



养性之道，莫久行、久坐、久卧、久视、久听。——《养生要录》

九旬老夫妻，70多年携手度风雨



魏宏贵、徐吉芳部分家庭成员合影

□ 宋玉 郑云飞 记者 邵华 文/图

在合肥市包河区烟墩街道王卫社区，年过九旬的魏宏贵夫妻俩是小区的“名人”。两位老人年少时结为夫妻，携手风雨70多年，始终相濡以沫，相依相伴，成为当地居民的美谈。

九旬老太为老伴做饭

一双布鞋，拄着拐杖，满头白发的魏宏贵面带笑容，精神矍铄。他的老伴，94岁的徐吉芳头发花白，背部微驼，微笑着坐在他的身边。尽管已经结婚七十多年，但是一些温馨的小细节依然让人感觉他们恩爱如初。老人的小儿子魏宗柱介绍，虽然有儿女帮忙烧饭，但94岁的老奶奶依然坚持像往常一样亲自烧饭，亲手端到老爷爷面前。虽然年事已高，但老奶奶还是经常给老爷爷洗衣服、洗洗头。无论去哪里，老两口几乎都形影不离。由于老爷爷腿脚不好，出门的时候，老奶奶总是甘当他的“拐杖”，生怕他摔倒。

据了解，老两口当年虽然是经媒妁之言走在一起，但却一见如故，彼此互有好感。1943年，两人结婚。72年来，两人辛苦养育了三个儿子，三个女儿，并且共同经历了两个儿子离世，“白发人送黑发人”的悲痛。虽然生活艰辛坎坷，但这么多年来，两人从未拌过嘴，打过架。老人的小儿子魏宗柱笑着说：“小区的好多年轻人都把他们当做榜样。”

跳舞养花又创业，不到70岁不言“退”

星报讯(侯月云 孙雨静 记者 马冰璐) 68岁的单金浦大爷家住合肥市西园街道，爱好广泛，喜欢唱歌、跳舞，又喜欢写书法、养花。更为令人钦佩的是他在56岁时开始创业，开了一家公司，如今，他仍负责公司运营。

“我从小就喜欢参加文体活动。”单大爷说唱歌、跳舞的爱好是从小培养的，“上学时，我是班里的文艺骨干。”他说，学校的大小演出里，经常活跃着他的身影，“后来，走上工作岗位后，我又成了厂里的文艺骨干。”当时，他不仅在厂里举办的文艺演出中表演节目，还担任着主持人，“年轻时，我还给别人主持过婚礼呢。”

“一听到音乐，我就忍不住要舞动身体。”单大爷说，虽

四世同堂50余口人

据了解，魏宏贵和徐吉芳这个大家庭如今已是四世同堂，共有50余口人。谈起长寿的秘诀，老人表示，主要是儿女孝顺，内心知足。

魏宏贵家儿女的孝顺是当地出了名的。老两口的大儿媳今年已经71岁了，平日里照顾公婆的生活起居，任劳任怨。甚至老人生病时大小便失禁，也都是大儿媳收拾打理的。

两位哥哥相继离世，小儿子魏宗柱便扛起了整个家庭的重任。虽然工作繁忙，但父母需要的东西他都细心备好，考虑周全，他常说：“照顾父母是义不容辞的责任。”虽然年过九旬，但老两口至今身体仍然很好，他们常常感慨：“能活到今天，都是托儿孙的福。儿女孝顺，心情舒畅。”

教育子孙吃亏是福

在魏宏贵和徐吉芳这个大家族里，有这么一句话每个人都要记住：“不要和别人吵嘴，要乐于助人，要有吃亏精神。”他们的小儿子魏宗柱介绍，从自己记事起，父母就乐于助人。因此也赢得了乡亲们的特别尊敬。

“上个世纪60年代，闹饥荒，死了很多人。村子里有一户人家，大人饿死了，只剩下小孩还活着。我爸爸看到后就抱回来，从家里紧紧巴巴的口粮里省出一点救活了孩子。”魏宗柱介绍，直到现在，仍然有很多当年受过老两口帮助的人前来探望感谢。魏宏贵、徐吉芳夫妻俩一直用自己的言传身教感染着后人。在他们的带动下，魏家的儿女们在当地也是出了名的“厚道人”、“热心肠”。

这个老人不简单 8年走遍29个国家

□ 沈佳 钱朝红 记者 祁琳 文/图

丁常福老人今年82岁了，他可不像其他的老人，在家遛遛鸟，打打拳，浇浇花，而是独自迈出了国门，从2007到现在，已经走遍了29个国家。各个国家的照片被丁老收拾得整整齐齐的，放在屋子里，“我记性好，每张照片我都能记得在什么地方。”不过最近因身体不适，丁老出行东欧的计划不得已搁浅。

为散心老人开始世界之旅

丁老目前住在瑶海区车站街道濉溪东路社区，说起自己的经历，还要从好几年前说起，丁老是肥西农村人，一共有四个子女，原本就在肥西农村务农，后来随着子女工作、生活水平提高，丁老和老伴于2000年到合肥来了，给子女们带带孩子，做做家务，生活也很惬意。

但2006年老伴生病了，很不幸2007年便过世了，有一段时间，丁老郁郁寡欢，这时，子女们也意识到父亲的变化，便召开了紧急家庭会议，最终决定，让丁老迅速转移注意力，而最好的办法就是出去走走，去外面看看。

八年时间走遍29个国家

丁老第一站去的是韩国，“也没刻意安排一些国家，去的地方就是听大家说哪里好玩，我就暗暗记下来。”随后，丁老便开始了马不停蹄的出国游，澳大利亚、美国、加拿大、欧洲……

此时，丁老拿出一个自己装订的小本子，上面写着各个国家的基本情况，如气候、风土人情等，“这是我做的记录，没事的时候拿出来看看，回忆一下。”记者数了数，一共是29个国家，分布世界各大洲。

为出游一定要保持好体力

除了出国玩，感受国外风情，国内每个省份，丁老全部踏足过，没有放过国内的大好河山，说起印象最深刻的一次，还是2013年他去西藏的那次旅行。

“同团一共13个合肥人，一开始都是坐火车去的，可到了快结束的时候，只有四个人按照原计划坐火车回来，其余人可能因为身体原因提早坐飞机回来了。我就是那四人中的一个。”

丁老已经80多岁了，体力一直很好，每次出行都是他自己一个人参加旅行团，“没有好体力跟不上节奏啊。”

想要圆一个走遍世界的梦

出国经历多了，自然见识也广了，说的故事也就多了，“经常有人来问我各国的情况，我也非常乐意讲给大家听，一讲就停不下来。”

目前，丁老正在积极着手去东欧的计划，可惜因为身体不适，只能在家呆着，可把丁老急的不行，“真想再继续去外面看看，现在还有一个特别想去的地方就是巴西，这样除了南极洲气候适应不了，其他的六大洲都去过了。”

在丁老的房间里，各地的照片，也堆满了房间内的一张桌子，“现在就只能看看照片，解解馋了。”

<p>拍卖公告</p> <p>受某单位委托，我公司定于2015年9月28日上午10点30分在五河电视台会议室举行《五河县广播电视台“吉承包经营权”拍卖会。现将具体事宜公告如下：</p> <p>一、看样时间：自公告之日起至拍卖会前一日上午9点以前。地点：标的所在地。</p> <p>二、注意事项：有意参加竞买须在2015年9月28日上午9点以前携带本人身份证(公司竞买须携带营业执照复印件、法人授权委托书)办理竞买手续，并交纳竞买标的物参考价10%的履约保证金(以到账为准)。如果竞买不成，拍卖会后全额退还(不计息)。</p> <p>三、联系电话：18269751388</p> <p>联系地点：五河县银凯大酒店605室 联系人：唐先生</p> <p>安徽嘉诚拍卖有限公司 2015年9月19日</p>	<p>招标公告</p> <p>招标内容：白鹤苑小区物业管理服务</p> <p>投标人的资格条件：</p> <p>1. 投标人须具有三级及以上物业管理资质的独立法人资格单位(不含暂三级)；</p> <p>2. 投标人需从事物业管理服务工作满五年以上；</p> <p>3. 投标人至少要有二个及以上物业管理服务项目；</p> <p>招标文件发售时间、地点：</p> <p>请于2015年9月20日至25日到我小区办理报名登记手续，同时领取招标电子文件(600元/每份)。须持法定代表人授权委托书、本人身份证及其复印件、法人营业执照副本复印件(加盖单位公章)、资质证书复印件(加盖单位公章)，联系电话：13003059901</p> <p>投标截止时间：2015年9月30日 下午5时。</p>
--	---