

# 我和“搭子”的故事(之三)

## 互动话题

主持人开场白:如何适应退休后的生活,路径很多。其中不忘旧朋友,结识新朋友,共同参加社会活动是个不错的选择。

### 嘉宾出场

#### 王彦秋:公益路上的好“搭子”

我退休后加入了几个公益组织,其中就有容老师发起的“助学扶老联盟”。

容老师80多岁,是一位了不起的人,多年来助学成绩斐然,多次获奖。他先是自己一人做公益,而后带动了大批爱心人士投身公益事业。我常常跟随容老师到井陘、赞皇、行唐等地,调查走访困难学生。容老师精神矍铄,每到一处,都认真询问、记录孩子们的情况,那专注的神情让我深受触动。孩子们拿到助学款后,脸上洋溢着感激与希望之情,让我们内心满

是欣慰。我们还组织了大学生圆梦活动,容老师亲力亲为,给大学生们讲述自己多年来坚持助学的初心,鼓励他们勇敢追梦。在容老师的影响下,我家对接了几个贫困孩子,全家人用心去关爱他们,帮助他们。看着孩子们一点点地进步,那种成就感难以言表。

本以为退休生活会平平淡淡,没想到却有别样的精彩。容老师于我而言,不仅是一起做公益的“搭子”,更是师长,是朋友,是同道。和容老师同行,让我受益匪浅。

#### 韩铁铮:他提供话题,我整理成篇

刘永泰是我的小学同学,我和他现在仍然保持微信联系。他不会打字,只会在微信发语音。有一次,他跟我说起小时候拿小皮球当篮球投篮的事。我感觉挺有意思,就让他写出来。于是,他把文章写到稿纸上,然后拍照发给我。照片本来就看不清,加上是连笔字,有时我半天也认不出是什么字,这让我大吃苦头。于是,我想了一个笨法子,让他照着稿子念,然后用微信的语音转文字功能转成文字,再进行修改。他说一口纯正的天津话,转成文字后

错字连篇,笑话百出,我只好一点一点地改正。整理好之后,我把文章寄到一家报社,没过多久就见报了。他见到自己的文章发表了,高兴得不得了,于是转发给亲朋好友。

刘永泰是老“天津卫”,知道的事特别多。于是,我们如法炮制,他提供话题,写出草稿念给我听;我整理成篇,替他投寄到报社。就这样,我们两人成了写稿“搭子”,接连发表了好几篇文章。他提高了写作能力,我也成了“编外编辑”,各自收获了成功的喜悦。

#### 史守霞:合办邮票展览

我集邮十几年,认识了许多邮友,来往最密切的就是杨姐。我和杨姐经常一起研究邮票,互相切磋。有时她到我家看看,有时我到她家转转,喝喝茶,聊聊天,互相送上一两件纪念品,彼此的心里都暖洋洋的。

近年来,我和杨姐有了一个共同愿望,就是合办邮票展览。于是,我俩开始着手筹备,分门别类地整理所有邮票,将我家

客厅收拾停当,搬来几张桌子搭成展台。经过我俩的精心布置,邮展终于开展了。看到集邮爱好者们在展台前认真观赏,仔细品评,我俩别提多高兴了。

因为集邮,我和杨姐成了知心好友;因为集邮,我们的生活增添了无限的快乐。我们在集邮中集到了“雅”,集到了“趣”。我和“集邮搭子”杨姐乐在其中,陶醉其中。

#### 穆建辉:赵哥,谢谢你

赵哥是我的邻居,快70岁了。他腰板儿挺直,走路健步如飞,身体像小伙子一样壮,真是令人羡慕。有一次,我们聊起健身,他建议我去游泳。我说:“我是‘旱鸭子’,不会游。”赵哥说:“很好学,哪天和我一起去,我教你。”

后来,赵哥约我去游泳。他教我学蛙泳,先练水上漂浮,然后学划水、蹬脚、换气。练了几天后,我终于能游十几米远了。后来,我觉得自己学会了,兴趣

就淡了,有时发懒不想去游泳。赵哥说:“要想有个好身体,必须长期坚持游泳。反正你也退休了,没啥事儿,我游泳时叫上你,咱们一块去。”就这样,在赵哥的督促下,我每天坚持游泳。

这几年我一直坚持游泳,身体发生了明显的变化,饭量大了,睡觉香了,上楼也有劲儿了。我知道,这一切变化都是我的“游泳搭子”赵哥带来的,我想衷心地对你说一声:“赵哥,谢谢你!”

### 主持人发言

“搭子”关系的出现,不仅丰富了社交形式,也让很多人找到了更多的生活意义和乐趣。

#### 下期话题:好书影响我一生

阅读能点亮人的内心世界,能指引未来和方向。一本好书往往会成为人生的转折点,启发我们追求梦想,走上一条更适合自己的道路。《钢铁是怎样炼成的》《新儿女英雄传》《青年近卫军》《林海雪原》……在浩如烟海的好书中,有没有一本书给予您宝贵的经验和感悟,成为您不断前行的动力源泉呢?一起聊一聊吧。



健身球操 张魁兴/摄

## 育孙歌谣

### 三岁小子

李俊杰

小小子,刚三岁,唱歌跳舞全都会。穿衣不要妈妈管,吃饭不叫奶奶喂。他说凡事自己干,依赖大人很不对。



### 八宝粥

小孙子总爱黏着我,我走到哪儿他就跟到哪儿。一天,我到楼下找几个老友聊天,小孙子就跟着我下了楼。在小区活动室,我和几个老友相聚后就聊起来。小孙子守在我身边,静静地听我们聊天。

聊着聊着,我们聊到世界地理上。老李问我:“世界上到底有七大洲呀?”我说:“有七大洲,这么简单的问题,你都不知道?”老李听了,掰着手指头算:“亚洲、欧洲、非洲……”之后就说不出来了。我接过来说:“还有北美洲、南美洲、大洋洲和……”不知怎么,最后一个洲我竟也想不起来了。

就在我抓耳挠腮时,小孙子说:“爷爷,我知道。”我问:“是什么洲?”小孙子说:“是八宝粥!”

汪小弟/文

本期乐园答案:1.昌; 2.口; 3.记; 4.家; 5.闭; 6.月; 7.良; 8.建。

## 亲情树

### 爸妈的惦记

一天,朋友邀我去公园玩,我们玩得很尽兴,不知不觉太阳已西沉。我刚招呼朋友往回走,老爸的电话打了过来:“饭都做好了,快回来吧。”我回答:“好,马上回去。”朋友一脸羡慕地说:“你都是50岁的人了,还有爸妈惦记,真幸福!”

爸妈怕我工作忙顾不上做饭,每到饭点儿,就打电话催我回他们家吃饭。去年冬天的一个夜晚,我冒雪参加文友们组织的读书会。我从爸妈家出发,他们反复叮嘱我:“天寒地冻,走路一定要小心。”还没到晚上

10点,他们已先后打了6个电话。当我快走到小区门口时,就看见他们老俩站在门口等我,不知已在雪地里站了多久。老爸右胳膊还夹着一件棉大衣。我心疼地埋怨道:“你们都是70多岁的人了,路上那么滑,万一摔跤怎么办?往后别老惦记我啦!”老爸却说:“你是爸妈的心肝宝贝,不惦记你惦记谁呢?”说得我无言以对,泪水止不住地在眼眶里打转。

我想,以后要像爸妈疼爱我一样,把二老照顾好,让他们拥有幸福的晚年。董素玲/文



含饴弄孙

李肖容/摄

让更多老年人老有所养

新闻一句话

一纸精彩 值得拥有

2025年《燕赵老年报》火热征订中……

订热线

槐荫新谈

扫码订阅

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》

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 全年定价 120元