

家有百岁老人 引来居民争相拜访

老人的长寿秘诀是啥？一起瞧瞧吧

社区面孔

亮相人物： 唐宫中路65号院冯仕红

亮相缘由： 这位百岁老人吸引众多居民前来请教长寿秘诀

孕妈课堂

幸福女人的幸福选择

看着贺女士幸福温柔的表情,会让人觉得羡慕。39岁的她生下了第二个儿子,全家人都很疼爱她,连16岁的大儿子,也和她一起享受月子里的甜蜜。贺女士说这一生有老公和两个儿子这三个男人的爱,她觉得很满足。

因为她是高龄产妇,爱人想让她得到最好的照顾,认为蜜悦阁的服务更全面更贴心,事实也是如此。

贺女士说:“在这里坐月子对我来说是最合适的,公婆离得远,爱人比较忙,大儿子要上学,蜜悦阁月子中心解决了我们的所有难题。大儿子的学校就在月子中心附近,他放学后经常来陪伴我。蜜悦阁的月子餐有营养又不油腻,让我养成了饮食清淡的好习惯,连大儿子都觉得在这里吃得很好。最关键的是,我在月子中心还调养了身体,产后瑜伽和产褥操都是我喜欢的的项目。我觉得钱花得很值。”

贺女士笑道:“在蜜悦阁月子中心,我认识了好多朋友,丰富的课程将时间安排得很满,大大降低了患产后抑郁症的风险,整个月子过得轻松美好,谁说这不是一种幸福的选择呢!” (婀娜)

地址: 华阳国际大饭店8楼
咨询电话: 0379-65588866
蜜悦阁母婴健康顾问个人微信:
15503792233
QQ: 11155448



贺女士的宝宝(贺女士供图)



蜜悦阁月子会所微信公众号:
Aixin-miyuege

有啥长寿秘诀?昨日,《洛阳晚报》记者特地去拜见了老人及其家人,听听他们咋说。

居民争相登门拜访,只为请教长寿秘诀

唐宫中路65号院内仅一栋居民楼,现有住户近100户。昨日早晨,记者到小区打听百岁老人的情况,居民赵女士说,百岁老人叫冯仕红,其女儿牛女士住在该小区,8月底,牛女士把老人接过来住。

小区不大,加上居民都是几十年的老邻居,彼此比较熟,百岁老人一住进来,消息就传遍小区。“老人虽然年事已高,但身体健康,记忆力超好!”赵女士说。

小区居民王女士说,老人曾在该小区住过一段时间,如今老人100岁了,见面时还能一一叫出大家的名字,且吃什么都香,胃口特别好。

百岁老人的精气神儿令小区居民既羡慕又好奇,不少人拎着点心敲开牛女士家的门,向老寿星请教长寿的秘诀。

百岁老人思维清晰,喜欢看书报查字典

在赵女士引领下,记者来到7单元3楼牛女士家中,百岁老人冯仕红正躺在床上看书。老人头发花白,面色红润,床头放着一沓《洛阳晚报》、一本字典和几本书。看到陌生人,老人露出慈祥的微笑。

老人的女儿牛女士说,老人毕竟上了年纪,有些耳背,也很少出门。老人年轻时上过夜校,认识不少字,每天吃过早饭,喜欢看会儿书报,遇到不认识的字,就拿起床头的字典查。老人思维清晰,前两天,她给老人蒸红薯吃,吃完红薯,老人指着桌子上的香蕉提醒牛女士等人,吃过红薯别吃香蕉,容易犯冲,令牛女士等人又惊讶又感动。

该吃早饭了,牛女士搀扶老人坐起来,端来一碗南瓜粥和一块油饼,

把油饼揪成小块放进碗里,用勺子喂老人吃。过了一会儿,老人干脆接过勺子自己吃。喝完南瓜粥,老人又吃了一小块蛋糕,碎屑掉在胸前围裙上,她就把碎屑拾起递到嘴里。

“母亲节俭,干净了一辈子。”牛女士说。如今,老人是一家人的宝。

老人长寿与啥有关?听听女儿怎么说

牛女士认为,母亲长寿,与温和的性格、良好的生活作息规律有很大关系。

“我母亲脾气特别好,没见过她跟谁红过脸。”牛女士说。以前家里穷,可她从未听到母亲抱怨,母亲总是幽默地说“有多大能力,吃多少饭,咱别羡慕别人家”。

牛女士的母亲生活作息规律。老人很勤快,一般每天早上6点起床,吃过早餐后干些家务活、看书看报,有时也会看会儿电视练会儿字,晚上10点前睡觉,几十年如一日。前些年腿脚灵便时,老人喜欢遛弯儿。

牛女士的母亲胃口很好,从不挑食,尤其喜欢吃糊涂面和浆面条,一顿能吃两碗。“平常母亲吃饭主要以清淡为主,有时我们会给母亲买油饼吃,老人很爱吃。”牛女士说。



扫二维码,观看百岁老人冯仕红的日常生活



- 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、洛龙区、高新区、吉利区社区记者: 刘心 电话15136392287



百岁老人冯仕红在查看手机

□记者 魏巍 实习生 王帅辉 文/图

小区住进一位百岁老太太,引起唐宫中路65号院居民的关注。老人虽年事已高,但胃口好、记忆力好,一顿能吃两碗面条,只要认识的人都能叫上名字。大家又羡慕又好奇:老人

洛阳人谁还没有个
身家过亿的朋友?

洛阳网

洛阳网旗下
新媒体矩阵

洛阳网微信
订阅号(80万粉丝)

洛阳圈儿微信
订阅号(10万粉丝)

洛阳手机报
(12万高端用户)

掌上洛阳
(30万精英用户)

洛阳社区
(60万本地用户)

洛阳网品牌价值过亿元