



微信公众号:yzlnb365

有奖新闻热线:

0311-88629212

燕赵老年报

不/只/精/彩 还/有/关/爱

2024年

12月23日

星期一

甲辰年十一月廿三

总第3001期

今日八版

新闻一句话

河北

■河北省开立个人养老金账户235万户。

■2025年1月15日起,河北省将新增22个医疗服务价格项目,其中新增的“免陪照护服务”价格项目,省、市指导价格均为100元/日。

国内

■12月20日,2024“年度字词”揭晓,年度国内字为“智”,年度国内词为“新质生产力”。

■截至目前,2025年春节假期(2025年1月28日至2月4日)国内航线机票预订量超130万张;出入境航线机票预订量超91万张,比去年春节同期增长超40%。

■第五批国家组织高值医用耗材集中带量采购12月19日在天津开标。此次集采覆盖人工耳蜗类、外周血管支架类医用耗材,23家企业中选。

■12月19日,国家网信办公布网上侵害未成年人合法权益行为的典型案例,包括利用“网红儿童”违规牟利,诱导未成年人参与“直播拆卡”等。

■我国科学家通过分析嫦娥六号月球样品,获得人类首份月背古磁场信息,填补了月球磁场中晚期演化的数据空白。

■近日,一家新的中央企业——中国数联物流信息有限公司在上海正式揭牌成立,这也是首家数据科技央企。

■《封神第二部:战火西岐》《射雕英雄传:侠之大者》等五部影片定档春节档。

国际

■12月19日,北约秘书长马克·吕特在访问保加利亚时表示,北约成员国没有义务与乌克兰签署安全领域的双边协议。

■12月19日,俄罗斯总统普京在年度记者会上表示,俄军在与乌军接触线全线每天都在向前推进,正逐步实现此前设定的特别军事行动主要目标。

■美国当选总统特朗普对一项国会两党已大致达成协议的短期支出法案表示反对,这让美国联邦政府陷入停摆的风险加大。

■当地时间12月19日,欧盟委员会主席冯德莱恩会见了乌克兰总统泽连斯基。冯德莱恩表示,欧盟2025年将为乌克兰提供超过300亿欧元的援助。

■美国航天局介绍,因波音公司“星际客机”飞船技术故障滞留国际空间站的两名美国宇航员,将不早于明年3月底返回地球。

■法国最高法院裁定,前总统萨科齐腐败和以权谋私案上诉失败,维持对他3年有期徒刑,其中包括1年实刑的判决。

“小老人”照顾高龄父母有苦也有甜

专家:多方合力,量力而行

本报记者 杜雅楠 张运乾

随着生活水平的不断提高,长寿老人的数量日益增多。不少“小老人”开始承担起照顾更加年迈父母的责任。近日,记者采访了不少“小老人”家庭,有人表示,尽管照顾父母辛苦但幸福,还有一些人说,“以老扶老”有些力不从心。

在老人眼里 永远是个孩子

今年62岁的刘惠敏是石家庄市的一位退休干部,她和老公、母亲一起住在长安区乐城苑小区。“2015年父亲去世后,我就把母亲接到自己家。”刘惠敏说,母亲今年87岁,但腿脚利索,经常下楼遛弯儿,有时还能帮着擦擦桌子、扫扫地。

“和母亲一起生活,说不

操心是假的。”刘惠敏说,上了年纪后母亲经常忘事,吃药都得靠她提醒。为了让母亲记住吃药时间、顺序,在一位朋友的提醒下,刘惠敏将药品名称、用量和服药时间写 to 一张纸条上,贴在了母亲床头柜的药盒上。“母亲一看就能一目了然,她方便我也省心。”为了延缓母亲记忆力减退的症状,刘惠敏还买来一副跳棋,经常陪着母亲玩。

前段时间,母亲做的一件事,让刘惠敏特别感动。“当时都快到午饭点了,我妈遛弯儿还没回来。”刘惠敏说,正当她和老公准备下楼寻找时,母亲却提着一袋子大米糕回家了。“我脾气急,当时有点生气。”刘惠敏说,但看到母亲手中的米糕时气

一下就消了。“这种老式米糕我小时候最爱吃,母亲虽然有点糊涂,但还记得我喜欢吃啥。”刘惠敏说,在母亲眼里,自己永远是个长不大的孩子。

年龄渐长 有点力不从心

今年67岁的陈先生是一位退休工人,他和哥哥、两个姐姐照顾着94岁的老母亲。“十年前,一直是大姐独自照顾母亲。”陈先生说,前两年,大姐身体出了问题,一个人伺候母亲有些吃不消了。为此,他们姐弟4个才开始轮流照顾母亲。

随着年龄增长,陈先生和哥哥,姐姐们轮流照顾母亲越来越吃力。去年年底,大家商量着想把母亲送到养老院,“找个条件好的,费用大

家平摊。”陈先生说,但他们很担心母亲适应不了养老院的生活,最终还是打消了这个念头。

“现在,我们分成两班,每班照顾母亲7天。”陈先生说,他们几个岁数都不小了,更能理解“小老人”照顾高龄父母的艰辛。“尤其天热的时候,需要给母亲擦洗、翻身,一天下来累得不轻。我们也都上了年纪,身体有点吃不消了。”

多方合力 让老人安度晚年

河北省党校副教授石翠仙说,如今,“小老人”照顾父母这一现象正在逐渐进入大众视野。首先,我们要为“小老人”的反哺之孝点赞,他们虽年事渐高,却未卸下行孝之责。这一行为不仅为社会树立了榜样,更让尊老敬老、反哺报恩的美德,成为凝聚社会情感、促进社会和谐稳定的坚实力量。

然而,“小老人”们毕竟精力有限,若一味地不顾身体照顾父母,可能会让自己身心俱疲,甚至陷入困境,反而无法继续给予父母周全的照料。量力而行并非不孝,而是一种理性的权衡。“小老人”们可以根据经济能力,适当借助社区康养机构等,也可以与兄弟姐妹协商轮流照顾,或雇佣钟点工分担压力,确保自己在能力范围内做到最好。

饺子飘香过冬至

俗话说:“冬至大如年,人间小团圆。”12月19日,石家庄市石岗街道飞机公司社区举办了“饺香冬至 关爱暖心”活动。

当天一大早,社区党员志愿者和辖区老年朋友们围在桌前一边聊着家常,一边包着饺子。饺子包好后,志愿者们专门给辖区高龄、困难老人送到家,让他们感受到社区的温暖和关怀。



通讯员 王丽华 报道

为霞尚满天

“作为村干部,我理应冲在前”

马建宝 乡亲们身边的“农民消防员”

本报记者 杜雅楠

12月18日,在秦皇岛青龙满族自治县八道河镇八道河村,一位老人正驾驶着微型消防车,走街串巷宣传消防安全知识。这位老人名叫马建宝,他不仅是乡亲们的消防知识宣传员,还是镇上的义务消防员。

今年61岁的马建宝是八道河村党支部副书记,也是一名共产党员。2012年,青龙满族自治县相关部门开展农村消防力量建设,准备在各乡镇设置义务消防员,并配备微型消防车。听到消息后,马建宝立刻报了名,并成为了八道河镇的义务消防员。“作为村干部,我理应冲在前。”

“麻雀虽小五脏俱全”,

可别小看这微型消防车。”马建宝指着微型消防车说,车上的消防水罐能装1吨水,水炮能把水打出去几十米远。此外,车上水枪、水带、灭火器等消防器具也一应俱全。

“消防关乎乡亲们的生命财产安全,半点儿马虎不得。”马建宝说,为了确保第一时间赶到火灾现场,他手机里存了1600多位乡亲的电话,一直保持着24小时开机。

这些年来,马建宝从没中断过学习,不仅定期参加镇消防队组织的消防课,还在网上浏览消防安全知识。“燃油失火要用沙土盖;煤气失火要先关阀门,再用湿棉被灭火。”如今,只要讲到消防知识,马建宝就滔滔不绝,如数家珍。

在村镇公路上疾驰、在山间小路上奔波、在火灾现场扑救……13年来,马建宝开着微型消防车南征北战、东奔西跑,他成了乡亲们最信赖的“农民消防员”。

2018年冬天的一个深夜,已经休息的马建宝突然接到了一位乡亲的求救电话。“抄道沟村一户人家起火了,火势不小。”马建宝说,询问完具体情况和火灾位置后,他连袜子也顾不上穿,就开上微型消防车往抄道沟村赶。抄道沟村地处半山腰,距离八道河村有10公里。“当时天黑路险,还就我一辆车。”马建宝说,他一边唱歌给自己壮胆,一边加快速度赶路,用了不到10分钟就赶到了起火的乡亲们家。

来到乡亲们家后,马建宝不顾危险顶着滚滚热浪,拿起水枪开始灭火。由于火势大,他用了3个多小时才彻底扑灭。等回到家时,已经是半夜两点多了。

为了提高乡亲们的消防安全意识,马建宝还经常用大喇叭滚动播放用火、用电安全知识。“冬季是火灾高发期,柴草、老化电路都容易引发火情。”马建宝说,随着乡亲们的防火意识逐渐提高,自己“出警”的次数少了许多。

13年,马建宝一人一车,在消防的路上不断奔波,他共参与处理火情35次。“要做好这件事,不能怕危险,怕辛苦。”马建宝说,作为一名共产党员,就应该做点有意义的事。