



空调使用一段时间后,过滤网、蒸发器及送风系统上会积满大量灰尘、滋生细菌,清洗空调成为空调养护的要点。

了解空调清洁:清洗死角知多少

空调的清洗要注意不留死角,空气通过空调内机并不仅是滤网和翅片,还有上下进风口、涡轮等,灰尘与细菌也随着空气到达这些地方。如果只清洗了翅片而忽略了其他部位,就好比将刚清洗好的衣服晾晒在风沙之中,清洗效果大打折扣。因此,对空调内机全面清洗除了滤网、翅片两个重点部位外,还应包括进风口以及涡轮等的清洁。

不留一点尘:拆卸清洗更彻底

对于空调的清洗,我们要知道拆卸清洗更彻底,如果像清洗翅片那样直接喷洒清洗剂的话,由于其他的死角部位不像翅片那样完全暴露在外,难免有一些地方无法被喷嘴直接或者方便地喷到,直接套用清洗翅片的手段很难清洗彻底。不过如今空调需要清洗的组件都属于可拆卸组件,将相应零部件拆下后就可以进行彻底清洗

↑ 老有所乐

文化养老更需“内容”

■田舍郎

退休生活就是养老,其中重要的一条是文化养老。文化养老是多数老年人的必修课,所以很有必要做个计划。但是更重要的是有“内容”,尽量多做些比较稳定、有文化含量的事情,让自己高兴,让社会和谐。

具体地说,要根据每个老年人的爱好、能力、条件,做自己喜欢做的、做得了的、做得好的事情。我的选择是:

一读报。我很信奉著名作家王蒙的话,“书要照读不误”。他的主张是要读纸质的书。对我而言,无论是书籍还是报纸,一纸握在手里有一种存在感,读到有用处,可用红笔勾画,随时记下点滴思想火花。每年除了由单位赠阅的几份报纸杂志外,还自费订阅千余元的报刊。连投递员也问我,“你退休了干嘛还要订这么多报纸?”我说,来自外界的信息越多越好,而这些大量有用资料,对我写作还起到“工具书”的作用呢。

二看书。现今的读书不再是年轻时为得一纸文凭而苦读。到了晚年,我对读书有了新的认知。读书除了要读用文字写成的书籍外,还要从生活实践中获得知识。所谓“生活之树常青”。生活是知识的直接源头,广义地

说,书籍不过是用文字形式表现出来的生活而已。因此,也只有多读生活这本书,才能读懂弄通用文字写成的书,二者相辅相成,不可偏废。列宁说:“为了生活不要忘了生活的意义。”我理解的人生,不只是维持生命的手段和过程,人生应该把读书的范围和眼界扩大再扩大,通过博读精览,放眼人生,在世界和历史中找到自己在生活中的真正位置,履行自己的人生责任和使命。

三写作。我的主要爱好是舞文弄墨,且乐此不疲。写作促进了学习,丰富了生活,带来了快乐。不少老年人无所事事感到非常孤独、清闲,而我虽然大部分时间在家度过,但每天的时间安排得很有规律、很有节奏感,心中从未有过空荡荡的感觉,有时候为赶写稿件还挺紧张的。但话说回来,毕竟闲的时间多于忙的时间,忙过一阵之后坐在案头听听歌曲也是一种精神调剂。

文化养老更需要“内容”。有些老年人可能读书不多,但这并不妨碍大家做点“有文化”的事。只要积极去做,慢慢培养兴趣,就会享受到文化氛围给老年人带来的精神愉悦。

家门口的书屋



绍兴市柯桥区全面推进社区书吧、城市书屋、农家书房建设,让更多居民在家门口就能够拥有一个良好的阅读环境。瞧,在柯桥区图书馆的城市书屋里,不少读者正在静

地看书。该书屋的开放时间从早上6点到晚上10点,刷卡进门,自助借书,弥补了图书馆开放时间的不足,受到不少市民的喜悦。钟伟、沈潇 摄影报道

↑ 家有一宝

爸爸的诗经表达方式

■王珍

爸爸边唱边从我身边飘过。

我问爸爸,你心情好吗?爸爸说,不好啊。我说不好怎么还唱歌呢?爸爸说,是啊,我唱的是悲歌。

“悲歌可以当泣,远望可以当归。”我的脑海里立马跳出《乐府诗集·杂曲歌辞·悲歌》中的两诗句。一位思乡不得归的游子,拦腰斩断了许多乱麻般的情绪,诗歌开头不叙事,也不写景,劈头盖脑就来了一句惊心动魄的“悲歌可以当泣”。我曾经不止一次地被迫这位悲歌者打动过,我看到了诗句背后数不清的哭泣。伤心之极,才以放声悲歌代替了哭泣……

而爸爸的一句“悲歌”,也让我看到了他内心深处极度的冷清落寞和无解的郁闷。在这之前,我一直认为爸爸是

个成功人士,因为他完好地实现了“棍棒底下出孝子”的预期目标。其实,我所能做到的这份孝也是很浮于表面的,和深入内心的距离隔着千山万水。而我对爸爸的认识也一直停留在了从前。一直认定爸爸说话方式走的就是简单粗暴路线。

朝夕相处久了,发现老爸其实是个很文艺范儿的人,说话相当弯弯曲曲,很诗经。有一次,爸爸语气肯定地对我说,“你不好好吃饭,吃那么多零食,你是富二代!”不显山露水,夸了自己,却一点不像吹牛。这水平!

爸爸是个非常重口味的人,对我烧的菜,他在心里早就定义为“没有盐”。一般情况下,爸爸会比较温婉地提醒一句,这个汤要是有点咸滋滋的就好喝了。点到为止。有一天,在餐桌上爸爸一边挟了

一筷菜,一边笑咪咪地说,不放盐的人是野人,因为从前盐还没有被发明出来。哈,这一砖拍得够狠!屡教不改的后果竟被爸爸直接骂成野人。这么温文尔雅,这么文明地骂人,你会吗?

吃东西,爸爸从来不直截了当地挑剔,他说:“这种鸡翅我们月月(爸爸的孙女)最喜欢吃了。”表示这东西好吃,他喜欢;他说:“依吃。”很客气地推让,表示这玩艺儿不咋的,婉拒。婉约不?含蓄不?

有一阵子,爸爸和妈妈天天追剧《木兰妈妈》,常常看得有说有笑的,引起了我的关注,于是也加入到他们的观剧阵营。剧中有个患老年痴呆症的爷爷,非常搞笑,他对眼下事情的认知都混沌不清,只心心念念地记得早年当兵的岁月,整天吵吵着说他自己

是一个兵。他在院子里挖了一个大坑,说是部队的防御工事,并趴在里面怎么都拽不出来,说他还没有接到撤退的命令。有一天深更半夜,已随孙女木兰嫁出去的老爷爷一个人跑回了自家院子中,说伤员们正在休息,他要在这里站岗。木兰没有办法只能陪着爷爷冻了一晚上……

就在我们笑得前仰后合的时候,爸爸一个人悄悄地走开了。等我发现时,爸爸正一个人闷声不响地坐在自己的房间里黯然神伤。我说,爸爸你怎么不看电视啦?爸爸很愤怒地说,这是什么作家!故意把老年人写得这么差,污蔑老人!仿佛那爷爷就是照着爸爸的影子写的。爸爸的细腻和敏于感受直接就是诗人的神经做的主导,一不小心就会受伤啊。

有时,爸爸会神情凝重地

↑ 居家杂谈

赡养问题不应成为扶贫问题

■彭宇

赡养老人是子女应尽之责,这是不需要解释的一个颠扑不破的道理。然而,在脱贫攻坚的背景下,一些农村地区不赡养老人的情况有上升趋势:有的村民将赡养义务直接“甩锅”给政府;有的非贫困户将老人作为争夺贫困“帽子”的“筹码”,拒不履行赡养义务;有些老人为了不给子女减少负担,也争着嚷着要当贫困户。如何对待这些老人,帮还是不帮,正在成为基层扶贫干部面临的棘手难题。

笔者这几年的扶贫工作经发现,有的建档立卡贫困户,家中只有一个或两个老人,子女全部在外地务工,要么多年未回家,要么每到年底才回来一次。平时一般不给家里寄钱,不履行赡养义务,导致老人生活困难、脱贫难度大。部分群众甚至大打悲情牌,争戴贫困帽,不惜利用哀老的父母对村干部、扶贫干部进行威胁,扬言不让当贫困户,就要上访。

在一些农村,有些老人为了给子女减少负担,每逢上面来检查脱贫工作,他们就闻风而动,叫苦叫穷,争着嚷着要当贫困户。这使得基层扶贫干部处于两难境地:帮扶,不符合政策;不扶,则可能影响脱贫验收工作。有些村干部、扶贫干部为了解决问题,把一些不符合五保、低保条件的非贫困户也纳入五保、低保,让他们领取相

应补贴,避免他们因争当贫困户不成而上访。

乡风文明是乡村振兴的题中之义。妥善解决当前农村赡养问题不仅关乎伦理道德,更事关脱贫攻坚,全面建成小康社会,需要各方的共同关注和努力。事实证明,乡风民俗、村规民约对村民赡养老人有着重要的制约作用,其约束力不仅是规则约束,更是道义约束,不仅是字面上的,更是口口相传的。笔者认为,村民委员会可将赡养孝敬老人作为村规民约的重要内容,增强村集体对落实赡养人责任的约束力。已将赡养孝敬老人纳入村规民约的,则要用村规民约教育引导好村民,在不侮辱村民人格的前提下,有时甚至有必要让一些不赡养老人的村民红红脸、出出汗,让他们在自立自强自富的时候,善待自己的老人。

赡养老人是法律和道德的双重要求。正如专家所说,民法总则、民事诉讼法、老年人权益保障法等都包含了大量关于赡养义务的规定。对不赡养老人的现象不仅要进行道德谴责,还要用法律进行惩处,因为惩处更能让人深刻吸取教训。而且要加强通报,形成震慑,让广大村民知道,该做的事做不到,这是要遭殃的。有关部门也需反思扶贫政策的漏洞和短板,尤其是要做好群众思想工作,确保扶贫对象更加精准,促进社会风气更加良善。

↑ 居室表情

居室美感在布局

■王富蓉



朋友,如果你有一间惬意的居室,那么,当你从繁忙的工作岗位回到你这个“小天地”的时候,你一定会觉得浑身为之松了一口气,美感油然而生吧。这种美感,实际上是你的视觉、生理和心理要求得到满足时的综合感受。一间普通居室之所以能做到这点,除了格调高雅,色彩和谐之外,布

局艺术所起的作用也是非常重要的。

居室的布局艺术,就是家具的布置技巧。它不仅是为了满足人们的使用需要,而且还是居室装饰的一种基本手段。人们为达到合理布局的目的所提供的无数方案,都不外乎是着力于房间的立体布置,有效地利用室内空间并注

意家具的整体和谐。就是说,即使布置小小斗室,也力图避免由于家具拥挤产生的压抑感,尽量使人在室内有回旋余地;同时使家具布置有序,并在可能的情况下设置一两处视觉重点,使人得到不同的景观感受。这对调节精神是有所补益的。

居室的布局之巧,没有什么讲究,也不必搞什么模式,每个人完全可以根据现有的条件和需要自由安排,以各具特色为好。就像穿着打扮一样,如果搞得千篇一律就没意思了。但有几个方面却是在进行居室布局时应当考虑的。

室内家具和活动通道面积的比例

居室的空间如同一幅立体的画,画面上如果景物太少会让人有空旷、冷落之感;太多又会使人感觉压抑、臃肿。因此,在满足生活基本需要的前提下,适当地注意虚实比例、轻重搭配很有必要。实践证明,在一般情况

下,家具占地面积约为房间面积的一半是比较理想的。同时还要注意家具放置后空出来的通道和活动空间,应不妨碍人的正常活动姿势,如坐、立、行走、转身、弯腰、下蹲、举手、伸腿、开关门窗等。因此,在室内布局之前,为慎重起见,事前可将房间平面实际尺寸缩小画在纸上,标明门窗位置和开关门窗所需要的面积,直到认为合适后再进行实物放置。例如对年老或慢性病人居室,要以进出、起坐、取物便利为原则。有儿童的家庭,则不应把室内通道搞得转弯抹角,否则会增加孩子被磕碰的机会。

室内通风、采光和视野

通风、采光和视野是人居环境的重要因素。可以说,房间的通风、采光和视野,在建筑设计时,设计人员已经进行了缜密的考虑和安排。而室内的布局,则是利用已有的建筑条件进行艺术加

说自己的头像被劈开一样痛,开始几次直接把我吓得惊慌失措。慢慢地我才明白,这是爸爸求关注的方式。爸爸时常把“我们老年人”挂在嘴上,其实并不是表示服老,而是相当于现在的中青年人人自恋地自称“宝宝”,属于那种撒娇类的情绪。

曾经看到网上有篇文章,说要像对待领导一样对待父亲,作者剖析自己对待领导向来谨小慎微、毕恭毕敬;而对待父亲呢,大多时间跟“恭”与“敬”相去甚远。有一天良心发现,将平日里反复为领导做着倒茶、点烟、开车门之类琐事也照样为父亲做了一次,父亲便记住了、满足了,觉得自己幸福了……

读着很受启发——以后我要像读《诗经》一样读父母,相信父母一定会是最美的诗画。