

听听你的心事

串门记者:李晨阳
电子信箱:yzlnbxw@163.com
电话:88629212

时间:11月5日

地点:石家庄市长安区

人物:胡女士(59岁)

胡女士自述:老伴退休后,就陷入了一种沉迷网络的状态。他的情况让我深感担忧。

老伴退休前在石家庄一所学校的后勤部门工作,负责全校的水暖电等。他的岗位比较特殊,工作比较繁琐,爬上爬下很费体力。下班后,老伴就喜欢躺在沙发上看电视、报纸。我和老伴都是比较怕麻烦,喜欢直来直去的人。用操作繁琐的智能手机上网,我们也不感兴趣。

2022年,老伴退休了。好不容易闲下来,他开始张罗着约朋友们喝酒。刚开始,我考虑工作了一辈子,应该放松放松了。可是老伴三天一小喝,五天一大喝,到家后闷头就睡,也耽误了不少事儿。为此,我跟他没少吵架。女儿、女婿知道后,专门来调解过好多次。

有一次,女儿、女婿把家里淘汰的电脑送了过来,教他如何使用。有了电脑后,老伴外出喝酒、聚会的次数少多了,可是他却沉迷网络。

刚开始,我想着老伴有事干了是一件好事,毕竟退休后

每个人都要有自己喜欢的方式来打发时间,也不至于天天想着喝酒了。可没想到老伴是没白天没黑夜地坐在电脑跟前,沉迷在网络世界里。白天在电脑上下象棋,晚上看怀旧电影,可以说是两眼一睁玩到熄灯。每天早晨,都能看到他眼睛里布满了血丝。另外,由于长期久坐,他的颈椎、腰椎也出现了问题,家务活一点也干不了了。

这些年,我一个人照顾外孙女的饮食起居。老伴上班时,我白天就在女儿家,帮助孩子们打扫卫生、买菜做饭,等晚上把外孙女接到家做好饭后,我再回自己家。这两年,老伴非但一点忙也帮不上还净添乱。现在,我给外孙女做完饭还要回家给他做饭收拾,真的是窝了一肚子火。我天天劝,也没有太大作用,可是把我愁坏了。

“一波未平一波又起”。由于我和老伴都不会用手机上网,这对我们俩也造成了不小的影响。手机支付、网上购物……女儿、女婿通过智能手机可以很轻松地应对,甚至连外孙女上网也比我熟练。女儿、女婿觉得我们用的手机落后,花了4000多元给我们买了两款智能手机。用智能手机本来是方便人

的东西,但却给我们的生活带来了更大的麻烦。

自从有了新手机,老伴很快开始被直播、看短剧“拿捏”,他大部分时间都花在了网购和刷视频上。前一阵,老伴突然找我要2000元钱说买东西。我当时就有点懵了,我们的钱都是各管各的。先不说,老伴每个月有4000多元的退休金,这两年他应该也存了不少钱,怎么还找我要呢?

在我的再三追问下,老伴终于道出了实情。

原来,老伴最近又关注上了手机直播带货,对玉饰疯狂着迷。看着那些口若悬河的主播,觉得他们介绍的每一款商品都物超所值。每天半夜等我睡着了,老伴就开始了清空“购物车”模式。手镯、玉佩、玉坠……足足有10多件,便宜的几百元,最贵的5000多元!光这些东西就将近30000块!我当时看着这大小小用钱换来的东西,只觉得头发晕,喘不上气,瘫倒在地,直接住进了医院。

从医院回家后,全家人都投入到了帮助老伴“戒网瘾”的工作中。然而,每每提及这个话题,老伴总是敷衍地回答:“我只是在消磨时间而已。”可我能

感觉到,他已经沉迷网络无法自拔。为了帮助老伴走出这种状态,我从女儿家忙完回来不管多累,都会强制和他在楼下散步。女婿也给老伴买来了鱼缸、观赏鱼,为的就是让他减少对网络的依赖。然而,这些努力似乎并没有起到太大的作用,老伴依然将大把时间都花在电脑、手机上。要如何帮助老伴走出这一困局,真的是需要大家帮我出出招。

■记者感言

胡女士的老伴沉迷网络,为了让他戒掉网瘾家人们也想了很多办法,但效果不太明显。有数据显示,不少老人沉迷网络,是由于缺少社交圈子、社交平台造成的。建议胡女士可以给老伴报名参加一些老年兴趣班,志愿活动等,在与同龄人接触的过程中,帮他重新找回社交圈子和认同感,从而告别网瘾。

■串门预约

在照顾父亲方面,石家庄的李先生遇到了一些难题。下一期,咱们去他家串门,看看是怎么回事。

■串门回音

同病相怜 非常理解

石家庄申德明:刘女士花钱买孝心的做法,我非常理解。多年前,我也曾经遇到过这样的难题,远在河南老家的父母相继患病卧床不起,生活不能自理,需要子女照顾赡养。那时候,我在石家庄上班,偶尔请假回家还可以,但要长期请假回老家在父母床前尽孝是不可能的,除非辞职。

万般无奈,我也选择了刘女士的办法——花钱让在老家的兄弟姐妹代我伺候父母。说心里话,我虽然花了钱,但因不能亲自伺候父母,也非常内疚,何况我花的钱还远没有刘女士的多。好在我的兄弟姐妹从不计较。所以,我对刘女士的做法特别认可,理解她花钱顾人的做法,理解她不能亲自床前尽孝的心情,理解她担心被人误

解的内心活动。

在此我要对刘女士说,只要问心无愧,不用太在意外人怎么说。

孝敬老人 要讲实际

石家庄市温振海:从《我该不该花钱买孝心》一文中看到,刘女士通过花钱雇妹妹来替自己照顾老人。这是特定的环境下她对老人付出孝心和爱心的一种表达,同时也是一种不错的尽孝选择。

敬老爱老要根据老人们的身体健康、家庭经济条件等情况而定。有的守护在老人身边照顾;有的轮流伺候;有的送到养老院;有的在家里顾个保姆……不论是采用什么样的尽孝方法,贵在坚持,善始善终。只要能真真切切地关心老人,让老人的晚年生活过得有滋有味,心情舒畅,就是真正的孝道。

花钱尽孝 无可非议

辽宁喀左李海瑞:刘女士的《我该不该花钱买孝心》值得一读。老母亲摔伤后需人照顾,她和两个妹妹经商量,轮流伺候一个月,谁知在这节骨眼上,她的老伴突发疾病住院,也需要伺候,而且娘家又有千里之遥,面对如此窘境她选择花钱买孝心无可非议。

有时候我们需要寻找适合自己现状的方式去解决难题,而不是仅仅依靠传统的方式束缚自己。同时,也让我们思考何时应该付出金钱来平衡家庭中的各种责任和关系。

保定安国张礼恒:我也有过像刘女士一样的经历。多年前,母亲身患半身不遂,生活不能自理。那时我在外地工作,只能依靠弟弟和妹妹照顾母亲。家人也很理解,让我安心工作不要牵挂。但我心里过意不去,每月拿出三分之一的工资寄给弟弟、妹妹,那时,村里的大喇叭就通知家人到大队去领汇款单。因此,乡亲们都知道我汇的钱是孝敬母亲的。大家都说这也是一种尽孝方式。

家庭和睦享长寿

寿星:郑乃焕(101岁)

健康素描:郑乃焕是衡水市枣强县西崔许村人,一直生活在农村。年轻时,她与当木匠的丈夫一起做木工活,战争年代,她还常常加班加点做军鞋支援前线。

郑乃焕性格随和,饮食从不挑剔,三餐多为粗茶淡饭,喜欢吃白面和玉米面两掺的主食和玉米面粥。如今,她耳不聋,眼不花,还能做针线活儿,记忆力也很好。在街上遛弯时,她总是热情地和乡亲们打招呼。郑乃焕有四个儿子,他们早早就成家立业,如今都已儿孙满堂,儿孙们都孝顺她。郑乃焕说:“我赶上了好时代,有个和睦的好家庭,有个好身子骨,知足!”

通讯员 吴玉锋 文/图



百寿图

374
号寿星
郑乃焕

代国海 研墨润笔书写乡韵文化

本报记者 李晨阳

通讯员 刘柯旋

近日,在保定徐水区户木乡德山三街代国海创建的“紫菊书画社”,一场书画交流活动如期举办。十几位书画爱好者,挥毫泼墨,互相交流着书画创作技艺和经验。

今年65岁的代国海是当地有名的书法家。他经常组织书画爱好者到他的鞋垫厂里,交流书画艺术。“我希望通过这个平台,给更多的书画爱好者提供一个学习和展示的机会。”

代国海说,通过举办书画交流活动,乡亲们既丰富了生活,也为中国传统书画艺术的传承和发展贡献了力量。

年轻时,代国海就喜欢写毛笔字,“写字本身就是一种艺术,我喜欢毛笔字所表现出来的美感。”帮乡亲们用毛笔记礼金、写春联等,都离不开代国海书写的漂亮的毛笔字。

1996年,代国海建起全乡第一家毛毡鞋垫厂。从企业的进货渠道、管理生产、联系销售,再到侍弄自家5亩地的责

任田……虽然忙碌,但他从没有放下过毛笔。每天晚饭后,他都会在旧报纸、废包装箱上伏案练习书法。由于代国海的毛笔字漂亮、大气,许多企业家们邀请他去题写企业文化格言、标语。“用自己喜欢的方式帮助大家,让我感觉非常有意义。”

随着代国海毛笔字的名气越来越大,十里八乡的书画爱好者们都来找他交流、切磋书画技艺。今年5月,代国海在鞋垫厂内专门腾出一间房,支上大书案,置办笔墨纸砚,备上开

水茶叶,自此“紫菊书画社”成立了。“弘扬中华美德”“耕读传家”“村野风光”……他和众书友创作的一幅幅充满乡土气息浓郁的书法、国画作品,挂满了墙壁。

如今,代国海不仅指导中小學生、乡亲们写字画画,还定期邀请书画名家下乡,组织艺术讲座、文化沙龙。“做优秀传统文化的传承者、弘扬者!”代国海心里筹划成立乡村书画协会、举办农民丰收书画展,带动更多乡亲拿起毛笔,为和美乡村、红火日子着墨添彩。

新闻超市

送医下乡

近日,沧州市委老干部局联合沧州市中心医院,到南皮县许道口村开展“党建结对促振兴 健康服务惠民生”义诊活动。

义诊现场,沧州市中心医院糖尿病科、心血管科、中医科等科室的专家团队携带专业设备,为当地乡亲们提供免费医疗服务和健康咨询。(周琳)

石家庄市区订户请注意
如果您没收到报纸
请拨打 88629333