

七旬伯伯无儿无女,身体不便

# 侄媳妇洗衣做饭细心伺候

在台儿庄区泥沟镇南黄庄村,75岁的周付生是不幸的,他常年在外流浪靠捡拾垃圾为生,一生没有成家,无儿无女无积蓄;然而他又是幸运的,年近多病的他回家后,侄媳妇刘敏视他为父无微不至的照顾他,让他安享晚年。

“要不是侄媳妇照顾俺,俺早就不在人世了,她照顾俺可好了……”8月26日,在泥沟镇南黄庄村刘敏家的大门前,记者见到了坐在板凳上的周付生,头发已全白,耳朵已聋,但穿着整洁,说起侄媳妇刘敏照顾他的事老人直说好。

生于1976年5月的刘敏于2003年嫁到了泥沟镇南黄庄村,丈夫周中山在家排行老大,勤劳善良,常年在外打工维持生计。结婚后,刘敏有了一双儿女,70多岁的公公单独居住在自家后面,一家人过得其乐融融。

周付生自年轻时就离家在

外闯荡,一辈子也没有找老伴,一个人在外饥一顿饱一顿,回家的次数屈指可数。

“我结婚第二年,儿子刚出生,家里突然来了个老年人,说是我伯伯……”刘敏回忆起第一次见到伯伯的场景,“没过几天,伯伯就走了,我们留他不让走,可他一心坚持走,谁也没留住……”周付生这一走,直到2010年才回家。

回到家的周付生,大胯、膝盖疼得不能走路,和刘敏的公公周存生住在一起,可是老哥俩两天一小吵,三天一大吵,纷争不断。

刘敏看在眼里,急在心里。他通过电话和远在洛阳打工的丈夫商议对策,最后夫妻俩决定紧挨着公公住房的东侧给伯伯盖个新房,让他们单独生活,以防再争吵。刘敏拿出自己辛辛苦苦积攒的1.6万元积蓄,为伯伯建起了两间大瓦房和院落,让伯伯搬进了新居,

老哥俩的矛盾迎刃而解。

周付生回到家后,由于腿和膝盖疼痛,只能一手拄着拐棍,另一手扶着板凳走路。从他的家到刘敏的家有100多米,他走到刘敏的家都得一个多小时。为了治疗伯伯的病,刘敏每周都要到附近的药店给他买一次药。

一天早上,刘敏和往常一样来到伯伯家,看到伯伯由于闹肚子衣服上都是便水。刘敏急忙跑到卫生间给老人拿来药,喂老人吃下后,把老人的衣服给换下来,不嫌脏臭给他清洗干净。

周付生行动不便,刘敏每天总是把做好的饭菜送到伯伯面前。每次逢集,刘敏都买来鸡肉、水饺……给伯伯改善生活。丈夫常年在外打工,家里还有上百亩耕地,再加上伯伯、公公两位老人和自己的一双儿女,刘敏的压力很大。无论农活多忙,刘敏给伯伯做饭、送饭

一点都不耽误。

公公周存生今年73岁了,自年轻时起就患有哮喘病,常年仅打针吃药就得花费3000多元。公公因为哮喘时常打吊瓶,最多都得十多天,刘敏总是带着公公去卫生室,陪着打完。刘敏的公公现在身体还可以,都是自己做饭吃,刘敏给他送饭,他不让,他说让刘敏把精力和心思多放在她伯伯身上。

“当儿媳妇的也不一定孝顺老人,何况侄媳妇孝顺伯伯了,况且她家里老的老,小的小,都指望她一个人,她给村民树了好榜样,为我村深入开展四德工程建设做出了真真正实的好典型。”南黄庄村村支部书记孙守国如是说。

(记者 岳娜 通讯员 刘凤琦)



## 我市“出征”省第23届运动会

晚报讯(特约记者 赵怀朴)山东省第23届运动会将于9月16日在济宁市开幕,7月12日先期比赛项目已陆续展开。

据了解,我市参加该运动会的比赛项目为18项,滕州市比赛项目为14项。此外,滕州市目前共有1个团体项目、13个人项目共计85人进入决赛项目,人数、金牌、运动员等指标创历史新高,是历年来参加省运动会取得的最好成绩,特别是北辛中学女子足球队成功晋级决赛(预计第9名),实现了我市代表队参加全省运动会“三大球”进入决赛零的突破。

## 路口没有信号灯 电动汽车撞轿车

晚报讯(记者 姚付林)日前,滕州市塔寺路与滕平路交叉口因没有信号灯,一辆自东向西行驶的电动汽车顶上了一辆自北向南行驶的黑色轿车的“腰部”,黑色轿车司机无法打开车门,无奈之下爬到副驾驶座上从另一侧打开车门下车,电动汽车车头的零件也已经散了架。

当时正值下班高峰期,滕州塔寺路与滕平路交会处车水马龙,一辆从滕平路驶来的电动汽车撞到了一辆在塔寺路上北行的黑色轿车上。由于撞击的位置位于黑色轿车车身中部,车上一道道白色的划痕很是明显,前车门已经凹陷。电动汽车车头破损也不小,车头的碎片散落了一地。据目击者介绍,由于没有信号灯,再加上滕平路两侧商铺较多,路边经常停放着很多电动自行车和三轮车,路口处特别混乱。“这路口没出现过大的交通事故,但经常有车辆剐蹭,因为道路两旁商户多,路边停放的车辆多,所以一般经过的车辆速度都不快,加之路口没有指示灯,市民让行的观念比较弱,这辆电动汽车和黑色轿车相撞明显就是互不相让造成的。”目击市民说。

## 八旬老鳖

8月27日,渔民梁军在展示一只年龄近百岁的老鳖。连日来,京杭大运河台儿庄段水位下降明显,台儿庄区渔民郁仁启和梁军在台儿庄运河节制闸附近捕得老鳖一只。该老鳖净重9.32公斤,伸出头来的身长近60厘米,身宽30厘米。经畜牧水产局的专家鉴定,此为中华鳖,雄性,年龄大概80岁左右。(特约记者 张严新 摄)



## 资助学生472名,发放善款124.4万元 慈善助学让寒门学子圆梦

晚报讯(特约记者 侯志龙 郭潇繁)“当手里拿着2000元捐助款时,我真的很感动。感谢那么多好心人能够帮助我,给我上大学的机会。我要把钱用在学习上,不辜负社会各界对我的期望。”8月26日,在2014年救助特困大学生暨“慈善助学圆梦行动”大会上,以647分优异成绩考入中国海洋大学的困难家庭大学新生刘昆激动地对记者说。

刘昆家住滕州市羊庄镇,全家唯一的经济来源就

是靠父亲在家种地来支撑,由于母亲常年有病,加重了家庭的负担。“此次救助,对于像我们这样的贫困家庭来说,真是雪中送炭,小昆可以顺利上大学了,很感谢政府,感谢社会各界人士对我们的救助。”刘昆的父亲刘春峰流着泪说。

“本次助学活动,现场资助特困大学生472名,发放善款124.4万元,其中,特困家庭学生322人,每人救助2000元,发放善款64.4万元;孤儿和低保家庭学生150人,

每人救助4000元,发放善款60万元,并对其中9名孤儿实行跟踪救助,大学期间由滕州市民政局每月发放760元生活补助。”滕州市慈善总会救助部部长时军海说。

“感谢政府,感谢滕州慈善总会,感谢好心人士对我们家庭的照顾。”接受捐助的一位学生母亲说道,“我孩子今年以609分的成绩考入山东财经大学,由于学费问题,家里一直犯难,这次社会救助,帮助我们家解决了实实在在的困难。”

扶危济困不仅是政府的职责,也牵动着社会各界的心。滕州农商银行今年又捐款10万元;滕州住建系统的10家房地产企业共捐款100万元,资助1月份开展的“温暖万家”救助活动;张汪镇大宗航峰公司在经济效益下滑的情况下,今年仍捐款3万元;滕国律师事务所律师吕高斌连续6年每年捐款2000元;滨湖镇后纸村抗美援朝72岁的老战士刘心伦,家境并不富裕,却年年捐款200元……

## 床靠墙放容易睡出关节炎

卧室里床具挨着墙摆放是大家司空见惯的事情,但是,床具长期靠墙放会睡出关节炎,这可能是你没想到的吧。

夏季,当人挨着墙睡觉时,会感觉凉凉的很舒服,孰不知,这种凉爽真得会凉到骨子里。据资料显示,墙壁的温度和室温可以相差3—8℃,如果中间没有20厘米以上的距离,或者没有木质材料等的阻隔,墙壁的寒气就会对人体造成伤害。人体如果长期受风、寒、潮影响的话,极可能诱发一些寒症如关节炎、风湿、类风湿等,女性还可能导致痛经,严重的甚至可能导致心脑血管、消化道疾病的发作。尤其是夏季,人的汗毛孔都是张开的,长时间挨着墙睡,受风寒的可能性更大。

此外,床具靠墙放还有另外的隐患,如果墙壁另一边是邻居家,他们又在墙壁背后放置了电视或者电脑,就要遭受辐射的风险了。因为,电视机或电脑以背后的辐射最强。据有关研究人员测试,显像管电视后面的辐射非常强,隔着10厘米厚的墙壁还有0.9uT,大大超过安全范围。是不是墙厚点儿就

没事了呢?为此,研究人员又找了个40厘米厚的水泥承重墙,结果辐射还是0.9uT,看来墙壁的厚薄对辐射大小没有什么影响。那怎么办呢?经过测试发现,距离的改变可以有效降低辐射的危害。显像管电视后面一米之外,辐射就衰减到了0.14uT,达到了安全值。

## 晨跑前最好吃根香蕉

对于一个喜欢早上锻炼的人,一定要吃上一点容易消化的东西,比如香蕉、葡萄干、含高碳水化合物化合物的运动饮料等。而且要在30分钟之后再运动。不要吃脂肪和蛋白质类食物,因为这些食物不易消化。

单糖类食物比如糖浆、橘子汁很容易消化,但是会造成体内血糖突升突降,进而使你感到疲劳。所以也不要喝糖水、蜂蜜等。

空腹锻炼会导致头晕眼花,甚至呕吐,出现“运动性降低血糖”,甚至出现晕厥;而吃完饭后马上锻炼会导致胃疼,甚至呕吐。如果你在醒来一个小时之内锻炼,你一定要吃含有

200—300千卡能量的食物。

对于想减肥的朋友来说,可能认为早晨起床后空腹跑步,经过了一夜的消化与吸收后,血液中血糖低,这样运动起来身体可以直接调用脂肪。这个说法是错误的,身体永远要先调用糖类进行分解供能,首当其冲的是血糖,如果血液中血糖过低,身体不能得到及时的供能,就会产生晕厥,大大降低运动的强度,达不到锻炼的目的。相反,锻炼前适当吃一点香蕉、碳水化合物,一方面,保证了血糖的充分供给,另一方面,糖的分解能够促进脂肪的燃烧。也就是说,这是一种高效的锻炼方式,看上去吃了东西,但这点“油”,能调动起你身体这部机器里沉睡的脂肪,令它们高效燃烧,如此才能达到减肥的目的。

(本栏目由市科协、市全民科学素质工作领导小组办公室主办)

