

孝亲爱老，养老院里上演感人故事

□本报记者 王菁

近日，无锡百禾怡养院推出类似“奖学金”管理制度，对探望老人次数多、陪伴质量高的亲属，给予一定的奖励，用来抵扣老人相关费用。怡养院负责人说，他们希望通过这样的活动倡导孝道，激励更多有孝心的子女关爱老人。近日，记者走访了锡城多家养老机构，了解到一个个暖心的孝心故事，发现在孝顺老人这件事上，不怕做不到只有想不到。

尽孝心儿女上演“碟中谍”

美国大片《碟中谍》系列相信大家都不陌生，剧中扑朔迷离的特工大战剧情惊险又刺激。近日，李女士感慨说，没想到到父母住个养老院自己要训练出“特工”的素质，感觉尽孝心没有高智商还不行。

在养老院，许多人院老人的子女有个心照不宣的约定——老人的病情、养老的费用等信息，都是老人不宜掌握的“一级机密”。李女士因此也向父母谎报了机构的人住费用。原本父母两人住的养老机构每月费用是10000多元，最近换了一家条件更好的，费用也相应增加，每月需要12000多元。一次亲戚探望时，不小心说漏了嘴，父母知道后

高龄阿婆带着保姆住养老院

88岁的沈阿婆虽然只能用胃管进食，每隔几十分钟就要有人帮她拍背排痰。但她依然神采奕奕，还经常由阿姨推着轮椅到管社山庄看风景，安心地过着她的晚年生活。这份安心背后，是两个女儿多年如一日的贴心与付出。

49岁的小女儿晓慧告诉记者，母亲去年小中风后，吞咽功能受到影响，只能打胃管进食，还需要做肺部抗感染治疗。在家里她和姐姐没法提供这些

幽默是劝慰老人的一大利器

高旗是吴阿公、刘阿婆的小女婿，常常几句话就能把老人说得喜笑颜开。两位老人都已80多岁的高龄，吴阿公去年小中风后，家人就商量找一家合适的养老机构，让老人享受专业的照顾。高旗前后考察了十几家，选定了一家环境服务都较好的机构。可老人一听说价格后，连连摇头，家人怎么说都不行。最后还是高旗有办法，说：“爸爸妈妈，你们的钱还是自己花掉得好。你们好心留给我们，以后我

们分不匀闹出矛盾反而要怪你们呢。”老人听得又好气又好笑，想想也有道理，就住进了养老院。

老人有时候就像小孩，脾气阴晴不定，这个时候子女的幽默往往有出其不意的调解效果。有一次刘阿婆看到护工阿姨帮吴阿公洗澡，心里不得劲又不好意思说，就发起了脾气。高旗来了，悄悄地跟丈母娘说：“妈妈，爸爸要是还有这样的想法你应该高兴啊，说明身体好了，可以不住在这里回家去了。”吴阿

婆听他这么一说，忍不住笑了出来。

孝顺又能干的高旗每周总要抽空到养老院跑个几次，带点菜、给老人理个发等等，看看老人有什么需要。一次看到隔壁房老伯有辆电动轮椅，开来开去很方便，立马给腿脚不便的老丈人也买了一辆。还有一次丈母娘为了件小事一天打他30多次电话，他一边开解一边设法转移老人的注意力，中秋节带他们去宜兴玩了一趟，老人心情又舒畅了。

母亲是那个年代的老高中生，在晓慧眼里，母亲知书达理和蔼可亲，对爷爷奶奶孝顺有加。“孝顺一直是我们荣氏家族的家风，我们想用实际行动把这个传统传给下一代。”晓慧说。

养老院老人打门球。“母亲每隔几十分钟就需要有人给她拍背排痰，一天要打8次胃管，随时需要有人照看，这样有养老院的护理人员、有我们、有阿姨在，母亲就安全了，我们也放心。”晓慧说。

母亲是那个年代的老高中生，在晓慧眼里，母亲知书达理和蔼可亲，对爷爷奶奶孝顺有加。“孝顺一直是我们荣氏家族的家风，我们想用实际行动把这个传统传给下一代。”晓慧说。

记者手记

理解与陪伴是最好的孝道

父母在，人间尚有来处；父母去，人生只剩归途。在养老院里，记者看到了太多太多充满孝心的儿女，他们觉得尽孝道是人的本分，各尽所能地为老人安享晚年付出努力，不给自己的人生留下遗憾。

其实送不送养老院，并不是判断儿女孝不孝顺的唯一标准。如果我们把父母留在身边，却没有足够的时间精力陪伴，更做不到平日里的疾病预防和临危时的抢救处理，那不如尽可能地提供最有利于他们的生活方式，让他们衣食无忧，精神富足、开开心心安享晚年。

给父母有质量的陪伴，不仅仅是偶尔拎一箱牛奶、买一身衣服，让老人一时高兴之后承受大半年的失落；也不仅仅是电话里三言两语的嘘寒问暖，而是落实到每一天的日常生活里对父母的理解和关心。在相互理解的基础上，才能达成父母真心需要的陪伴。而这种理解，就是要让父母感觉到他们永远被需要、永远没有被儿女抛弃。

关于孝心的讨论永无止境，如果您有什么建议和想法，可以发邮件至 wjns@163.com 一起讨论。

沁园“一元早餐”暖人心

居家养老中心还提供日间照料、助浴等多种服务

11月13日早上6点45分，沁园二社区83岁的单阿婆来到社区净慧银龄助餐中心吃“1元早餐”，一元钱就能吃到一碗杂粮粥一个花卷一些小菜，新鲜热乎又实惠，阿婆在这里已吃了4年多。而且因为她已满80岁，连一元钱都不用付了。据了解，从2015年8月开始，这里的“1元早餐”就吸引了沁园新村及周边的老人们，每天都有三四十位老人过来用餐。

当初，梁溪区民政局引入净慧银龄养老机构办居家养老中心，希望它能给周边居民提供实实在在的养老便利。该机构入驻社区后，经过多方调研，发现社区老年居民多，就餐是个大问题，所以决定从提供价廉、质优的餐饮入手吸引老人。“这里的粥都是现熬的，而且煮得烂烂的，很适合我们老人的口味。”76岁的吴阿婆告诉记者，她平时一个人生活，做饭很麻烦。做多了，好几顿都是吃剩饭，量少又很难做，所以经常随便凑合。自从有了助餐中心，她每天可以吃上热乎乎的新鲜餐。

记者了解到，这里的早餐品种还真不少。除了八宝粥、南瓜粥等各类养生粥，还有各色面点、五彩馒头。中心负责人高红星介绍，早餐以清淡素食为主，为了引起老人的食欲，他们有很多品种，如馒头就有紫薯、燕麦、黑米、南瓜、胡萝卜等不同口味，水饺有荠菜、青菜、白菜、芹菜馅等，他们还把蔬菜等榨成汁揉在面团里，做成五彩水饺，既好看又营养。

据净慧银龄养老机构的负责人杜淑华介绍，他们这里主要是针对60岁以上的老年人，早餐花1元就能吃到一碗粥一个馒头一碟小菜，选择其他品种还可以打八折。原来对百岁老人免费，现在满80岁就实行免费。除了早餐，还有中餐和晚餐供应，基本为两素一荤一汤11元左右的价格。另外他们还提供日间照料、助浴等多种居家养老服务。80岁的李阿公说，他家在车水湾，这两天家人要外出，不放心他一个人在家，特意把他送到这儿住上几天。费用相当实惠，包吃包住还有人帮他洗澡，每天才50元。记者看到这里45张日间照料床位，已有30多位老人入住，年龄最大的100岁。大多是附近小区的居民，每天一早送来，吃完晚餐再接回家。

之前有老人担心，助餐中心这样的盈亏不均无法长期运营，但杜淑华却给老人吃了一颗定心丸：“净慧旗下目前在全国有四十几家养老机构，其他良性的运营能补贴助餐中心的亏损。另外，各级政府部门的支持也让我们有信心继续做下去。”

(王菁)

无锡队获中国广场舞大赛第三名

11月8日至10日，由国家体育总局社会体育指导中心、全国广场舞健身活动推广委员会等主办的2019年中国广场舞大赛(广东·肇庆站)在广东省肇庆市举行。来自全国各地的25支队伍，400多名运动员参与了这场赛事。

无锡广场舞代表队12名运动员平均年龄58岁，面对各地强手自信满满，顽强拼搏，取得了自选和规定总分181.64分的好成绩，荣获本次大赛的第三名。(余剑英)

江海社区开展居家援助上门签约服务

为提高辖区老年人居家养老援助质量，江海社区全面开展辖区内老年人家庭摸底和签约工作。11月11日，江海社区工作人员针对符合条件的行动不便老年人进行上门协助签约。

期间，社区工作人员宣传了社区居家养老服务的内容，目前居家养老服务中心已具备日间照料和休闲娱乐的各项条件。社区服务中心一如既往地服务有需要的老人，同时筛选符合条件的老年人家庭，确保符合条件的老年人享受居家养老服务。(周莹)

月城镇老干部支部看望老党员

11月12日，江阴市月城镇老干部支部部分五个小组开展“走访赠书志愿服务”活动。志愿服务队员来到戴庄、秦皇、双泾、沿山、下塘等9个行政村，看望了徐海泉等12位老党员，并赠《中国共产党党章》《不忘初心、牢记使命》等8本书籍，鼓励老党员在新时代老有所学、老有所为。(邢旦华)

锡山区举行省老年人体育节锡山分会场闭幕式

11月13日，锡山区老年体协在无锡市荡口实验小学举行2019年江苏省老年人体育节锡山分会场闭幕式暨“夕阳红”老年健身大会。

会上，老年人在江苏省最美步道——鹅湖飘香步道进行了健步走。锡山区老年人体育协分会180人做了气舞《太湖美》展示。气舞是国家体育总局健身气功管理中心新推出的运动形式，集健身气功、舞蹈于一体，刚柔相

济。东北塘街道老年健身代表队表演了广场舞《我和我的祖国》，年逾花甲的阿姨们个个神采飞扬。东亭街道的柔球乐《强军之歌》既有健美操的美，又有太极拳的柔，球起球落，彩带飘舞。鹅湖镇的老年朋友展示的《24式太极拳》刚柔并济，动作优美。厚桥街道的腰鼓、羊尖镇的莲扇、东港镇的太极功夫扇等十多个项目——精彩亮相。(章志强 蒋青芬 吕玉泉)

基层经验

宜城街道老干部活动有声有色

近来，宜兴市宜城街道老干部党支部广泛开展“不忘初心、牢记使命”主题教育学习活动，通过集中学习、外出参观、心得交流、民主生活、助残行动等多种形式，使广大老党员受益匪浅。

10月22日，街道组织103名离退休老干部党员，参观了常州市溧阳前马镇水西村新四军江南指挥中心。在爱国主义教育基地门前，全体老党员面对党旗，重温入党誓词，而后参观了新四军纪念馆展厅，缅怀先烈，接受思想洗礼。

11月8日，街道召开离退休老干部党

支部召开“不忘初心、牢记使命”主题教育学习心得交流会，老同志们发言热烈。支部书记提出了“四个一”活动要求：即每一个党员书写一篇学习心得体会；出一期主题教育的专栏；每一位老党员为身边群众做一件好事；开展一次批评与自我批评的民主生活会。

街道离退休老干部党支部开展了“百名党员助残行动”。活动以五个党小组为载体，成立五个党员志愿服务队，对大同社区30户有智力、肢体、精神障碍的对象进行帮扶，给他们送捐款、送服务、送生活用品，使这些家庭感受到社会的关爱。(吴国春)



11月10日，张永明书画陶艺展在宜兴市丁蜀镇陶都古玩城展出，近百件书法、绘画、陶艺、雕刻作品令观众一饱眼福。张永明20世纪60年代就开始从事紫砂工艺教育，他悉心研究陶瓷工艺，重点创作釉下彩陶瓷作品。中央电视台《东方时空》等栏目曾对张永明艺术成就做过专题介绍。他还出版了《张永明书画陶艺》等5本专著。退休后，张永明继续发挥擅书画的优势，将书画艺术融于陶瓷作品。图为张永明向观众介绍青瓷釉下彩开片花瓶。

(丁焕新 摄)