

九九重阳

敬老爱老话 重阳

编者按:重阳节是中华民族的传统节日,随着时间的流逝重阳节被赋予越来越多的意义,也变得越来越有内涵。自古以来,重阳节就承载着敬老、爱老的意义,今年也不例外。虽然许多老年人都有着丰富多彩的晚年生活,但他们依然需要全社会给予更多的关爱。善待今天的老人,就是善待明天的自己。



10月21日,在重阳节即将来临之际,为了弘扬中华民族尊老爱老的传统美德,市志愿者协会和信阳师范学院的志愿者走进五星敬老院开展“重阳爱老活动”。活动中,信阳博士医院的医生为老人们送来了日常生活中的必备药品,同时还为老人们免费进行了详细的体检。图为护士正在为老人测量血压。 本报记者 张方志 摄



“五保”老人余荣明 敬老院里喜结连理

本报记者 张勇

岁岁重阳,今又重阳。10月19日,记者前往罗山县高店乡第二敬老院,了解该院“五保”老人的晚年生活。

十月的豫南大地上,一派秋收秋种的繁忙景象。“五保”老人们在敬老院开辟的菜地里忙碌,尽情享受老有所乐的晚年生活。“要是没来敬老院养老,我也不知道死到哪儿去了,还是共产党好,国家的政策好!”“五保”老人余荣明感慨地说。

余荣明今年73岁,早年因为家庭成分不好,没能娶上媳妇。没进敬老院前,他就住在村头挨着别人的山墙搭一个草棚居住。草棚内地面常年潮湿,好心的村民给他送的棉衣棉被,当年就烂掉了。因潮湿他还患上严重的疾病,当时60多岁的他疾病缠身、骨瘦如柴,生命垂危。

“2008年,为落实国家关于农村‘五保’老人集中供养的政策,我们乡建起了标准化的敬老院。我们就把全乡像余荣明这样的‘五保’老人接到敬老院,实行集中供养,供养的费用由国家下拨,每人每年2500元。”高店乡民政所所长、第二敬老院院长王元梁对记者说。

王元梁说,余荣明是69岁时来敬老院的,几年过去了,现在的他是精神焕发,越活越年轻。2010年,他在敬老院里找了一个老伴儿,县、乡的领导专门来敬老院,为他举办了婚礼。

“养老国家给钱,生活有人照顾,看病全部免费,闲时种种菜、喂养猪,我们现在的生活比农村有些有儿有女的老人幸福。”余荣明高兴地对记者说。

重阳逢霜降

老年人保健需注意防寒

信阳消息(见习记者 熊晓辉)今日是中国的传统节日重阳节,也是二十四节气中的霜降。霜降是秋季的最后一个节气,也是秋季到冬季的过渡节气,此时气候已渐寒冷,夜晚下霜,晨起阴冷,开始有白霜出现。因此,公众要注意添衣保暖,防病保健。

俗话说:“寒露不算冷,霜降变了天。”21日晚上,一场突如其来的雷雨突袭申城,让市民感到了丝丝寒意,昨日我市最低气温只有9℃。“一场秋雨一场寒”,这场降雨过后,信阳地区将进入秋季季节,气温也将逐渐降低。

保健专家提醒,霜降时节,秋燥易伤人体津液,是慢性胃肠疾病和慢性呼吸道疾病的高发期,老年人最容易引发慢性支气管炎、肺气肿、风寒湿痹关节疼痛以及心脑血管疾病等。这一时节,老年人除需要预防燥邪损伤外,还须防止寒邪伤人,并重视耐寒锻炼。在饮食方面宜多服甘凉润养之品,如西洋参、沙参、麦冬、石斛、玉竹等,也可适当温补,如老母鸡汤配黄芪,可以补虚益气,提高抵抗力。

气象部门天气预报显示,我市今天晴天,气温13℃~22℃;明天阵雨,气温14℃~21℃;后天多云转小雨,气温15℃~22℃。

重阳节 老人们各有各的精彩

信阳消息(见习记者 马依钗 王洋)一年一度的重阳节来了,尊老、敬老、关爱老年人是我们中华民族的传统美德。家有儿女的老人们合家欢乐、其乐融融;“五保”老人、空巢老人们在社会的关爱下晚年生活过得有滋有味;很多退休闲居的老年人则醉心于各种文娱活动,在公园和广场到处都能看见他们翩翩起舞的身影,听到他们嘹亮动听的歌声。重阳节,老人们各有各的精彩。

夕阳红·夕阳情

“我爱五指山,我爱万泉河,双手接过红军的钢枪,海南岛上保卫祖国……”刚跳完舞,吃过早饭,卢振邦老人又来到沙河公园,和老伙计们唱起了那些耳熟能详的革命歌曲,已经80岁高龄的他,唱起歌来却铿锵有力。

早些年,卢振邦老人从交通系统退休,虽然老伴儿已经离世,孩子们也不与他同住,但是一个人的晚年生活却过得多姿多彩。

老人不仅报名参加了舞蹈班,学习交谊舞、三步踩,而且因为爱好唱歌,每天他都会到沙河公园“以歌会友”,《红军不怕远征难》、《主席的话儿记心上》等100多首老歌,老人都能开口即唱。

老人告诉记者,他平时很少在家待,除了专注自己的小爱好,没事儿就会骑着自行车,在信阳的大街小巷转转,或者找老同事、老朋友聊聊天。“不跟孩子同住,感觉更自由,节假日孩子回来看看,平时时间自己支配,年轻时那点爱好因为工作、生活种种原因,不能自己做主,老了‘拾起来’,老有所乐、老有所为,人越活越滋润,越活越年轻。”

夕阳红里有温情

近日,空巢老人姜逸林和朱建辉夫妇的家里坐满了街坊邻居们,唱红歌、拉家常,其乐融融。一首《没有共产党就没有新中国》让红军出身的老夫妻俩都红了眼眶。孩子们都不在身边,但是这些

邻居就像亲人一样,一直关照着他们的生活,帮助他们处理生活琐事。邻里之间就像一个大家庭一样。

虽然少了子孙的陪伴,但是这个重阳节这些空巢老人过得一点都不孤单,社会各界的关爱和邻里街坊的关怀滋润着他们的晚年生活。

家有儿女很幸福

家住固始县城关镇的丁运昌老人今年已经83岁了,说起这辈子最大的成就就是养了8个好儿女,一个比一个孝顺,让自己的晚年生活非常幸福。

退休了,老人就爱打打麻将,几个子女平时工作忙,但只要谁有空,都会陪老人打上几局,害怕老人手搓麻将累了,子女们又凑钱为他买了一台自动麻将机。老人常说:“别看我80多岁了,但是头脑很灵活。输赢不是最重要的,麻将桌上用用脑,跟子女们聊家常,才是最幸福的。”

- ①老人们在体彩广场练习太极拳。
- ②志愿者为敬老院老人表演节目。
- ③志愿者为敬老院老人剪指甲。

见习记者 马依钗 王洋 摄

虽然老人与二儿子同住,但是其他子女基本上每天都要来看看,给老人洗洗衣服、床单,做点好吃的,陪老人聊聊天,老人也会隔三岔五去各家串串门。老人说:“虽然自己老了不能再帮子女太多忙,但是我依然是他们的精神支柱。”

而对于重阳节,老人说有了这些孝顺的孩子,自己每一天都在过节。

