

迎接老年节

扫院子打苍蝇,百岁老人闲不住

莱州市长寿老人张兰芳昨天过了100周岁生日

本报记者 侯文强

10月10日,农历九月初六,莱州市金城镇城后万家村的张兰芳老人迎来了她的100周岁生日。别看老人走路时颤巍巍的,她却总也闲不住,就在过生日的前一天,张兰芳老人还偷偷地打扫了一遍院子。

总爱去门口 找乡亲唠嗑

每天早晨6点来钟,张兰芳就自己穿好衣服起床了。她总是先拄着拐杖溜达到大门口,看看门前公路上的风景。等到站得累了,才溜达回屋里躺一会儿,等着7点半吃早饭。

张兰芳在家里躺不住,到傍晚了,老人还要到门口去站站,看看南来北往的车辆和乡亲。老人爱找人说话,时常会和来往的乡亲们聊两句。10日中午,看到有老邻居来祝寿,她的脸上笑开了花。

别看年纪大了,老人一点也不闲着。96岁时还能烧火做饭。最近五六年,重活干不了了,她还是找些力所能及的事情干。儿女们不让干,她就偷偷找事做,还能洗洗自己简单的衣服。

10月9日,过生日的前一天,趁着家人不注意,老人一手拄着拐棍,一手拿着扫帚,偷偷地把院子打扫了一遍。今年天热的时候,她的手里总拿着苍蝇拍,由于动作比较慢,苍蝇们往往能从她手下逃生,为了打一只苍蝇,她有时候会追到厕所去。

10日中午12点,院子外面响起了祝寿的鞭炮声,老人侧耳听了听,转头提醒家人说“别浪费啊”。



见到老邻居,张兰芳很高兴。本报记者 侯文强 摄

一天三顿饭 每顿一碗稀饭

除了耳朵有点聋外,张兰芳的身体没一点儿毛病。老人从来没有因为生病进过医院,以前感冒时也不吃药,过两三天后就好了。

老人的饭量很稳定,每顿都差不多的量:早晨喝碗稀饭,吃半块馒头、一个鸡蛋;午饭和晚饭则少了鸡蛋,多了炒菜。她顿顿必喝大米、豆子等五谷煮的稀饭。

不管饭菜好坏,老人从来不挑食,不过她也有自己喜欢和讨厌的食物——不爱

吃鸡肉、猪肉,喜欢吃排骨和丸子。

老人不抽烟,不喝酒,不喝茶,没有什么特别的喜好。“如果硬要挑一个爱好的话,那就是爱干活,总也闲不住。”儿媳陈瑞兰笑着说。

80岁以上老人 村里有30多位

老人有2女1子,43岁时老来得子,如今五世同堂。儿媳嫁进门33年,一直和老人住一块,偶有磕磕碰碰,但是婆媳两人从没吵过架。

莱州市金城镇城后万家村有140户,420多人,其中80岁以

上的老人有30多位,快要占到十分之一了。城后万家村还有一位95岁的老人,身体很壮实。

除了民政部门和人社部门的福利待遇外,每年过年时,城后万家村也要给老人们发福利:60岁-70岁的老人发150元;70岁-80岁的发200元;80岁以上的发300元;百岁以上的特别奖励2000元。

“儿女孝顺村风好,老人们才能长寿。”城后万家村村委书记万继远说,长寿与否和经济水平不挂钩,现在大家都能吃上饭,饿不着冻不着,想让老人长寿,儿女们不用老给钱,不用老给好吃的,而是要常陪在老人身边,孝顺老人。

头条链接

莱州百岁老人130位 长寿秘诀是心情好

莱州市老龄办主任马云龙说,莱州有130位百岁老人,与物质生活和居住环境相比,以孝为先的村风和幸福的家庭生活更重要。

根据民政部门统计的结果,莱州市现有60岁以上老年人19.87万人,占人口总数的23.16%。百岁以上老人130人,每10万人中就至少有15位百岁老人。莱州是全国有名的长寿之乡,烟台十大寿星中,莱州市占了一半,百岁老人数量占烟台市1/3。

莱州市金城镇凤毛寨村,是个远近闻名的长寿村。该村不到2100人,60岁以上老人就有400多人,百岁老人最多时达到7人,最高寿者105岁。而它邻村的人口数量差不多,却很难找到90岁以上的老人。

同样的环境和饮食,两个村子怎么差别这么大?马云龙说,与饮食习惯和居住环境相比,注重孝德文化,让老人老有所养、老有所乐,有个好心态更重要。

长期以来,莱州市委、市政府将“老有所养、老有所医、老有所为、老有所学、老有所乐”作为一项长期的战略任务,每年约发放补贴金近900多万元。以百岁老人为例,百岁以上的老寿星每人每月可领取300元的长寿补贴,过年时还有300元的红包,再加上人社部门每人每月的60元养老金,每位老寿星每年可以至少领取4620元。

据了解,在今年老年节期间,莱州市领导将带队分赴走访慰问敬老院和高龄贫困老人,送去近20万元慰问金。莱州市政府推行了新农合解决了老年人老有所医的问题,并在市区建设了一批条件好设施全的广场、公园,为老年人参与文化体育活动搭建了坚实的平台,同时在各镇街、社区也建设了许多老年活动中心、活动广场等供老年人参与活动。

通讯员 杨建丽 本报记者 侯文强

“老夫妻想找人说说话”追踪

巧了,上门义工居然是久别邻居

话匣子一下打开了,老人乐开了花

本报10月10日讯(记者孙淑玉) 日常起居有保姆照顾,儿女频繁电话问候,身体还算硬朗,花销不愁,在外人看来,这样的日子再惬意不过。然而日日靠着读报,看电视和等电话打发时间,身边唯一的保姆还是文盲……89岁的烟台老人李女士忍不住拨打了本报公益热线求助,他们夫妻俩想找个人说说话。(本报10月10日

A06版曾报道)。看到本报报道后,10日中午,扬帆助学服务队义工来到老人家中和老人结对子聊天,有人拉呱,老人笑开了怀。

“老人家住哪里,我们想去陪陪老人。”看到本报的报道后,扬帆助学服务队队长薛志伟致电本报,想在休息时间陪老人说说话,给老人讲讲外面的新鲜事儿。薛志伟说,看着和

老母亲年龄相仿的二老那么孤单,她心里很不是滋味,想尽力给老人的晚年添些彩。

10日中午,记者带着义工来到老人家中时,老两口正坐在家中。“跟电视里的人似的,真漂亮呢。”还没进门,李女士一把拉过薛志伟上下打量,眼里早就乐开了花。交谈中才发现,薛志伟家住乐山里附近,和李女士还是多

年前的老邻居,邻居见面话格外多,老人一下打开了话匣子,笑声不断传出。

尽管听力不好,看着义工和老伴聊得不亦乐乎,张先生也面带微笑。兴之所至,他还特意翻出日前写的一首《耄耋殇》,和义工分享自己关于养老的看法。聊天过程中,薛志伟还和二老谈起了很多共同的朋友。

马上过节了,给老人送点啥?

本报发起“我给老人备份礼”活动,周末去向阳养老服务中心

本报10月10日讯(记者孙淑玉) 或是一份精心制作的水果拼盘,或是一份充满寓意的小礼品,或是一段即兴的表演,只要有心都会给孤寂的老人带来足够的安慰。临近老年节,本报发起“我给老人备份礼”活动,13日上午,我们将走进向阳养老服务中心,陪40多位老人过节。

10日,本报报道的老夫妻不愁吃穿,只因儿女全在外

地,身边没个能说话的人,老人孤单地打电话求助一事,触动了很多人。上午,不少老人致电本报公益热线诉说心声,都希望儿女在送钱送物之余,能多回家看看,陪自己说说话。

“孩子正是花钱的时候,我们岁数大了,能花多少钱?”家住塔山小区的张大爷打电话说,看着儿女日日在外辛苦打拼还惦记给自己买

这买那,他和老伴很心疼,但忙着打拼事业的孩子回家往往待不了多久就得走,这让他们很难受。

临近老年节,不少老人都在盼着儿女回家,而在敬老院里,老人们也日日盼着这热闹的日子里有更多人能惦念自己。即日起,本报发起“我给老人备份礼”活动,13日上午,活动将走进向阳养老服务中心,陪40多位老人

过节。或是一份水果,或是一份满怀心意的小礼品,或者只是几个小时的陪伴,相信这些都会温暖那些孤独的老人们。

在为儿女奉献了一生熬尽所有苦难后,老人们心里最在意的可能只是有人陪着说说话或多几次探望。老吾老以及人之老,还在等什么,赶紧加入到陪老人过节的行列中来吧,报名电话:15264520357。

社区带老人 出去“见世面”

本报10月10日讯(记者张晶) 老年节来临,海滨社区组织社区退休人员为期5天的旅游活动。旅游目的地主要集中在上海、南京等地。从10日下午5点半开始,出行人员分3批出发,老人们第一次结伴游玩,都想着见见“大世面”,兴奋得不得了。

“本打算带大伙去华东五市的,后来考虑了一下改成四个地方,沪、宁、苏、杭,老人们能玩得过来。”海滨社区居委会党总支副书记吕其涵告诉记者,“我们这次活动从去年就商量着定下来了,今年就在老年节前出发,带大伙儿去大都市走走,见见世面,也算是老年节社区献给老人们的礼物吧。”

据悉,此次出去游玩的多是年龄在50岁以上的老人。

10日下午,旅行社大巴早早等候在居委会门口,但是有的老人没出过那么远的门,一兴奋,一紧张,就容易“出事儿”。

“哎呀,我把我孙子的证件带上了,不行不行,得赶紧送回去。”说着,一名老人从车上冲了下来,把证塞到邻居手里,出发之前不忘嘱咐一句:“一定要送到啊!”

原定于下午5点半出发的“旅游团”,拖到下午6点终于出发,希望这些老人在外地过一个属于自己的别样老年节。