

互动话题

晒晒我的“幸福账单”(之四)

主持人开场白:老年人对学习新知识、新技能的需求较高,他们通过参加教育培训、阅读书籍等方式来丰富自己的精神世界。

嘉宾出场

刘秀丽:背起书包去上学

年轻时没有考上大学,是我的一大遗憾。很高兴,我生活在新时代,我们国家老年教育事业发展很快,现在老年大学越来越普及,我又能背起书包去上学,有条件弥补过去的遗憾,再去圆梦。

我报名上了邯钢老年大学,听着资深老师讲课,和同学们一起学习书法和绘画,享受集体生活的欢乐氛围,感觉特别好。特别是同学们老有所为、积极乐观的人生态度以及勇于拼搏、开拓进取的精神,深深地激励着我。课间休息

时,与同学们相互鼓励、说说笑笑,也使我的晚年生活充满了乐趣。班长和同学们都很关心我,令我非常感动。班长常常热情地给我推荐好字帖,耐心地指导我。几位年长的大姐很关心我,常提醒我注意及时增添衣服。更让我高兴的是,我与上初中时的老班长又坐到同一教室上课,再续友谊,感情更深了。同学们都很优秀,字写得好,画画得美,我起步晚,以后要多向同学们看齐,多向同学们学习。借此机会,祝同学们学习更上一层楼。

陈祖龙:常去图书馆坐坐

退休后,我的消费金额骤降。但我在图书馆的消费,倒是常有的。第一笔消费是付100元押金,办一张阅览卡,这是阅览报刊、借阅图书必不可少的。

常去图书馆坐坐,在书海中泛舟,能使自己与时俱进,跟上时代发展的步伐。图书馆内有众多的老年类报刊,除了刊载时政新闻外,还有专为老年人量身定做的保健养生、老有所学、娱乐休闲等内容。每次从图书馆出来,我都有身入宝山满载而归的喜悦。图书馆去久了,素材积累多了,自然会产生

写作的冲动。谋篇布局,字斟句酌,用心写成稿件后,我就按照报刊上的邮箱地址投稿。再去图书馆,便多了几分希冀,重点关注投过稿的报刊。隔三差五,看到印有自己名字的报刊,便有了第二笔消费:喜滋滋地掏出零钱,请工作人员将相关的版面复印下来。

图书馆内的读者休息大厅,供应咖啡、蛋糕。读书读到饭点儿,便有了第三笔消费:捧一杯咖啡,品几口蛋糕,翻着心爱的书本,那份惬意,那份开心,令人陶醉。

张治安:网购让生活变轻松

我早年家境不好,日子过一天是一天;如今到了耄耋之年,更多了一些对幸福生活的追求。我先是买了电脑,又买了智能手机,不断学习,掌握了手机银行、网上购物、微信聊天等各种功能。我注册了淘宝网账号,需要什么就去逛逛,购物、与客服互动、退货、退款都能轻松搞定。

有一段时间,老伴常为接水伤脑筋。她打开水龙头往水

桶里接水,经常忘记关,许多水白白流失了。为了防止跑水,只能守着。即使如此,有时也会分心,忘了关水龙头。为此,我在淘宝网搜索,找到一种“满水报警器”,8元一个。我问老伴要不要买,她说:“光浪费的水也不止8块钱了,更重要的是浪费水叫人心疼!”我当即拍下,收货后安装好,水桶的水一到设定水位,报警器就闪光、震动、鸣响。老伴说:“这下轻松多了。”

狄民建:把钱“送”给旅行社

平时,我经常和旅友们调侃:“记着把钱送给旅行社,千万别送到医院。”近年来,我每年一条或两条长线游,周边游、短途游不计其数,一次又一次地给旅行社“送”钱。这几年,我游了西北五省区、皖南的徽派古建筑群,还与呼伦贝尔大草原来了个“亲密接触”。今年5月,我实现了多年的夙愿,到了

西藏拉萨,感觉别提多自豪、多幸福了!旅游既看了风景,又锻炼了身体,还为写游记提供了素材,真是一举多得。

今年春天,我出版了一部书,集游记、回忆、亲情记事和议论文于一体,圆了出书梦。当我把书赠送给亲朋好友时,他们都很羡慕,我心中也升起一种成就感。

主持人发言

老年人在经济能力范围内适度消费,可以享受更加丰富多彩、幸福安康的晚年生活。

下期话题:我和“搭子”的故事

找一帮志趣相投的朋友,结伴散步、唱歌、旅游……近来,这种“搭子”式社交方式在老年人群中流行起来。“搭子”这个词起源于网络语言,是“搭伙”的简化版。不同于传统的友谊关系,“搭子”之间的联系通常基于共同需求和互相帮助。“搭子”的类型多种多样,包括“饭搭子”“学习搭子”“健身搭子”等,这些“搭子”都是基于共同的兴趣爱好或需求而形成的。您有“搭子”吗?讲一讲你们之间的故事吧。



山乡柿子红 魏有花/作



身上热乎

最近,天气转凉,我带小外孙到户外玩耍时,要给他换厚一点儿的衣服,他不同意。我对他说:“外面凉,必须穿厚衣服。”

小外孙认真地说:“姥爷,我不用穿厚衣服。”

我感到莫名其妙,问:“天气这么凉,你为什么不用穿厚衣服呢?”小外孙调皮地说:“外面凉,可我身上热乎呀!”

王保训/文

老夫老妻

黄金粥

好不容易盼来“十一”黄金周,原打算带老伴、孙子去黄山好好玩一趟,偏偏那几天我有些上火,牙疼得厉害,只好改变计划,无可奈何地待在家里。

由于牙疼吃不了硬食,老伴只好变着花样做一日三餐。她先是炖汤,鸡汤、鸭汤、排骨汤,轮番上阵;汤喝腻了,再熬粥。喝了几天大米粥后,老伴怕我生厌,又特意去超市买了小米换口味。

那天,老伴将一碗熬好的小米粥端到我面前,望着金黄的小米粥,我苦笑道:“‘黄金周’里喝‘黄金粥’,真是名副其实啊!”

明伟方/文

本期乐园答案:1.从; 2.湾;3.天;4.苏;5.衍;6.臭。

孙女为我剔鱼刺

周末,老伴炒了几个菜,还特意做了我和孙女爱吃的红烧带鱼。孙女从学校回来,见了桌上的红烧带鱼,高兴地说:“奶奶,你又做我爱吃的鱼了。”老伴笑着说:“快去洗手,洗完手吃鱼。”

孙女读初中后,吃住都在学校,周末回家一次。老伴总怕孙女在学校没吃好,就把饭菜做得比平时丰盛一些。所以每逢周末,菜中就有孙女爱吃的鱼。

孙女小时候吃鱼,都是我细心地把鱼刺剔了,再放到她的碗里。如今,她自己会剔鱼刺,就不需要我帮忙了。

孙女夹了一块鱼,细心地把鱼刺剔出来,却放进我的碗里,说:“爷爷,你吃鱼吧,没有刺。”没想到孙女会为我剔鱼刺,顿时我的眼睛湿润了。想到孙女小时候我为她剔鱼刺的情景,再看看碗里她为我剔去刺的鱼,我突然觉得孙女长大了,学会关心人了。老伴见我激动的样子,笑着说:“看你多幸福啊!”

孙女为我剔鱼刺,让我感到欣慰和幸福。我觉得这些年没白疼孙女,为孙女成长所付出的辛苦都不算什么,都是值得的。

汪小弟/文



暮秋景象

郭云民/摄

有新闻—《老友新闻》

有历史—《精品阅读》

有故事—《生活互动》

有生活—《百事顾问》

有医疗—《医疗指南》

有旅游—《我游我乐》

燕赵老年报

一纸精彩 值得拥有

2025年《燕赵老年报》火热征订中……

订 阅 热 线

长安东站 开发区站: 66161718
桥东南站 裕华西站: 66161716
桥西南站 桥西北站: 66161729

长安西站 长安北站: 66161717
新华南站 新华北站: 66161721

邮发代号: 17-103

每周三期 四开八版

全年定价 120元

新闻一句话

槐荫新谈

扫码订阅