

祖孙五代 40 多口相处得和和睦睦,咱们来瞧瞧他们的幸福密码—— 五世同堂之家的“和”字真经

□记者 马文双

“儿孙承欢膝下,自己的身子骨也硬朗……”瀍河回族区 98 岁的马年朝在儿孙们的悉心照料下,正享受着五世同堂的天伦之乐。

有人陪他看电视,有人陪他聊天说地,有人陪他遛弯儿……马年朝说,儿孙孝顺,家庭和睦,他很幸福。儿孙们则说,能够孝顺老人,生活在和谐的大家庭里,感觉生活比蜜还甜。

与这个幸福之家接触后,记者一心想“窃取”他们的“和”字真经。甚幸,在马年朝和儿孙们的举手投足间、欢声笑语中,记者悟到了他们和睦相处的真谛。

真经一 儿女眼中,老人是家里的“宝贝”

“一点都不像 98 岁的老人。”见到马年朝后,记者暗叹道。马年朝精神矍铄,思维清晰,究竟是怎样的生活环境,让他的状态如此之好?

“做菜时,品种尽量丰富些,让老人多吃水果;面条要多煮一会儿,口感软……”儿女们很注重马年朝的饮食,对他的关心细致入微。

马年朝共有四儿一女,大儿子今年 74 岁,最小的女儿也已 57 岁。近几年,马年朝轮流住在儿女们家中。不管在谁家住,儿女们都会和老人睡在一起。在女儿为父亲准备的房间里,每天夜里总有一盏节能灯“彻夜不眠”。这灯既不刺眼,又能让房间有些光亮,为的就是方便老人。

马年朝的大儿子马恩志说,虽然 70 多岁了,有了孙子、重孙,可父亲在,他总觉得自己还是个孩子。

老人喜欢看历史剧,儿孙们就常陪他看电视剧,不论已重播了多少次,儿孙们还是边看边给他讲解。老人喜欢军事、体育,二儿子马书恩就常给父亲推荐相关电视节目。老人的重孙马金良说,老人爱讲过去的事儿,孙辈们就是他的忠实听众。

为给老人解闷儿,孙子、孙媳们常带老人逛公园、听音乐喷泉。老人年纪虽大,可一点儿也不落伍,因为家人时刻不忘为他“更新”信息。

真经二 “外姓人”的孝顺也是个顶个

采访中,马年朝的儿女们都说,这个家能如此和睦,离不开家里的“外姓人”。

几个儿媳既要照顾自己的小家,又要照顾老人,还要协调“大家”,但她们任劳任怨,从没埋怨过。

马年朝的女婿巴建道这个“外姓”人更是一点儿不见外,嫂们常开玩笑,说他是马年朝的第 5 个儿子。这话是有缘由的:巴建道常带岳父去洗澡,常被误以为他们是父子关系。

真经三 记着他人的好,认准“咱们的家”

老人的儿孙们不仅把老人照顾得好,他们四十几口人之间也没红过脸。

“下午领了工资,冒着鹅毛大雪,走了 30 多里路,大哥深夜把钱送回家给我们花。”老人的四儿子马孝恩说,小时候,大哥为让他们生活得好,十几岁就辍学干苦力;他三哥马治恩当兵后,每个月 6 块钱的津

真经四 老人时刻体谅儿女

儿孙们孝顺父亲,父亲也体谅儿女。孩子们习惯搀扶父亲去卫生间,但老父亲总想趁着孩子们不注意时,自己偷偷溜进卫生间。孩子们不想花老父亲的钱,都帮他存了起来,可他们的老爸偏偏要“拗”着干:把钱取出来,给孩子们一家买了一台空调。

老人从来挑食,孩子们做啥吃啥,也从不说孩子们的不是。儿子下班后,他会先为儿子的水杯里倒上半杯水,等儿子回来时,再倒上半杯,这样喝起来不冷也不热……

是父子关系。春暖花开时,为让老岳父看风景、晒太阳,他就用轮椅推着老岳父走上好几里路。

第一碗饭盛给父亲,第一杯水端给父亲……老人的几个孩子从小到大都是这样做的,如今,这一切又被老人的孙子们继承了。马金良的孩子今年 2 岁,小小的他每次拿东西吃时,总会先给马年朝,马年朝要起身时,他会赶紧用小手扶住马年朝……

贴只留一块钱给自己,其余的都攒起来寄回家。

马金良说,在他们这个大家庭里,从不分“你家”、“我家”,只有“咱家”。

这个大家庭还是个包容、大度的家庭。老人一家是回民,但孙辈媳妇、女婿中不乏汉族人,他们从未因生活习惯产生过矛盾。

社区医生编写飞信提醒病人注意养生



□记者 许晓洁 实习生 陈汗龙 文/图

“白露后,天气转凉……粳米、糯米均有极好的健脾胃、补中气的作用。”8 日,市中心医院市府院社区卫生服务中心医生费睿成(如图)通过飞信系统,将这些养生知识发送给找他看病的人。

从 2009 年下半年开始,费睿成就开始通过飞信给人们群发养生知识,至今已经发了 100 多回。

用飞信提醒病人很方便

“上医治未病,若病已成,譬若渴而掘井,斗而铸兵。”对于这句话,今年 34 岁的费睿成深有感触。

在费睿成日常接触的病人中,许多人得的是慢性病。于是,跟踪病人病情,给病人一些日常指导,成了费睿成要做的基本工作之一。

2009 年的一天,有人加费睿成飞信,从没接触过飞信的他,对于飞信带来的便捷又惊喜。费睿成开始思考,能不能把它用在治病救人上?通过咨询病人的意愿,费睿成添加一些病人为飞信好友,并陆续把一些养生知识发送给这些人。

编一条飞信要 1 个多小时

最初,费睿成的飞信好友中只有 30 多人,现在已经发展到近 200 人。

“每条飞信都不敢怠慢。”费睿成说,每条飞信都不长,但编起来要花费 1 个多小时的时间。

每次发送飞信前,费睿成都会收集大量资料,然后对资料内容进行核实。“选择的内容要好理解,离生活远的没有太多意义。”费睿成说。

费睿成说,他发养生飞信的对象中,不少是老年人,很多人只会看飞信,不会回复,收到的回复中,大多是“收到”、“谢谢”等内容。

有一段时间,费睿成的工作太忙了,没顾上发养生飞信,一些常找他看病的人就问他:“我们等着呢,怎么不发了?”费睿成告诉我们,听了这话,他很开心,原来是有人“惦记”着他的飞信,他的积极性更高了。

孟女士的父亲有冠心病,常常找费睿成看病,她觉得费睿成发的飞信非常实用,每次收到之后都会存到电脑里。

要把飞信内容编得更细致

费睿成说,对于养生飞信,他仍在探索阶段,大体上分为“三步走”。

第一步,费睿成按照二十四节气需要注意的问题,在每一节气来临时,在衣食住行上给人们提醒。

第二步,为了提高养生飞信的可读性,费睿成在养生内容前加上相关诗文。

“即将探索的是第三步。”费睿成说,目前,养生飞信中的饮食内容大多是泛泛之谈,接下来,他将把养生的内容具体化。此外,他也会把飞信人群更加细分,加强针对性。

便民服务牌上有社区工作人员的电话,这方便不少居民——

社区便民电话,解决不少问题

□记者 马文双

“有困难,找社区……”最近这段时间,湖北路办事处上海市场社区天翔小区 44 岁的残疾人郭庆忠遇到了两件难事。坐轮椅的他因出行不便,抱着试试看的态度拨打了小区门口便民服务牌上社区主任潘丽娟的电话。电话打过去后,社区工作人员在最短的时间内帮他解决了这两个难题。

前不久,郭庆忠家里的下水道堵了。他摇着轮椅出去找维修人员,走到小区门口时,看到了挂在墙上的便民服务牌,上面写着社区主任的电话。抱着试试看的态度,郭

庆忠拨打了潘丽娟的电话。

“我们马上帮您办,您先回家等着。”电话那头,潘丽娟爽快地说。10 分钟后,潘丽娟告诉郭庆忠,维修人员 1 小时左右就能到。“1 小时后,维修人员真的来了。”郭庆忠笑着说,这便民电话真便民。

此事过了不久,郭庆忠远在外地上学的孩子要开家庭经济困难证明,需要到 3 个部门盖章。郭庆忠又拨通了潘丽娟的电话,不一会儿社区工作人员就到了郭庆忠的家里,拿走了表格。他们不仅盖好了章,还帮郭庆忠把证明邮寄给了他的孩子。“我心里真是温暖。”郭庆忠感慨道。

潘丽娟说,为了方便居民,上海市场社区工作人员在每个小区门口挂上了便民服务牌,上面公布了社区主任及社区民警的办公电话及私人电话,居民有困难只要给社区工作人员打个电话就行了。



万达、泛海、联想、一方联合投资百亿 千万吨级中国最大矿泉水项目落户长白山

10 月 10 日,万达集团、中国泛海集团、一方集团、联想控股四家中国顶级民营企业与白山市靖宇县签订协议,四家企业联合投资 110 亿元在靖宇县建设中国最大的千万吨级矿泉水项目。这是迄今为止中国矿泉水业的最大一笔投资。

据悉,长白山地区特别是靖宇县矿泉水储量丰富,口味和质量丝毫不逊于世界著名品牌矿泉水,同欧洲的阿尔卑斯山和俄罗斯的高加索山并列世界三大矿泉水产地。万达等四家企业联合投资的矿

泉水水源地位于长白山国家级自然保护区核心区,相比长白山其他地区的矿泉水,水质更洁净、品质更高。万达、泛海、一方、联想四家企业都是中国顶级的民营企业,作为各自行业的领头羊,拥有雄厚的资金实力和经营管理能力。近几年,四家企业联合投资开发了长白山国际旅游度假区、西双版纳国际度假区、大连金石国际文化旅游区等重大项目,总投资额达千亿元,创造了民营企业联合投资大项目的发展模式,积累了丰富的合作经验。

王健林董事长在签约仪式上表示,四大民营企业经过参与长白山旅游度假区的开发建设,已经成为吉林省经济建设重要的战略投资伙伴。这次四家企业投入巨资作“水文章”,目的在于把长白山天然矿泉水的资源优势转化为产业优势,进而成为经济发展优势。四家企业的实力和经验为打造世界级民族矿泉水品牌提供了坚实保障,相信不久的将来,中国消费者也将能喝上高品质的长白山“依云”。