心与心的沟通,很有爱



个性化营养配餐,很贴心



专业的针灸按摩,很给力

咨询热线 0371-

# 6665 7115 / 6665 7121 / 6500 7677

服务热线: 陈先生 138 3807 2297 古先生 187 3601 2494 齐先生 138 3809 0973

连锁加盟热线: 0371-6653 2336

网址: www.heyouchina.com

园区地址: 郑州市荥阳三公路与汜河路交叉口

每天有班车接送长者及家属去园区免费参观,请提前两天拨打会员服务电话。

地点: 1. 河南省粮食局院内(黄河路与花园路东北角); 2. 建设路国棉六厂门口。