

身患癌症搞扶贫

我是1992年退休的,当时常想,和农作物打了大半辈子交道,还真不想过颐养天年的生活。在一位老乡的引荐下,我到了灵寿县横山岭水库移民村搞科技扶贫。

当时看到该村种植的花生、大豆、甘薯、小麦等,都是混杂退化的老品种,产量很低。我先后自费购买了这些作物的高新品种试种,试种成功后推广。几年来,推广的“小麦看苗管理技术”、“玉米追施关键肥技术”、“大豆高产技术”以及“花生减粒增穴技术”等,使全村小麦的亩产量由400多斤提高到800多斤,玉米、花生、大豆的产量每亩也提高了上百斤,家家有了余粮。

要想摆脱贫困,应走“靠山吃山”的路子。经与村干部研究,我们制定了开发荒山的方案,前后开发荒山4000亩左右,填平三个沟,造出近200亩耕地。山上栽植板栗9万株,在板栗盛果期间种花生、甘薯等小杂粮。现在村民住上了新楼房,生活得到了极大改善。

2003年我同省军区纪委副书记白振武大校到赞皇县白鹿村,那时白鹿村贫穷落后,村民只依靠传统农业为生。我对村支书说:“白鹿村要想富起来,首先要改变传统农业,种植高效益作

物,比如大葱。”为了打消村民的疑虑,我从石家庄自费购买优质大葱种子,动员鼓励几户农民免费试种。我从大葱育苗到移栽田间以及生长期管理,都亲自同村民一起操作。头一年,大葱喜获丰收,每亩收入3000多元,能顶3年的粮食收入。很快,家家户户都种起了大葱。通过七八年的大葱种植,白鹿村已是远近闻名的大葱专业村,全村每年仅大葱收入达120多万元。

白鹿村只有四五户村民搞小规模养猪,病死率高。我同村支书一起召集养猪专业户开会,我

从“选用优良品种,科学饲养,防疫灭病”三方面详细讲解,鼓起了大家继续养猪的勇气。我还提供饲料配方,常传递猪肉市场信息。七八年来,养猪户年收入10多万元。

1996年7月的一天,我在五家沟时腹痛难忍,立即回石市检查,竟然是晚期结肠癌。术后经过6次化疗,我的头发几乎掉光,身体虚弱。想着扶贫村的一些事情,我带上中草药和煎药罐坐公交车进了山。多年来,在山区吸着新鲜空气,吃着农家饭,同老乡们谈古论今,心情愉快,医生说我“带癌生存”,我认为是同癌共舞,在太行山共享富裕农民的喜悦。

杜连恩/文

退而不休十四年

1993年,我从石市建筑工程局党委书记的岗位上退下来。倍感轻松的同时,我的失落感也油然而生。且不说外边的世态炎凉,就是回到家也不安生。老伴是个持家能手,照料我吃喝穿戴十分周全,可是她有洁癖,无休止的唠叨又让人难以忍受——我想躺一会儿,她嫌床单没铺展;坐一会儿呢,她又怪沙发没拽平;在地上走几步,她又怪刚擦过的地板踩上了脚印,不尊重他人的劳动成果……没完没了的唠叨使人站立不宁,坐卧不安。

恰在此时,石市装饰协会换届,我被老领导推荐到协会,并以全票当选为第三届会长。共事者都是副处级以上的高退休老同志,大家都有如鱼得水之感。

从“行政者”到“服务员”,角色转换了,思想作风、工作方法都得跟着变。办公地点在没有电梯的7楼,一二层是商场,7楼相当于9楼那么高,每天爬上爬下几趟。作为会长,我曾拖着骨裂的腿坐汽车去北京办事,当天打来回,次日照常上班。我曾以66岁的年纪,用自行车驮着企业的人去政府部门办事。

为了搞好对全行业的服务,必须使服务成果扩大化。根据行业现状,我多次写成文章,如《整顿家装市场势在必行》,家装中应共同遵循的《以人为本、安全实用、简洁明快、舒适温馨》的十六字诀……多篇文章在报刊上发表,有的引起了省领导的重视并作了批示,在业内和消费群体中产生了积极影响。我还被评为改革开放30年建筑装饰行业发展“突出贡献人士”。

14年的退而不休,既赶走了退休后的落寞,广交了朋友,也为社会作出了新的奉献。

刘亚东/文

旅游兼摄影 生活更精彩

我爱旅游,退休10多年来,每年都要和老伴外出旅游几次;我爱摄影,是中国摄影家协会会员,每到一地,总是拍个不停。几年下来,我已游遍大半个中国大陆和港澳台地区,还走出国门,到了日本、韩国、新马泰等地。

我和老伴虽然已经到了进景点不用买票的年龄,但我俩乘船不晕,爬山不喘,吃得香,睡得着,证明我们身体无恙。走走拍拍,悠哉游哉,没了烦恼,忘了年龄,其乐融融。我们和游客同游、同乐,游客频频投来羡慕的目

光,夸我俩心态好、身体棒,说得我俩的心里甜丝丝的!

旅游归来,我和老伴向家人和朋友讲述旅途趣闻趣事,分享旅途的快乐。回放一张张精美图片,既回忆了旅程,又增加了生活情趣。然后我便开始精选、处理图片,撰写游记,最后将图文一并投给媒体。几年下来,我已在几十家媒体发表图文并茂的游记近200篇。适当的时机,我准备出一本《行万里路》的书,与大家共享江山美景、异域风情、奇人异事、旅游乐趣。

武威振/文图



武威振夫妇在泰国

武威伟/摄

我的幸福家园

我是一个老兵,1990年离休,来到石家庄市军队离退休干部第二休养所,在这里安度晚年。

军休所大院南北宽200米,东西长400米,院内有12栋宿舍楼,有设施齐全的老干部活动室,门口有保安昼夜巡逻。院中央有个文化广场,四周的绿化带有健身器材,北侧有石椅石桌,人们在这里聊天、读书、下棋,很开心、很随意。广场边上还有一个乒乓球台,一个标准化的门球场。楼宇之间栽有各种花木,冬天阳光充足,夏天绿树成荫,真是一个休养身心的好地方。

2001年我患脑出血,左半身偏瘫,出门要坐轮椅。我们大院路西就是解放军260医院,看病十分方便。有一次,我突然头晕,

老伴、儿子推着轮椅直奔260医院内三科,比打120送医院还快。

我们这里集合着海、陆、空三军和各军兵种的离退休干部300多人。20年过去了,已经“走”了不少人,剩下的大都是80岁以上的白发老人,我今年78岁,在这里是年轻人。大家在这里感到非常快乐,日子过得很舒心。这要感谢党和政府对我们这些老兵的关怀和照顾,我们一定会高高兴兴地过好每一天,快快乐乐地生活下去!

沪东/文

燕赵老年报
新浪官方微博亮相啦
<http://weibo.com/yzln>
有事没事 常来逛逛

努力了心里就坦然

我1929年出生,1986年离休,是个83岁的高血压、心脏病及乳腺癌患者。去年6月,我做了乳腺癌切除术,但我不把它放在心上,没有思想负担,生活安宁。

我刚离休时,曾听到有人说离休的人们是“等死队”,我听了心里很难过,也不想和他争辩,但暗下决心,一定要在力所能及的情况下,做点儿有益于人民的事。

我第一想做的就是对青少年进行爱国主义教育,让他们了解日本对我国发动的那场灭绝人性的侵略战争。为了让孩子们热爱祖国,知道没有国就没有家,好好学习,将来为社会服务,我写了《一所敌占抗战小学纪实》,是河北师大的余校长帮我修改完成的。老干部处的工作人员打印后,发给离休的同志。刚写完这篇文章,又看到晚报上号

召大家写新儿歌,我就想试试。这一试,几个月中我写了115首儿歌,拿到报社,编辑说我写得不错,可以选用,以后我又写了不少儿歌,但现在只存下150首。

社会上有人不孝敬老人,我听说了一些事例,很气愤,写了篇小品文《遗传病》。这篇小文在师大校报上刊登了,不少人说我写得好。我精力投入最多的,是学写电视剧本。1990年前后我就开始写,大约改了十几次。有的导演曾用我的稿去拉赞助,后来没成。可能我不是写剧本的料,于是想找人合作,还没找到合适的人。

我离休以来,一直想为人民做点事,付出了很多,却没有成绩。但我不遗憾,只要努力了,我心里就坦然。

孙梅村/文

河北久知杯
我的离退休生活 我能做
中共河北省委老干部局、燕赵老年报主办
河北久知医疗器械有限公司协办
编辑提示:“我的离退休生活”征文到此结束,感谢广大读者的热心参与。所有来稿均可参与评奖。

河北省中国旅行社 省老年促进会2012夕阳红专列惠老工程 报名即赠游驼梁 驼梁与以下优惠二选一

乘“海峡号”穿越台湾海峡 9月14日于省会包船首航
报名截止日期:8月20日 “海峡号”邀您免费体验
凡在8月10日前报名的中老年朋友,均可享受“海峡号”这一海峡两岸亲民航道200元的减免体验。乘世界先进的海峡高速客船,3小时穿越台湾海峡,纵览世界绝美海峡风光,以全新的旅游体验,诠释一代人的梦想。

夕阳红赴台游、值选“海峡号”包船专列
台湾海峡、台北、台中、高雄、日月潭、阿里山、淡水、福建武夷山+庐山瀑布十一日 3280元起(限额+经济舱)
赠:台湾佛光山、福建下梅古村

西部五省夕阳红专列十日 1980元起
9月西部最美的季节 发团日期:9月3日 报名每提前一天优惠5元
甘肃:敦煌、莫高窟、鸣沙山、月牙泉、兰州、甘南藏区大草原、治力关风情
青海:青海湖、塔尔寺、互助土族、西宁
宁夏:中华回乡园、西部影视城、银川
新疆:吐鲁番、天山天池、乌鲁木齐大巴扎
四川:诺尔盖大草原、九寨沟

海峡西岸全景—福建、台湾金门十一日专列
厦门、鼓浪屿、武夷山、泰宁大金湖、永定土楼、崇武古城、泉州、台湾金门岛(免签)、福州+九江庐山瀑布十一日 1980元起
发团日期:9月14日 报名每提前一天优惠5元 赠:惠安女表演、下梅古村
厦门、鼓浪屿、武夷山美丽海峡西岸异地疗养十一日 1580元起

电话 67900037 67900036 地址 中山路与维明大街交叉口(袜厂院内北一楼)