



## 晚晴话题

暑假期间,全国各地的旅游景点都是“人从众”。家长们带着孩子开启了暑假游,咱厝许多老友也跟着家人,一家大小齐齐出去玩了。老友相聚时,旅游中遇见的风景、美食、人文风情都成为老友间津津乐道的话题。随着暑假即将结束,“暑假你和孩子们出门旅游了吗”成了热门话题,有的老友还在回味旅途中的美好见闻,有的老友却连连吐槽,说再也不和小辈们出去旅游了。这究竟是怎么回事呢?

# 一趟出游 我成了被吐槽的「扫兴长辈」

## 65岁林秀梅: 旅途中,我被家人“嫌弃”了

家住罗山街道的林秀梅阿姨已65岁。今年她的孙子小强初中毕业。于是,家里人趁着暑假带小强出去旅游放松一下。他们一家人选择到北京旅游,“那里有很多大学,还可以带孩子去看看那些名校。”对于这个决定,小强也很开心,但没想到旅游过程中小强却高兴不起来了。原来,奶奶一路上不停地“说教”让他烦死了。

“玩完回去就要收心学习,高中三年是最重要的。”“这里很美吧,以后考上了大学,想到哪里旅游都行。”“你要好好学习,将来才能考到好的大学。你看这个学校校园环境多好。”……三句不离学习,不仅小强烦了,连林秀梅的儿子儿媳也烦了,“妈,好不容易出来玩一趟,就不要唠叨这些了,多扫兴呀。”被孙子,还有儿子儿媳抱怨,林秀梅很难过,想不通自己哪里说错了。“虽然中考结束了,可是马上就要上高中,我就是忍不住想对小强多提醒一点。”林秀梅说。

自从被家人抱怨后,旅途中,林秀梅就变得小心翼翼,生怕自己一不小心又说错话让孩子不高兴,搞得自己看风景也心不在焉。“唉,我也不想成为那个扫兴的人,可是和孩子讲话的时候就忍不住会说和学习有关的事情呀。”林秀梅叹息道。



(资料图)

## 72岁郭珍珍: 还没到机场就被“吐槽”了

同样被孩子吐槽“扫兴”的还有青阳街道的郭珍珍阿姨。

郭珍珍72岁了,孙女在西安读大学。“明年孙女就要大学毕业了,说要在毕业前带我去自己读书的地方看看。我很开心。可是没想到计划的时候很开心,开始出发到旅游回来,孙女却说我这老太太很扫兴。”郭珍珍哭笑不得地说。

“出发前,幻想奶慈孙孝,可实际上却是鸡飞狗跳。虽然没有特别不开心,但后来我想想,孩子们说得也有道理。”郭珍珍细数这一次旅行中和孙女的冲突有哪些,说出来其实都是小事,却惹得孩子不开心了。

“我怕出门吃东西用东西不方便,临行前就开始准备各种东西。但是,孙女让我什么都不带,我还是带了很多东西,将行李箱塞得满满的。”郭珍珍说,没想到在机场托运行李时,行李却超重了。当孙女从郭珍珍沉甸甸的箱子里掏出保温杯、苹果、面包、火腿肠、泡面甚至还有十几包榨菜的时候,整个人不好了。“为了不交超重费用,我把这些全都塞到了自己的背包里,背包鼓鼓囊囊的,好像下一秒就要炸掉。”孙女劝她不要带了送给别人,但郭珍珍觉得浪费,坚持要自己背着走。

为了不用起早,孙女特地定了十点的飞机,想着吃过早饭再慢慢去机场。可出发当天,郭珍珍仍在早上6点就敲响她的房门,催促她早点出发。“我就是怕飞机赶不上,我们去机场等着,总好过到那时赶来赶去。”郭珍珍觉得多预留点时间总没错,但孙女却拖拖拉拉还怪她。

“还有出去吃东西,非得要去那种人很多的店,要等很长时间不说又很贵。我说随便吃一点。她也不愿意,说来了就得体验当地的美食。”郭珍珍说自己心疼孩子乱花钱,可是又怕孩子不开心,只好随着孩子,“我怕又被孩子说扫兴。”

“很多时候,长辈在旅行中的一些扫兴行为并非故意要挑孩子的刺、与孩子作对,也不是真的嫌弃子女的安排,更多是因为在生活习惯、处事方式和思想观念上与孩子不同频。这些不同和差异使得明明互相为对方着想、想对方好的两代人产生了误会和摩擦。”晋江市第三医院心理科主任、国家二级心理咨询师陈荣尧表示,其实大家多沟通多理解,年轻人理解老年人的心理,老年人也学着放手让孩子去安排行程,安心享受,这样就皆大欢喜了。

“我怕出门吃东西用东西不方便,临行前就开始准备各种东西。但是,孙女让我什么都不带,我还是带了很多东西,将行李箱塞得满满的。”郭珍珍说,没想到在机场托运行李时,行李却超重了。当孙女从郭珍珍沉甸甸的箱子里掏出保温杯、苹果、面包、火腿肠、泡面甚至还有十几包榨菜的时候,整个人不好了。“为了不交超重费用,我把这些全都塞到了自己的背包里,背包鼓鼓囊囊的,好像下一秒就要炸掉。”孙女劝她不要带了送给别人,但郭珍珍觉得浪费,坚持要自己背着走。

“很多时候,长辈在旅行中的一些扫兴行为并非故意要挑孩子的刺、与孩子作对,也不是真的嫌弃子女的安排,更多是因为在生活习惯、处事方式和思想观念上与孩子不同频。这些不同和差异使得明明互相为对方着想、想对方好的两代人产生了误会和摩擦。”晋江市第三医院心理科主任、国家二级心理咨询师陈荣尧表示,其实大家多沟通多理解,年轻人理解老年人的心理,老年人也学着放手让孩子去安排行程,安心享受,这样就皆大欢喜了。

“很多时候,长辈在旅行中的一些扫兴行为并非故意要挑孩子的刺、与孩子作对,也不是真的嫌弃子女的安排,更多是因为在生活习惯、处事方式和思想观念上与孩子不同频。这些不同和差异使得明明互相为对方着想、想对方好的两代人产生了误会和摩擦。”晋江市第三医院心理科主任、国家二级心理咨询师陈荣尧表示,其实大家多沟通多理解,年轻人理解老年人的心理,老年人也学着放手让孩子去安排行程,安心享受,这样就皆大欢喜了。

“很多时候,长辈在旅行中的一些扫兴行为并非故意要挑孩子的刺、与孩子作对,也不是真的嫌弃子女的安排,更多是因为在生活习惯、处事方式和思想观念上与孩子不同频。这些不同和差异使得明明互相为对方着想、想对方好的两代人产生了误会和摩擦。”晋江市第三医院心理科主任、国家二级心理咨询师陈荣尧表示,其实大家多沟通多理解,年轻人理解老年人的心理,老年人也学着放手让孩子去安排行程,安心享受,这样就皆大欢喜了。

## 多理解多沟通 放手让孩子去安排

的确,关于出门旅行,年轻人和老人之间似乎有很多的“代沟”:难得出门一趟,坐舒适的交通工具、住高档的酒店、吃当地美食、游特色景点是多数年轻人的选择,但老人却常常把“你吃吧,我不吃”“你玩吧,我不玩”“你去吧,我不去”等挂在嘴边,似乎对什么都提不起兴趣。相较于花钱坐出租车、住酒店、吃饭店,老人更喜欢坐公交、啃馒头、吃泡面。

在年轻人心中,旅行应该是悠闲惬意的,睡到自然醒起床,慢慢悠悠逛几个景点,打卡几家感兴趣的小店,citywalk一下再回酒店美美睡一觉。但老人的旅游堪比早起赶集,“早”和“赶”贯穿整个旅程。在“你是来睡觉还是来旅游的”“再不起,自助早餐就没了”的催促声中,紧张又忙碌的一天开始了。老人们沉浸于早早出发去机场,早早去景区排队,不知疲倦地穿梭在景点之间,身形矫健地拍照打卡,仿佛只有“应玩尽玩”才能不虚此行。

## 才艺秀场

书法、绘画、摄影、诗词、剪纸……如果你喜欢这些,擅长这些,那么,这里便是你展示的舞台。“才艺秀场”作为展示老年朋友才艺作品的平台,长期面向全市老年朋友征集优秀作品。



摄影作品:《漓江春晓》  
作者:施性锦(男,1954年生)



剪纸作品:《党旗红》  
作者:陈紫云(女,1956年生)

## 资讯

### 晋江市老年学学会 开展课题调研

本报讯 近日,晋江市老年学学会会同晋江市民政局成立“特殊困难老年人探访关爱服务”课题组,由晋江市老年学学会会长蔡天赞带队,深入青阳、陈埭、池店、英林、深沪等镇街,对晋江市一年多来开展特殊困难老年人探访关爱服务这项工作进行全面了解调研。

据悉,开展特殊困难老年人探访关爱服务,是打通养老服务“最后一公里”,强化养老服务兜底线的重要工作。为促使这项工作持续、有序、有效深入开展,不断完善、建立更加科学化、人性化、常态化、制度化的探访关爱服务机制,晋江市老年学学会把开展这项工作的专项调研,作为2024年度重点社科课题。在此次调研基础上,课题组将对晋江市开展这项工作进行评估,提出思考建议,形成一份较高质量的调研报告。

### 山海协作办学 咱厝老年大学牵手 尤溪老年大学

本报讯 8月16日上午,尤溪县老年大学一行来晋参观考察,并与晋江市老年大学举行山海协作办学框架协议签订仪式。

尤溪县老年大学一行首站抵达晋江体验馆参观,了解“晋江经验”从回望、守望到展望的过程,通过展馆的影像、图片、光影等效果,感受晋江在践行发展“晋江经验”过程中所取得的辉煌成就。随后,前往晋江市老年大学参观校园建设情况,详细了解学校办学历程和特色,交流全国老年大学标准示范校创建工作经验。当天,晋江、尤溪两地老年大学本着“优势互补、协作共赢”原则,积极沟通对接,达成了山海协作办学意向,并签订框架协议。下一步,双方将通过山海协作工作专班,建立常态化沟通联络机制,商讨协作推进计划与措施,在党支部建设、教学研讨、师资培训、校园文化等方面加强交流互动,共同探索老年教育发展新路径,共同推动老年教育高质量发展。

## 晚晴生活百科

# 安全马桶扶手:老年人如厕好帮手

随着年龄的增长,老年人在日常生活中的安全需求愈发凸显。厕所作为家中一个高频使用且容易发生意外的区域,其安全性不容忽视。近年来,市场上出现了许多专为老年人设计的马桶扶手,为老年人提供了极大的便利和安全保障。

老年人使用马桶扶手的重要性在于帮助他们应对上厕所后忽然站起的风险。站立过程中,老年人可能因腿部无力、平衡能力下降或关节问题而容易摔倒。这种摔倒可能导致严重的骨折或其他伤害,并对他们的身体和心理健康造成长期影响。马桶扶手(架)通过提供稳定的支持和额外的抓握点,为老年人提供了安全的站立支撑。它们有助于平衡身体重量,减轻下肢负担,并提供安全且可靠的支持,让老年人能够自信地站起来。通过使用马桶扶手,老年人可以减少摔倒和受伤的风险,保护他们的健康和安

目前,市面上的马桶扶手产品有固定式和移动式等多种样式,其中固定式又有挂墙式和落地式的。固定式马桶扶手是将扶手固定在马桶旁边的墙上,而移动式马桶扶手则类似椅子,可直接放在马桶上方。无论哪一种类,都要选择安装简单,使用便捷、安全,同时价格不虛高的产品。选择时应该考虑以下因素:

- 安全性:**选购马桶扶手时保障老年人安全是第一要素,优先选择材质较硬、支架较粗且与马桶间有固定装置的产品,保证使用过程中良好的稳定性。此外,马桶扶手的支架应采用较粗、坚固的材质,给使用者以结实、承重能力好的感觉。
- 易用性:**马桶扶手在保证操作简单、便捷的基础上,宜采用支撑性较强的双边扶手设计,手前端设计为凸起样式与人体手掌结构适配度较高。
- 舒适性:**马桶扶手长度设计不宜过短且应宽度适中,应采用长方体设计而非圆柱体设计的扶手,更能增大受力面积,使用更加舒适。尽量选择有柔软舒适材质包裹的扶



手,以防老年人长时间使用手部产生酸痛感。此外,也可根据使用者身体情况、卫生间的结构及墙面材质、经济条件进行选择。

●**身体情况:**如果使用者身体重量是比较重的,建议用落地式坐便扶手,相反也可以选择挂墙式的;如果使用者手脚不太用力的,建议考虑电动升降辅助使用;如果使用者比较依赖扶手借力的,就要选择固定式就更安全。

●**卫生间的结构及墙面材质:**如果想节约一定的空间,可以选择可上翻款式,使用完后将扶手上翻节约空间。但同时也需考虑到墙体的承受力,如果是实心墙体,随意选择都可以;但如果墙体承力不足的,就要考虑落