



有家真好

养老和养小

○王珍

曾经,有个心理学博士给他的学生们讲了这样一个病例:“病人不能说话,也听不明白别人说的话。有时她嘴里会不停地胡乱哼叫上几个小时。她搞不清楚谁是谁。不过,你叫一声她的名字,她会有一点点反应。我和她相处了6个月,但是她始终对自己的身体状况毫不在意,也不会照顾自己。她吃饭、洗澡、穿衣服都要靠别人来伺候。因为她没有牙齿,所以她的饭菜必须煮得稀烂。她的衣服总是脏兮兮的,因为口水一直在流。她不会走路。她总是在半夜里醒来,尖叫声总会吵醒别人。大多数时候,她是友善而快乐的,但在一天中总有几次莫名其妙的焦躁不安,号啕大哭,直到有人来安慰她为止。”

讲完病例,博士问学生们是不是愿意照顾这位病人?大部分

学生都皱着眉头,面有难色。博士说:“我一直在很高兴地照顾她。如果我告诉你们她是谁,你们也会喜欢的。”

博士拿出一张照片,照片上的人是博士6个月大的宝贝女儿!学生们的态度立马一百八十度大转弯。确实,同样状况的婴儿和老人,人们对待他们的心态完全不同。正所谓“养老日日厌,养小日日鲜”。老和小,就像朝阳和夕阳,一个带给人的是希望,而另一个却是走向没落的悲凉。

现在有许多家庭大多是上有老下有小,小的总是更令人关注和憧憬,这是动物繁衍生息的法则和规律,谁也不能违背。但人类多少有别于其他动物。孟子曰:“人之所以异于禽兽者,几希。庶民去之,君子存之。舜明于庶物,察于人伦;由仁义行,非

行仁义也。”意思是说:人与禽兽不同的地方很微小,只是人的天性里有仁德和义理罢了。一般人不知道仁德和义理的可贵,竟然把它抛弃了;只有君子知道要保存;虞舜是圣人,他明白万事万物的理性,知道做人的大道,他顺着仁德和义理行事,并不是因为知道仁德和义理的可贵才去推行。

所幸人中君子还是不少的,我曾经听一位善良的姐姐说过,老人和孩子其实是一样的,只是老人脸上的胶原蛋白少了,看着干瘪枯萎;而孩子的脸则像一只充满水分的鲜苹果。

老人任性起来和无助时的样子,是有些像孩子,但更多的时候老人和孩子完全不同,比如跌跤这件事,在没有太大危险的情况下,孩子甚至可以刻意让他摔打一下,因为这个世界上没有不跌跤就会走路、就会长大的孩子;老

人正好相反,很少见到跌跤摔伤的老人能够快速复原,完好如初的。只有不摔不跌,行走自如,才是老年生活幸福的起码条件。所以,孩子跌倒了,只要不是太严重,你完全可以假装没看见,让他学会跌倒了自己爬起来,在哪里跌倒从哪里爬起;而老人,在他没跌倒之前,就要扶着搀着,随时准备伸出手去拉一把。所以,见老人摔倒不马上去扶,只是在猜疑、权衡是不是会对自己不利,那叫狼心狗肺。

不管老人是不是愿意,硬将父母送进养老院,看起来和我们小时候父母硬把我们塞进幼儿园相似。事实上,孩子是一天天长大一天天离开你的视线在走远;父母却是一天一天老来越来越依赖你。不要一生气就不耐烦地说“送你去养老院”,让父母带着怨气和恐惧,感到老无所依。

我一直记得弟弟小时候被送去幼儿园时那种撕心裂肺的哭喊,甚至于把那个试着去抱他的老师的头发都揪下来一缕。如今,听到妈妈说要去养老院时,他却哭了。神经大条的我曾经认为父母和天生就喜欢去幼儿园的我一样,他们也喜欢养老院。很感恩敏感细腻弟弟,他让我看清了明事理的父母内心深处隐藏着体恤孩子的父母心。

其实,对于大多数有退休金的城市老人而言,养老不是钱的问题,更多的是孩子们对他们的态度和用心。所以,在老人无助、无奈、彷徨的时候,记得要耐心地告诉他们,一定有更好的、更适合他们,他们也更能接受的方法,让父母生活在希望中。就像面对任何困难,我们一定会对小孩说,别怕,天塌下来有爸妈顶着!



居家杂谈

多一些“邻里互助会”

○董柏云

据媒体报道,今年3月,诸暨市暨阳街道艮塔社区邻里互助会应运而生。这个互助会由同社区平均年龄65岁的60多位热心居民组成,他们日常闲暇时间多,每月8日,互助会对社区各渠道收集到的独居老人需求进行整理,然后分配给志愿者。几个月下来,邻里互助会进小区、进楼栋、进家庭,搭建了邻里相识、相知、交流的平台。

养老不仅是家庭问题,更是社会问题。统计资料显示,绍兴市60岁以上老人达21.7%,在这样的背景之下,社区建立邻里互助组织是一个既符合传统观念,又契合时代背景的折中点。艮塔社区邻里互助会的显著特点是,助与受助者年龄大致相仿,平日都生活在一起,老人之间的情况比较了解,可以得到“入微”的帮扶照料。

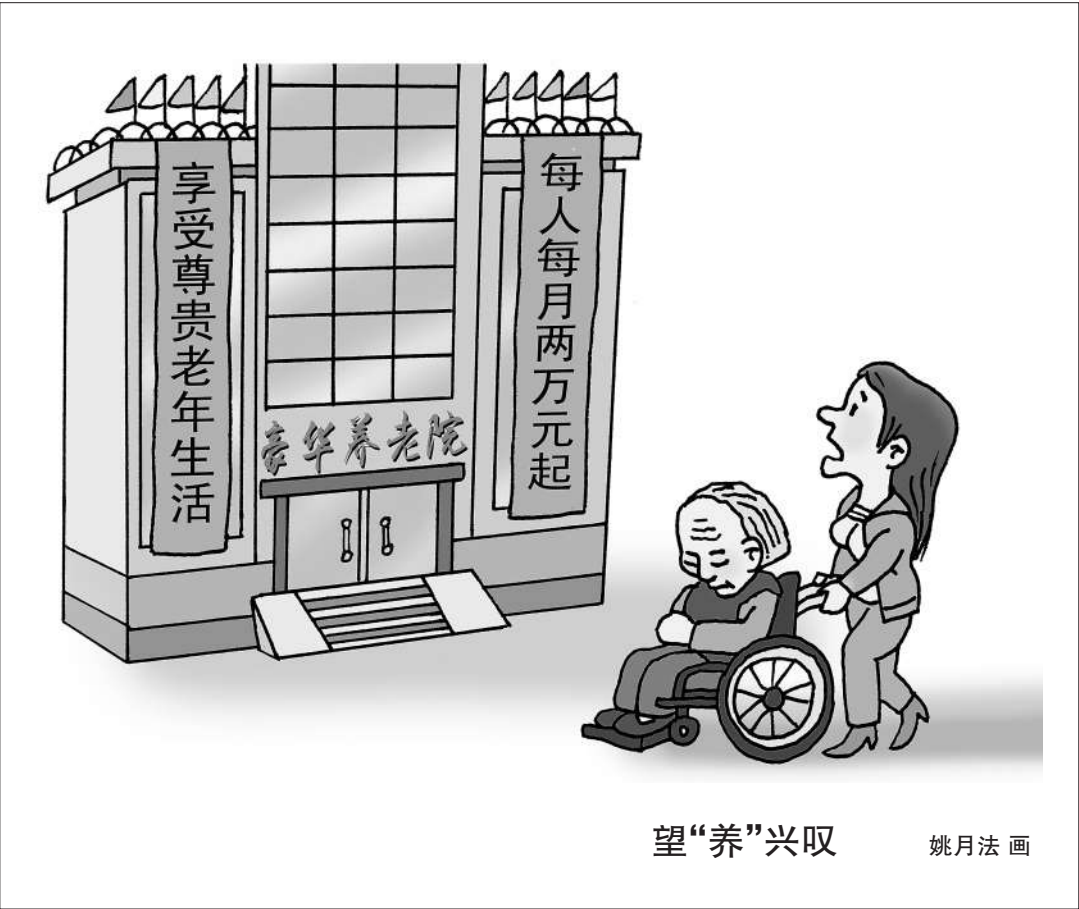
邻里关系是社会结构的重要组成部分。无论时代怎样变迁,社会怎样发展,邻里关系都不是可有可无、无足轻重的。类似艮塔社区的老社区各地都有,这些年份较久的老小区,高龄独居老人也越来越多。人口老龄化和家庭功能的弱化,客观上使我们更需要邻里互助。而邻里互助,当然要建立融洽的邻里关系之上。“远亲不如近邻”,是个

亘古不变的真理,谁家不会遇到困难?当困难来临时,能及时伸出援手的,往往就是邻居。如果邻里间经常走动,有个照应,一些独居老人死在家中无人知晓的悲剧,或可避免。

建立社区邻里互助会,关注的点应该是老人们的具体要求。老人晚年行动不便,平日买菜邻里帮忙解决;再如平时陪着聊天,这些看起来非常小的日常琐事,往往是老人们真正的需求所在。邻里互助会的优势在于做到老人们的心坎上去。

如今,我们特别强调创新社会管理。而邻里关系正是人的社会关系中极为重要的一个环节。艮塔社区邻里互助会的建立,体现的是一种“和睦相处、平等文明、团结友爱、互帮互助”的新型邻里关系,是创新社会管理的一项重要内容。这种新型的互助组织,在快节奏的现代生活,有益于调节邻里关系,传递人间关爱,充实精神生活。

社会是个大家庭,一家一户是个家,一栋楼是个家,一个社区也是一个家。创新社会管理要从家起步,从基层抓起。和睦温暖的邻里关系,不仅有益于人们的身心健康、有利于人们安居乐业以及社会稳定,也能促进社会的进步发展。



望“养”兴叹 姚月法 画



环保生活

竹篮子拎菜更时尚

○陈耀

日前,偶尔去趟农贸市场买醋浸泡大蒜,看到几个阿姨手里拎了竹篮子在买菜。我特意观察了她们手里拎的竹篮子,好像比我儿时记忆里更漂亮精巧了。

我是1968年出生的,记忆里小时候母亲去买菜,手里总

会拎个外公送的竹篮子,而且这竹篮子母亲用了30多年。后来,商场、农贸市场等都使用塑料袋,母亲也就再没使用这竹篮子——因为竹篮子底部也腐烂了。

现在的塑料袋虽然方便,可它对环境的破坏也是非常惊人

的:塑料袋即使埋在土里上百年也不会分解。大量的塑料废弃物埋在土里,会破坏土壤的通透性,影响植物生长。

创建美好家园和美丽环境,需要人人参与和维护。我真的希望在商场或农贸市场里,拎竹篮子的人越来越多。



居家养老

“吾老之家”温暖老人心

○范翔玥 文/摄



“吾老之家”为老服务结对驿站揭牌现场。

杭州市西湖区三墩镇新星社区属典型的老旧小区,老年人多而活动场所又少。如何丰富老年人的文化生活,是社区亟待解决的难题。为此,社区迎难而上积极探索,将助老志愿服务与居家养老服务相结合,先后成立了新星小妹舞蹈队、吉阿姨手工编织班、施老师书画班、腰鼓队、秋琴合唱班、老年党员志愿者服务团队、助老志愿者服务团队,以满足老年人的需求及爱好。

而为了解决老年人无固定活动场所问题,社区利用共建单位闲置用房,经过装修后,先后开设了“兰香里茂”长者自助

休闲馆、新星社区“吾老之家”为老服务志愿者结对驿站。通过倡导“老吾老以及人之老”的理念,让初老志愿者与一名或几名老人结成对子,成立为老服务互助小组。对80周岁以上独居空巢老人,社区还经常开展结对帮扶志愿服务,从而形成了该社区居家养老服务模式。

新星社区不断突破养老服务瓶颈,提升为老服务和管理能力,构筑起了生活照料网络。比如,大力开展邻里互助、发放免费理发服务体验券等,营造出“爱老助老,乐享生活”的良好氛围。



美化生活

穿上“晚礼服”夜景更美

○张文胜

在日前举行的上海合作组织青岛峰会期间,浙江永麒照明工程有限公司(简称“永麒光影”)参与了青岛城市夜景照明改造提升,承担了“亮灯保障”的任务,主要保障范围为青岛海路路、香港东路、浮山山体的亮化施工和维护。美轮美奂的灯光秀受到中外贵宾的一致好评。

“建筑就是光的艺术,只是一直以来建筑的美主要体现在白天,一旦黑夜的幕布拉上,便是一片不变的照明灯火,有时还会刺眼。”该公司负责人说,如今越来越多人意识到,灯光不应该只是个亮化工程,更应该把建筑

的美拓展到夜晚,甚至,夜比白天美,把每幢建筑打造成“光艺术作品”。

这几年,“永麒光影”专注打造建筑、景观的“光艺术作品”。目前,“永麒光影”已成功营造大剧院、文化中心、奥体中心、商业综合体、企业总部大楼、交通枢纽等多项省市级重点光影作品。

近日,“2018灯光之夜”暨亚洲照明设计奖颁奖典礼在广州隆重举行。“永麒光影”凭借营造的“宁波银行总部大厦泛光照明工程”,荣获亚洲照明设计奖。这也是该公司第三次获此殊荣。



居家常识

真皮假皮不再傻傻分不清

○王东梅



在我们爷爷奶奶那个年代,家里摆套真皮沙发可是件了不起的事,许多亲朋好友老爱往那户人家的屋里钻,只为了坐一坐那套豪华真皮沙发,沾一沾主人的光。

由此可见,彰显出豪华气派的真皮沙发,很早以前便是奢华的象征。到了现今这个年代,在许多设计师的巧手下,真皮沙发

保留了豪华气质,也融合了各种丰富元素,色彩变得大方、养眼,造型轻快简洁,极富现代和时尚感,成为主人家体现品位和气质的新宠。

达人授招辨别真伪

为了避免消费者因广告的轰炸、不良商家的价格拙售,而混淆了真皮与仿皮沙发的特质,

现提供购买全真皮沙发的小提醒。

一套1+2+3全真皮沙发,最便宜的价格至少从7000元人民币而起。由于量多成本低的缘故,此价格已是最低估计。对于市面上标着5000多元或6000元的整套全真皮沙发,需多加留意及提防。

头层黄牛皮中,以意大利与德国进口的皮料比较优质,因为符合严格的环保要求、色牢度高、弹性和透气性佳。牛皮沙发是以头层黄牛皮品质为最佳,也最贵。

一定要留意该沙发是否注明为全真皮!因为市面上还有半真皮沙发,意即沙发的人体接触面采用全真皮,沙发背面与底部(平时比较少接触的地方)采用PVC仿皮,这类沙发价格由5000多元起。

现在市面上出现另一款仿真度达90%的皮料,外观至触感和真皮沙发没有两样,行内人都需费点心思才能分辨出来,莫说是对皮料不熟悉的消费者。其价格比真皮沙发便宜至少

30%~40%。

一些不良的商家,可能会在顾客选购时提供真皮样板供选择,送货时却换成仿真度超高的仿皮沙发。

在沙发拆装时,可以马上闻出是否有真皮的天然腥气。在沙发底部缝接上帆布的地方,拆开一个小部分,可以看到皮的背面,从皮背面来区分真皮和仿皮。

真皮沙发保养DIY

真皮沙发能经历时间的磨砺,以其豪华气派、气宇轩昂,结实耐用的特点,备受人们喜爱,但也得懂保养才能经久不衰。

工作再忙、再怎么懒,一年里至少得为家里的真皮沙发做两次“美容护理”。保养真皮沙发的“柔嫩”肌肤,不但可延长使用寿命,坐起来也特别舒适。当然,你可以假手于沙发保养专家(但就得花钱喽)。想省下一笔钱,又可借此活动一下懒筋的话,可以试试自己DIY哦!

新买的真皮沙发使用前,应先用干净软布抹去沙发表面的

灰尘,切忌用水擦拭或洗涤。

作为首次护理,在真皮沙发表面涂上一层优质皮革保护剂,形成一层保护膜,使污垢不易深入真皮毛孔。

一般需每半年护理一次;当沙发显示有皱纹、干燥,就一定要护理了,否则很快就会开裂报废。

如沾有污渍,建议立即使用皮革专用的清洁剂及刷布,轻轻以画圆圈的方式清除污渍,之后再倒入少许皮革保养乳液于干棉布擦拭即可。切忌大力擦拭。

沙发摆放位置最好远离散热物及阳光晒到的地方,避免皮革开裂、褪色、失去其延展性。

真皮仿皮这样分

真皮:有皮革天然腥气味,皮背面有动物纤维,摸起来柔软、丰满有弹性。皮样板拿起时可感觉皮革垂下的重量,自然褶皱会明显不均匀。

仿皮:有塑料味或刺鼻化学药味。皮背面粗糙,有许多白点。皮样板手感较轻、像塑料,回复性较差,皱纹较粗相似、平均。

家门口的花海



这些天,位于绍兴市柯桥区漓渚镇棠棣村的“千亩花田”里,10万株向日葵竞相开放,成为村民茶余饭后休闲的好去处。近年来,柯桥区以“五星达标、3A

争创”活动为抓手,持续打造美丽乡村升级版,一片片绚丽多彩的花海应运而生。漫步其中,繁花似锦,随意一拍,皆成美图。

钟伟、赵炜 摄影报道