

走近百岁老人

记者 张光辉 通讯员 张俊星 董文霞



浇浇花

100岁的李巧娃

一天到晚乐呵呵 啥事不往心里搁

人生经历

李巧娃，1920年12月出生在洛龙区李楼镇焦寨村一个普通农民家庭，自幼家贫，没有上过学。成年后，经人介绍，她与李楼镇楼村的肖德淳结为夫妻。两人辛勤劳作，养育了6个子女。目前，李巧娃住在三儿子家，其他子女常来探望，老人在后辈的精心照顾下安度晚年。

幸福密码

近日，记者来到楼村见到李巧娃老人。老人的精神状态不错，见记者来访，主动打招呼，笑意盈盈。

“俺婆婆身体挺好的，性情比较温和，很少发脾气，啥事儿都不往心里去。”老人的三儿媳白仙珍介绍，她的婆婆和公公非常勤劳，他们靠着几亩菜地，辛苦把3个儿子和3个女儿拉扯大，很不容易。虽然早年吃了不少苦，但老人心态好，比较乐观。

白仙珍说，老人80多岁时还常去菜地劳动。如今，虽年已百岁，可她还常常择菜、扫地、抹桌子等，干些力所能及的家务。家人怕累着老人，都劝她别操心了，可她总也闲不住。

长寿秘诀

白仙珍介绍，老人起居很有规律，一般早上6点多起床，晚饭后上床休息。老人口味比较清淡，平时喜欢吃糊涂面或甜面片，偶尔也吃点肉。她觉得，老人之所以长寿与常年热爱劳动有关，多活动身体比较好；再就是老人性情温和，积极乐观。



抹抹桌子



缝缝补补



逗逗娃



笑哈哈