



扫码下载齐鲁壹点
A04-05

齐鲁晚报

2020年8月2日
星期日

记 / 录 / 美 / 好 / 瞬 / 间

□美编：徐凌
□组版：韩舟



王尚志老人平时她很喜欢和不在身边的家人们视频聊天。

101岁老太，爱上视频聊天

文\片\视频
齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 王媛

“这是我二儿子！”王尚志老人一边和儿子视频聊天，一边比划着向记者介绍。

7月30日，在济南市中区七里山街道七东社区，今年101岁的王尚志老人正在和二儿子通过手机视频聊天。“哟，这不是我重外甥女彤彤吗？”聊着聊着，重外甥女和二儿媳妇也加入进来。视频通话结束后，小儿子任勇拿来当天的报纸，她放下手机看起报来，有时候还边看边读。

王尚志老人生于1920年，她一头银发面色红润，耳不聋眼不花，思路清晰说话利索。她告诉记者，她的长寿秘诀就是不着急、不生气，什么事情都不往心里去。平时作息、饮食都很规律，早上蜂蜜水、牛奶和鸡蛋，晚上只喝一碗稀饭。

老人祖籍潍坊，1960年，40岁的她在大观园街道办事处干过街道主任，纯义务却什么活儿都干，谁需要帮忙，哪怕是在半夜她也去。干了8年后，她又去了当时的市中区服装厂做衣服，直到退休。

小儿子任勇回忆道，退休后，母亲和父亲依然很热心，组织小区居民锻炼身体，老两口一直是领队。当时的六里山没有上山的路，老两口扛着铁锹和镐，用自制的小拉车拉着桶和土上山修台阶。父亲爱写字，去世6年了，但是他写的字依然挂在家里的墙上，时时刻刻陪伴着母亲。

老人说，四个儿子轮流照顾她，家里人也经常和她视频通话。除了读报看报，她还喜欢看电视，最喜欢的是京剧频道。

年轻时候的王尚志经常感冒，还伴有气管炎，现如今身体却倍儿棒，老年人常见的心脏病、糖尿病都没有。据七东社区居委会主任王美华介绍，去年端午节比赛包粽子，王尚志老人一口气包了十几个粽子，得了个第一名。



▲家里墙上很多字都是老伴写的，老伴去世后这些字一直陪伴着她。

百岁档案

姓名：王尚志 祖籍：潍坊
出生年月：1920年农历七月二十三日
子女：四个儿子
生活习惯：作息、饮食规律，最爱喝稀饭、吃青菜
爱好：看报、看电视
长寿秘诀：不着急、不生气，想得开



王尚志在小儿子的搀扶下，在屋里来回走动锻炼身体。



▲王尚志老人饮食很规律，早上雷打不动的蜂蜜水、鸡蛋和牛奶。



▶王尚志老人喜欢看报读报，也不用戴老花镜。



▶见过民国期间的定婚证和结婚证吗？王尚志老两口的定婚证和结婚证保存得很好。



扫码
看
视频