

温馨的港湾 幸福的家园

——敬老院里五保老人生活见闻

幸福是什么,不同的人对它的理解肯定是不同的。生活在敬老院里的农村五保老人对幸福的理解非常简单,那就是衣食无忧。实际上,在敬老院里,这些老人过的生活已经远远超越了这样一个简单的标准。



抱的健跳镇敬老院,尽管知了在树上不时地鸣叫,但走在片片绿荫下,只感觉这里的环境十分优雅。老人们有的在庭院内散步,有的在拉家常,有的在房间内看电视,四处洋溢着和谐和安宁。与老人的交谈中,笔者深切地感受到了老人们对生活的满足。

今年 74 岁的叶有来老人是健跳镇西郭村人,住进敬老院已有半年多时间。老人虽然耳朵有点背,但一听到要了解他们在敬老院里的生活,他第一个站出来说话,他告诉笔者,以前住在家里,早上粥多烧点,连着中饭和晚饭,一碗咸菜吃长年,饱一顿饥一顿,吃了晚饭就钻进被窝,生病在家时,孤苦一个人,要口开水喝也没有。现在一日三餐都有专人负责烧给他吃,睡前还可以看看电视,与其他老人聊天开开心,生病也不用担心了。

来自该镇健农村的缪开满老人接过了话茬:“这里吃得好,住得好,真是想不到。在家里时,我们住的是破旧低矮的房子,外面下大雨,里面下小雨,每当台风一来,心里就发慌;睡的是一张席和一条破被,碎稻草在席下垫一点,稻秆把当枕头,冬天到了晚上睡着冷冰冰。现在住进了漂亮宽敞的新房,不管外面刮风下雨,心里都很踏实,政府发给我们每人两床新棉被,最冷的天气也不怕。”

张书岳老人今年已 82 岁了,他对笔者说,没有住进敬老院之前,他最担心的是自己老了生病时,没有人来照顾,什么时候死了也不知道。如今,他过着衣来伸手,饭来张口的生活,没有一点后顾之虑了,过得非常开心。

在采访中,给笔者印象最深的是,这些经历过旧社会的老人们没有一个不说:像他们现在这样的生活,在旧社会是根本不可能的,也是不可想像的!

健跳镇敬老院可以说是我县五保工作的一个缩影。如今全县的敬老院都是花园式的环境、宾馆化的服务、规范化的管理,五保老人在这里老有所养、老有所医、老有所乐,共享幸福晚年。



相关链接一

今年,我县认真总结三年来农村五保和城镇“三无”对象集中供养工作的经验,巩固工作成果,进一步加强敬老院建设,建立和完善长效供养机制。通过两手抓,即一手抓供养设施等基础设施建设,使敬老院、福利院的居住和生活条件得到极大地改善;一手抓长效管理机制建设,建立健全敬老院、福利院的规章制度,加强工作人员的业务培训,保证集中供养率得以提高。

相关链接二

五保供养制度是指对农村无劳动能力、无生活来源、无法定抚养义务人的孤寡老人在吃、穿、住、医、葬五个方面给予照顾和物

目前,我县有敬老院 13 所,总床位数 420 张,敬老院工作人员 26 人。全县共有五保户 209 人,集中供养 193 人,集中供养率为 92.3%,年供养标准达 3000 余元;福利院 1 所(爱心楼),床位数 20 张,集中供养城镇三无人员 12 人,集中供养率 100%,年供养标准达 3200 余元。供养标准达到去年农民人均纯收入 60%以上,确保了农村五保和城镇“三无”对象的基本生活,保障了敬老院、福利院的和谐与稳定。

资帮助。国务院颁布的《农村五保户供养工作条例》,为保障五保对象的正常生活,做好农村五保供养工作提供了法律基础。

文 / 摄 陈茂生

老人闲聊少言病

几个老人碰到一起,总喜欢谈论谁得了癌症,谁又因病离开了人世。

人到老年,身体衰退,易生疾病,十分自然。生生死死也是自然规律,不可逾越。老人有病向人们倾诉,希望得到关注和同情,也是情理中的事。然而,老人聚首,左一个病患,右一个肿瘤,或者等老病卧床上,或者等老命归黄泉,这类话题议论多了是很不妥当的。

人步入老年,精神健康很重要。精神愉快,心情达观,思想开阔,积极向上,就能生活快乐,健康长寿,颐养天年。倘若满耳听到的是老人对于病的哀愁,满脑袋装的是老人的死讯,就会使听者头上阴影笼罩,精神恐惧紧张,心里难免会担惊受怕,感到生活无味,日薄西山。这样,只能加快老人的衰老,甚至诱发病痛而危及生命。

老人闲聊少言病,最好不言病,并不是要求有病不说,有病不治,而是不要把病当谈的主题,说个没完没了。我们主张老人在一起时,多搞一些有益于身心健康的活动,多交流一些热爱生命、积极养生等话题,用良好的精神状态,共同欢度晚年。

老人度夏四法宝

食醋 炎夏出汗多,多吃点醋,能提高胃酸浓度,帮助消化和吸收,促进食欲。醋还有很强的抑制细菌能力,短时间内即可杀死化脓性葡萄球菌等,对伤寒、痢疾等肠道传染病有预防作用。夏天人易疲劳、困倦不适等,多吃点醋,会很快解除疲劳,保持充沛的精力。

番茄汤 夏季多喝番茄汤既可获得养料,又能补足水分,一举两得,番茄汤(烧好待冷却后再喝)所含番茄红素有一定的抗前列腺癌和保护心脏的功效,最适合于中老年男性。

热茶 夏天离不开饮料,首选的既非各种冷饮制品,也不是啤酒或咖啡,而是极普通的热茶。茶叶中富含钾元素(每 100 克茶水中钾的平均含量分别为绿茶 10.7 毫克,红茶 24.1 毫克),既解渴又解乏。据英国专家的试验表明,热茶的降温能力大大超过冷饮制品,乃是消暑饮品中的佼佼者。

扇子 从健身角度看,取凉“设施”扇子最佳。扇子虽然已是“老古董”了,但其健身效果却是其他任何现代降温设备所无法比拟的。摇扇是一种运动,可锻炼肢体(若有意识地换用左手摇扇,还可收到活化右脑、开发右脑潜能、预防中风的意外之效)。



每当夜幕降临时,在石羊社区,总有一群老人聚集在一起,边纳凉边观看自己喜爱的戏曲节目。图为老人们正在津津有味地观看绍剧《龙虎斗》。

翰墨自乐娱晚情

——记退休干部林祖增

早就听说我们县里有这么一位退休干部,退休后的几年里,笔耕不辍,诗作屡在全国各大杂志上得奖,去年还被聘为中国现代化管理科学研究院院士,他就是林祖增老人。带着那份好奇,近日,笔者来到了南山路林老的家里。

林老的房间不大,也比较旧,最引人注目的是悬挂在墙壁上裱好的一幅幅字画,以及一叠叠厚厚的书本,那散发出的浓郁的书

香气,令人不由自主地想起了刘禹锡笔下的《陋室铭》。见笔者在欣赏墙上的字画时,林老谦虚地说道:“献丑献丑。”仔细一看落款,原来都是林老自己的作品。

在闲聊中,笔者了解到,林老一直以来是一个闲不住的人,1994 年退休后在农村合作基金会帮助做了 5 年会计,直到 1999 年才正式过上了“退休族”的生活。“在工作的时候一直没有时间做自己的事情,退休后来老年

大学后才发现自己的兴趣竟也如此广泛。”

在老年大学,林老选修了书法、美术、诗词、摄影等几个科目,一有时间便投入其中,乐此不疲。因为兴趣浓厚,短短几年时间里,林老的一些书法、绘画、摄影、诗词等作品便屡次在县里或其他刊物上获奖,其中诗词尤佳。截止至今,林老的诗词有 200 多首被一些刊物录用,其中 45 首诗作被收入《中华诗词大全》;《健跳大桥赋》被收入《中华名人问论大全》,并获优秀作品奖;《狮子岩开口赋》、《赏性·良心》、《山隍岭变迁记》、《纪念邓小平 100 周年诞辰》等文分获国际优秀作品奖和国际优秀论文奖。同时,林老还十分关注我县的一些变化,并经常不辞辛劳地把它记载下来。就像今年 6 月 21 日,花桥镇举行老年人运动会,林老不仅冒着酷暑亲自前往,并在当天下午就将稿子写好送到了《新三门》编辑

部,此种精神不禁令我辈汗颜不已。

老人心不老,夕阳格外红。虽然今年已经 74 岁了,林老显得比任何人都充满活力,生活也十分丰富。如今的他除兼任县老年体协、老年武术协会和农业局离退休体育协会的会计外,还是《三门老年大学报》的编辑、县诗词协会会员、中国文化艺术发展促进会会员、世界文化艺术发展中心研究员等,并连续 8 年被《第二青春》评为积极通讯员。2003 年下半年,林老还受上坎头村的邀请,花了 3 个月的时间为该村编写了 10 万字左右的村志。而每当周围的人称赞他时,这位朴实的老人总是说:“这是党培养的,没有什么。”

“翰墨结情深,诗歌颂党恩。任人评论说,我自乐园寻。”如今的林老正如自己在诗作《翰墨自乐》中所写的一样,用笔和纸书写着对生活的热爱,对党的忠诚。(包美芬)