



晚晴话题

资讯

旅港乡贤发红包 安海菌柄老人享福利

本报讯 近日,安海镇菌柄村的老年朋友们收到了每人500元的大红包,拿到红包的老人们喜笑颜开,直夸乡贤黄清团“有大爱”。原来,菌柄村旅港乡贤黄清团在其子黄海鹏、儿媳黄霞媛喜结连理之时,捐赠25万元为村里的长者们发福利。

据悉,黄清团心系桑梓,不仅热衷于家乡的老年公益福利事业、关爱老年人的晚年生活,此次除了捐赠25万元为老人发福利外,同时还捐资菌柄村委会4万元、捐资菌柄小学校董会3万元、捐资菌柄村慈灵寺3万元,助力家乡发展。

晋江市老年大学 获全国表扬

本报讯 近日,全国老年大学宣传工作会议暨《老年教育》创刊40周年座谈会在山东济南召开,会上,晋江市老年大学宣传工作获通报表扬,获“全国老年大学宣传工作先进单位”和“中国老年教育40周年成果展”三等奖。

据悉,此次会议通报表扬了全国老年大学宣传工作取得优异成绩的单位和“中国老年教育40周年成果展”荣获优异成绩的单位并为受表扬单位代表颁奖。晋江市老年大学作为全国老年大学宣传工作取得优异成绩的学校代表,与其他五所大学的代表上台作交流发言,其中,晋江市老年大学是唯一县级老年大学代表。

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。



剪纸作品:《廉洁守法》
作者:陈碧理(女,1943年生)



摄影作品:《仙境如斯》
作者:蔡彩雪(女,1951年生)



摄影作品:《倾听》
作者:黄清淳(男,1954年生)

咱厝老友讲述养宠故事: “就像养了一个孩子,有喜有忧”

如今,很多家庭都养了宠物,而宠物也就成为家里备受关爱的一分子,也为生活添加了非常多的乐趣。对于一些老人,特别是孩子不在身边的空巢、独居老人来说,养宠物更成为生活的一部分。

在老龄化趋势日益加剧的当下,老年人的生活质量和健康状况越来越受到社会的关注,除了传统的保健方式,养宠物逐渐成为一种备受推崇的生活方式。但是有些人在宠物身上倾注了太多情感,进而产生依赖,为之操透了心,甚至引发心理及情绪问题。今天,《晚晴话题》就来说说咱厝老人与宠物的故事。



像亲人一样的宠物

每天早上给宠物狗穿衣服,带它出去散步、晒太阳;一日三餐跟宠物狗一起吃;教它打招呼、作揖;睡前还要洗爪子、梳理毛发……不少老人把宠物狗当作孩子一样宠溺、照顾。

家住金井的刘敏珠(化名)奶奶直言:“狗狗就像我的亲孙子一样,儿子一周才回来一趟,平时都是狗狗陪着我。”原来,刘奶奶之前都在市区帮忙带孙子,自从孙子上中学后,她就回到了村里生活。“村里基本上都是老头老太太,平时聊在一起的少。和老伴也是‘大眼瞪小眼’,无事可做。”刘奶奶说,刚回家时,整天精神都有点恍惚,后来她也学着村里的其他老人,养了一条狗。

有了宠物狗之后,平时没事

做的她可算是忙活了起来,在照顾宠物狗的过程中,与宠物也产生了感情,有时照顾宠物比照顾自己还要细心。宠物狗生病了,刘奶奶抱着它去宠物医院,所有照顾亲力亲为;天冷了,担心宠物狗冷,把家里的毯子拿出来给它裹上,还用旧衣服给狗改了衣服;买猪肉剁碎,文火慢炖,为其煮食;带着外出放风,看着它钻进果园里嬉戏,成了她最大的乐趣。

家住青阳的郭建国(化名)叔叔对宠物有着同样深厚的感情。4年前,老伴去世后,刚退休不久的他成了独居老人,因孤独、焦虑,人生一直处于低谷。后来,一只猫咪的到来,成功治愈了他。“看着心爱的猫咪一天天长大,给我带来无尽的欢乐。”郭叔叔说,

猫咪对于他来说,已经不只是一只宠物,而是一位非常重要的家人。比如猫咪生病,他会非常慌张,不敢想象以后没有猫咪的生活。“只要它在,我心里就踏实。今年清明节和孩子们回南平老家探亲,去了3天实在是太想它了,我提前坐动车回来了。”郭叔叔说。

“就像养了一个孩子,有喜有忧。”郭叔叔把宠物当儿子养,是因为觉得自己需要精神寄托,需要有能倾诉、能说话的对象,但儿女们有了自己的家庭后,对自己的关注就少了,有了宠物陪伴后就不一样了。“你看,不管是小狗还是小猫,都特别萌,看起来很讨喜。听说养宠物还有预防老年痴呆等好处。”郭叔叔笑着说。

过度依赖小心“副作用”

对刘奶奶和郭叔叔等老友来说,宠物是治愈情绪的“良药”,不过,长期过度“服用”,也有副作用。记者在采访中了解到,不少老人越来越将宠物拟人化,在宠物的身上给予了许多的情感。有的老人爱之深,宁可自己省吃俭用,也要让猫狗吃上高级口粮;有些老人很享受与猫狗形影不离的日子,不仅让它们上饭桌、上沙发,甚至还经常与其同床共枕,十分亲昵;有的老人和同龄人无话可谈,也不喜欢与邻居交流,可一提起宠物则滔滔不绝……

咱厝华泰社区的严英花(化名)阿姨养了一只小狗叫“乐乐”,“乐乐”在别人眼中,是一只胖、脾气又不好的狗,但在严阿姨的眼里却是“可爱、哪哪都好”。平日里,严阿姨对“乐乐”的饮食起居照顾得无微不至。没想到,有一天,一直很健康的“乐乐”突然抽搐,虽经过治疗仍很快离世。“乐乐”的死对严阿姨的打击很大,她常常在家发呆、抹眼泪,有时还莫名发脾气,也不给老伴做饭,收拾家务了。儿子好言劝慰,不仅没起作用,反而挨母亲数落,“你懂什么?乐乐就是我的命根子,比你都听话”。儿子很不理解,觉得母亲因为一条狗情绪变得很不稳定,为此,他咨询了心理专家才得知,母亲可能患上了“宠物依赖症”。

“其实,这样的事件屡见不鲜。”在青阳某宠物诊所工作的李先生说,在诊所里,宠物主人因为找不到宠物或是因为宠物生病、老死,而伤心、生病,当场号啕大哭的场景时有发生。资料显示,宠物依赖症指因为失去宠物,而出现抑郁、哭闹甚至绝食等现象,属于一种心理疾病,严重时会导致各种精神障碍,降低人际沟通等能力。

虽然养宠物的好处有很多,比如延缓大脑衰老、增加生活乐趣、减轻孤独感、缓解焦虑情绪等,但是如果过度依赖宠物陪伴,也不一定是好事,老友们除了养宠,也要记得多走出家门,积极参加各种老年人活动中心、老年大学等组织的活动,或到公园练太极拳、舞剑、下棋,主动与同龄人交流。

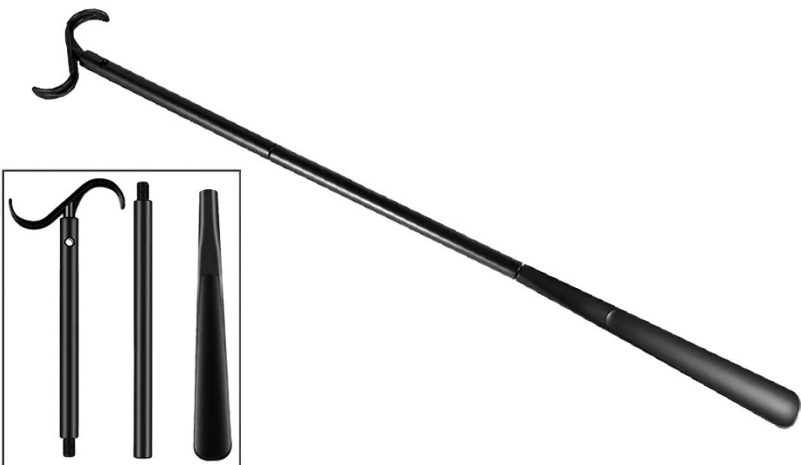
晚晴生活百科

近年来,随着人口老龄化趋势的加剧,养老产业迎来了蓬勃的发展。如今老年人对于生活品质的要求越来越高,适老化产品和设计也成为市场的热点,养老产业正朝着人性化、智能化和舒适化的方向不断演进。随着老年消费者对适老产品的需求越来越高,近些年,市场上的适老产品种类越来越多、越来越智能,为老年人提供了更多便捷和舒适的生活体验。《晚晴》周刊开设“晚晴生活百科”栏目,介绍相关信息,为咱厝老友们的品质生活助力。

小物件帮大忙 这些辅助用具真不错

仰视洗头盆

洗头是件小事,但对于颈椎、腰椎有病变的老人来说,低头弯腰容易引发意外,也让洗头这件小事变得不再简单。仰视洗头盆就很好解决了这个问题。这种洗头盆使用时围在脖颈处,坐着也能洗头;整个盆重仅半斤左右,使用时排水口处插上水管连接地漏,池内无积水,不会给肩颈带来负担;脖子处采用的都是TPE软胶,佩戴起来也很舒适;使用时还可以根据使用者脖子的粗细程度,自由调节松紧度,防止渗水。因为这几个优点,这款洗头盆不只是中老年人适用,孕妇、孩子也很适用。



穿衣辅助杆

年纪大了,因为关节退化及一些疾病的原因,很多老人的动作受限,就连简单的穿衣都变得费劲;有时候动作急躁,用力过头,甚至还可能发生骨折等意外。这种时候,如果有一个多功能辅助穿衣杆,穿衣脱鞋就会轻松很多。

这种辅助杆由衣钩和鞋拔子组成,内管采用铝合金材质,结实耐用。两端设计,一端凹凸扁,方便穿脱鞋袜;一端带有钩子,辅助穿脱衣裤,也可帮助取高处衣橱里的衣物;这一个辅助穿衣杆,兼具穿衣、脱鞋、脱袜、取物的功能,不仅能帮助老年人,对有关节炎、腰腿伤病、行动不便的人群来说,也是一个好帮手。

