

贴心照顾老伴 她成为“良医”

老伴瘫痪23年,她寸步不离照顾了23年

星报讯(张奇元 刘亚萍 记者 马冰璐) 在合肥市蜀山区南七街道汽修小区,每天早上都能看到个头花白、身材矮小的老太太推着一个坐在轮椅上的老爷爷散步。老太太叫扈翠珍,今年86岁,轮椅上的老爷爷是她的老伴,叫闫炳云,88岁。23年前,患有白内障、心脏病、高血压等疾病的闫炳云因下肢肌肉萎缩常年瘫痪在床。23年来,一直都是扈翠珍寸步不离地照顾着他。

贴心丈夫被疾病打垮

两人的蜗居虽然只有20多平米大,却收拾得干净利落,扈翠珍说,1951年,她和老伴经人介绍结婚。年轻的时候,扈翠珍因在厂子里工作,经常加班,贴心的闫炳云承担起所有的家务活。“当时,家里两个孩子都很小,没人照顾,多亏他了。”那时候,在亲戚朋友们的眼中,闫炳云既是好父亲又是好丈夫。

23年前,闫炳云在家干活突发高血压,送到了医院抢救。随后,心脏病、肌肉萎缩、白内障失明等疾病一波波袭来,最终瘫痪在床,还常常大小便失禁。闫炳云得病后,扈翠珍不仅包揽了所有家务,还承担起照顾老伴的重任。

为照顾老伴 她成为“良医”

每天清晨5点,扈翠珍便去市场买菜,然后一路小跑回来做早饭,给老伴梳洗、喂药、测血压。等老伴吃完早饭后,扈翠珍又得给他做按摩推拿,然后推着他去小区周边散散步。

老伴每天要吃7种不同的药,哪种药什么时间吃,扈翠珍都记得清。每天半夜,老伴都会醒来,扈翠珍也会起来陪他说说话,23年来,她从未睡过一夜整觉。闫炳云多次犯病,很多次都是她将老伴从死亡线上拉回来的。

这么多年,扈翠珍已经掌握了适合老伴的用药方法。“不能一发烧,就吃相同药量的药,药吃多了也不好,根据发烧程度不同,进行适量的增减。”扈翠珍说。由于闫炳云经常腿疼,扈翠珍特地学习了按摩推拿的手法,每天给他按摩。

这些年,扈翠珍身体也不好,患有高血压病的她常年吃药,身体大不如前,现在要把老伴搀扶到轮椅上,她也会觉得很艰难。“孩子们虽然都很孝顺,但在外给人打工,也只能在不忙的时候回来看看。”而如果把老伴交给别人照顾,扈翠珍也不放心,“我们一起生活了65年,他需要什么,一个动作我就知道了,只要我还能做得动,就会一直照看下去。”

五年多来, 他为河道当“清道夫”



星报讯(唐晨 费梦晨 记者 沈娟娟) 在河道边,总有一个戴着鸭舌帽的老人,拿着网兜打捞饮料瓶,其实,他不是捡垃圾的,而是义务给河道清除垃圾。

家住合肥市骆岗街道施河社区的谈国民今年77岁,头发全白,是安凯汽车股份有限公司一名普通的退休工人。

2011年,有一次晨起散步,谈国民看到有饮料瓶漂浮在南淝河里,“真是大影响环境了。”自那之后,他就养成了一个习惯,没事的时候就到附近的河道转一转,遇到有饮料瓶就及时清掉,不知不觉就坚持了5年多。

现在老人每天除去给孙子做饭的时间,剩下的时间几乎都是在辖区的河道边度过的。“很多人看到我都以为我是收破烂的,甚至有人直接把废纸盒和饮料瓶送给我。”谈国民每次都是摇摇手拒绝,他说,自己不是为了生活才去捞瓶子,而是为了让河道更美观一点,“通过我的行动呼吁人们不要往河道里乱扔东西。”

考虑到老人年纪大了,社区多次劝说老人,并告诉老人社区建立了“河长制”,由专人负责特定河道的整洁,但老人仍坚持天天去河道边捞饮料瓶及影响河道美观的垃圾。“我多去走一趟,河道美观的可能性就多一分。”谈国民一直坚持着这项“环保事业”。

爱心大妈们的舞动生活

星报讯(郑鹤鸣 何庆 记者 祁琳) 在合肥瑶海区三里街街道凤阳一村社区,有这样一群阿姨,她们平均年龄60岁,最大的75岁,最小的也都55岁。她们活跃在敬老院、残疾学校、社区等,成立十年来共计公益演出三四百场,成为瑶海区一道靓丽的风景线。

王维阿姨2004年退休。她不是舞蹈专业出身,没有受过系统的舞蹈训练,每一段舞蹈都是自己在网上琢磨或者向人请教而来的。不久后王阿姨便开始结识热爱舞蹈的“小伙伴”,从最开始两个人到现在的十八人,王阿姨介绍道,每一位都是真正热爱舞蹈,因为兴趣而结识。也需要不断地进步,只有专业才能走得更久。

不久爱心艺术团舞韵舞蹈队正式成立,舞蹈队有严格的管理制度,每周的练习不得少于两次,风雨无阻、雷打不动。活动多以公益为主,主要集中在敬老院、残疾学校、流动儿童俱乐部等社会公益组织。王阿姨说:“我们跳舞的时候给大家看到我们充满活力的样子,给大家传递正能量,我们就很快乐。”舞蹈队还在不断壮大,在没表演的日子里,舞蹈队免费教居民学习跳舞,参与跳舞的人也越来越多,现在王阿姨的舞蹈队开展得红红火火,在居民中很受欢迎。

因为热爱舞蹈大家结识,也是因为舞蹈让我们更加年轻、更加快乐。就像王阿姨说,我们的舞蹈都是为了公益事业,为了展现我们老年生活的风采。因为舞蹈,我们这些40后、50后有了一项新的“任务”。

五年苦练学成五禽戏 收下洋徒10来人



星报讯(程敏 杜宗梅 记者 马冰璐 文/图) “一开始学习五禽戏是为了强身健体,可学着学着就喜欢上了它。”五禽戏高手王鹏笑着说,经过5年多时间的勤学苦练,自己不仅学有所成,还当起了五禽戏老师,收了洋徒弟,最近,他又开始在合肥市经开区海恒社区的五禽戏教学点授课,向辖区居民传授五禽戏。

八旬老人不服老 学电脑写出大著作

社区人亲切称他时尚“80后”

下棋、打牌、唱歌、跳舞……老年人的生活全部都是这样?那可不一定。在合肥市包河区望湖社区,有一位87岁的老人可跟别人不一样,他忙着出书,每天都要洋洋洒洒写几千字,最近刚刚出版了他的新著《自如集》。

■白静 王栋 费梦晨 记者 沈娟娟

87岁老人每天都要写几千字

1949年,吴炳南入伍后,加入了皖南军区文工团。1957年转业回安徽,成为安徽省话剧团的一名演员兼编剧,撰写了大量的话剧剧本。1978年调入安徽省文联,专业创作兼地区剧本审查。

1989年,吴炳南首次出版了艺术评论、散文随笔合辑《消闲集》,“既有记录祖国大好河山的,也有记录民俗趣事的,还有对戏曲影视的艺术探讨。”

吴炳南至今记得,在《消闲集》出版后的数年后,他又出版了剧本、散文合辑《履痕集》等著作。

一番勤学苦练,他学有所成

5年多前,为了强身健体,王鹏开始学习五禽戏,可学着学着,他发现,五禽戏趣味十足,便渐渐喜欢上了它,甚至到了痴迷的程度,“每天早晚都练习”。凭着这份喜爱和勤学苦练,短短半年时间,他便能熟练地掌握五禽戏。

在他的带领下,家人也开始学习五禽戏,“如今,就连我7岁的儿子也学会了五禽戏。”王鹏说,如今,学习五禽戏的人非常多,“除了中老年人,不少年轻人和小孩也开始学习五禽戏。”

提起他,徒弟们赞不绝口

从两年前起,王鹏就开始收徒授课,“我还教过洋徒弟呢。”他笑着说,就在两个月前,他还教了10来个洋徒弟,“他们是专程从国外来中国学习五禽戏的。”在他的谆谆教导下,这些洋徒弟深深地喜欢上了五禽戏,并用不太熟练的中文称赞道:“五禽戏,很好,很好!”

提起王鹏,跟着他一起学习五禽戏的徒弟们都不约而同地夸他“教得好”,“王老师既细心,又耐心,我们大家都喜欢他。”居民吴阿姨说。在他的认真传授下,大伙都已经学会了五禽戏的基本招式。

“富贵终须有,清贫只自如,我最新一本著作的名字《自如集》就来源于这里。”在80多岁的时候,吴炳南又当了一回作家。

为创作他成新“80后”

几十年来,吴炳南一直坚持写日记、阅读书籍,看书的同时还做标注和笔记,“看书不思考,等于白看。”

“我写字,不为名不为利,只为了心中那份执着,人生感悟能和别人分享,亲见、亲闻、所思、所悟能够不受约束地如实道出,也就达到我‘高谈阔论,说笑自如’的愿望了,其他不过是过眼云烟而已。”吴炳南告诉记者。

他经常读书、写作到深夜,家人也很是心疼。为了提高自己的写作速度,80多岁的他开始学电脑,遇到不懂的,还经常请教社区里的“小伙伴”。如今,他不但可以电脑打字,还经常上网看新闻、发送邮件、用QQ和书友交流,成为时尚的新“80后”。