

自制沙包、杯套送人,在帮助别人的过程中获得满足

8年送出几百个沙包 古稀老人健康又快乐

亮相人物:

老城区西关办事处龙城嘉园社区居民徐秀芳

亮相缘由:

古稀老人8年来制作几百个沙包送人,带大家一起健身



徐秀芳(左一)和伙伴们一起玩儿沙包健身

□记者 刘心/文 杜武/图

提起沙包,70后、80后恐怕不陌生,扔沙包应该是大家童年时最喜欢的游戏了。老城区有一位老太太,一样爱玩儿沙包,她缝制了几百个沙包,见到感兴趣的人就往人家手里塞,边塞还边乐呵呵地说:“走起!为了健康长寿,咱们一起锻炼!”

19日,徐秀芳带着新做的50多个沙包来到龙城嘉园社区,想让社区帮忙把这些沙包送给贫困山区的孩子们。

核心提示

1 自制沙包送人,她带着大家开心玩耍

近两年,只要天气好,老城区龙城嘉园小区就会出现一幅生动的画面:一群人聚在楼前空地上耍沙包,花花绿绿、大小不一的沙包在他们的手中、脚上灵活翻转。

19日下午,小区几名居民又约在一起玩儿沙包了。“别看动作简单,一天坚持做50个,对颈椎、肩周和眼睛都有好处,我的老花眼比以前好多了……”一位身穿大红袄的老太太边说边演示抛、接沙包。

“她叫徐秀芳,俺耍的沙包都是她送哩!”63岁的张素琴说,只要有人对沙包感兴趣,就能收到徐秀芳送的沙包。

“小区建成两年来,徐秀芳已经送出200多个沙包了。”龙城嘉园社区主任张晓波说,如今,从社区工作人员到小区居民,从20多岁的姑娘到80多岁的老太太,只要碰上好天气,总有二三十个人聚在一起玩儿沙包。

“我身体不好,她变着花样教我要沙包锻炼身体。”80多岁的吕维莲说,在徐秀芳的带领下,小区里不少“麻将迷”变成了“沙包迷”。

2 从选材到制作用尽心思,将送沙包当成乐趣

徐秀芳享受缝制沙包送人的乐趣,源于她的生活经历。30多年前,她随爱人从东北老家来到洛阳,待人慷慨的她很快交到一群朋友,也养成了乐于分享的习惯。

8年前,徐秀芳带着自制的沙包到公园玩儿,没想到吸引了很多目光。从此,她一出门就把每天抽空做的沙包随身带上几个,一起跳广场舞的姐妹、公交车上的让座男孩……不少人都收到过

徐秀芳送出的沙包。

送出的沙包那么多,原材料从哪里来?低价收购的碎布头拼成了沙包的“外衣”,玉米粒、绒布、碎石子……都可以做沙包的填充物。什么人玩儿什么样的沙包,她也经过了一番思量:送给小朋友的沙包,尽量选择柔软的绒布布料,填充物也多布头;送给老人的沙包,在一侧缝上一根带手环的粗绳后,就立即变成“捶背神器”……

3 送出沙包至少500个,她是个快乐、时髦的老太太

徐秀芳到底送出了多少沙包?她说,至少500个,具体数字她也记不清了。帮助别人,快乐自己,她因此结交了一群爱玩儿沙包的朋友。

徐秀芳在给大家送沙包的同时,还操心着更多事。和朋友们聚在一起玩儿沙包,她发现一些人不爱喝水,于是家中的旧毛衣

经她一双巧手拆拆织织,变成了漂亮实用的杯套,让大家拿着方便,也就记着常喝水了。

虽然小区里很多人认识徐秀芳,但是眼不花、背不驼、步履轻盈且打扮时髦的徐秀芳究竟多大岁数,对大家来说一直是个谜。“71? 72? 我也记不清啦!”徐秀芳哈哈大笑。



- 涧西区社区记者: 李岚 电话15090169915
- 西工区社区记者: 范瑞 电话18603797002
- 老城区、瀍河区社区记者: 刘心 电话15136392287
- 洛龙区、高新区、吉利区社区记者: 肖姣姣 电话13233790011

社区居民有话说

她们的陪伴 让俺很温暖

□记者 刘心 通讯员 石智卫 卢昱含 文/图

【居民反映】

老城区西关办事处环西社区居民李花叶:12月21日一早,洛阳“拥军八姐妹”中的周雪萍等3名成员带着羊肉、大葱来到我家,包饺子、聊天……这是她们陪我们度过的第四个冬至了。4年前,社区工作人员周雪萍入户走访时,得知我二儿子因公致残的情况。从那以后,周雪萍等人就成了俺家的“常客”,有了她们的帮扶,我二儿子的病情正逐步好转。

【记者采访】

“有小周她们的陪伴,儿子可高兴了,中午吃了一大碗羊肉饺子哩!”21日,77岁的李花叶笑着说。当周雪萍等人要离开时,李花叶的二儿子还摆出“拜拜”的手势,对她们说:“姐姐,再见!”

为啥见到周雪萍等人,李花叶的二儿子会这么高兴?李花叶说,这还要从几年前说起。李花叶的二儿子今年47岁,于20多年前不幸因公致残,从此丧失生活能力。2012年,社区工作人员周雪萍在入户访问时得知了他的遭遇,便经常和洛阳“拥军八姐妹”其他几名成员带着吃的、用的去看望他,帮忙做家务,陪他说说话。“小周她们的出现,给我们家带来了不少欢乐。”李花叶说,二儿子突遭变故,对她和老伴儿打击很大,在周雪萍等人的鼓励下,老两口才渐渐好起来。更让人高兴的是,大家的帮助让她原本丧失语言能力的二儿子竟能说一些简单的词语了。

周雪萍说:“我们已经向老两口儿承诺,如果哪天他们照顾不动儿子了,还有我们‘拥军八姐妹’呢!”



周雪萍(右一)在李花叶家包饺子

洛阳晚报
招聘专栏
刊登时间:每周一至周五
广告65139977
热线65139988

高薪诚聘
北京工商管理专修学院因业务发展需要,现诚聘:
洛阳区域
人力资源经理2-3名
要求:年龄35岁以上,身体健康,男女不限,人脉关系广泛。
霍老师 13269640387

洛阳万家康连锁大药房 诚聘

因工作需要,现面向社会诚聘补硒营养师。硒是一种多功能的生命营养素,当硒缺乏的时候,就很容易导致人体免疫力下降,威胁人类健康和生命的四十多种疾病都与人体缺硒有关,硒在人体中发挥着非常重要的生理调节作用,硒营养与机体免疫功能、抗氧化能力、抗肿瘤作用等密切相关。通过对硒的生理功能研究,适当增加硒的摄入量,对维持身体健康、预防某些疾病的发生具有重要意义。

缺硒要补硒 就用桂仁硒

电话:0379-63984060 诚聘补硒营养师

洛阳万家康连锁大药房:
瀍河总店、东花坛店、中州路店、伊洛路店、利民店、中鑫店、建华店、唐宫东路店、经三店、御博路店、龙锦店、延安路店、中弘店

豫食健广审(文)第2016090057号