



为弘扬家庭美德,传递正能量,本报联合市文明办、市妇联寻找全市“最美家庭”,并从中选取了大批夫妻和睦、尊老爱幼、邻里互助的家庭道德规范典型家庭的故事与您分享。

无微不至照顾92岁公公 公认好儿媳 邻里齐夸赞

在市中区桃源小区邮电局宿舍,吴贞凤是大家公认的好儿媳,她尽心尽力地照顾常年卧病在床的婆婆、小脑萎缩的公公。说起她,社区居民都会打心底里佩服。

老人能活一天 生活质量就不能降低

尽管吴贞凤的住所属于老旧小区,二十多年房龄的房子显得“苍老”了一些,但吴贞凤家里一切收拾得井井有条,沙发上放着两床被褥,见记者进来,吴贞凤一边招呼记者坐下,一边不紧不忙地伺候公公吃药,端水、拿药都是非常的娴熟。“早就习惯了,多少年了都这样,不能着急忙慌的,一急准呛着。”说话间老人的药已经下了肚,“现在的日子好过些了,随着年龄增长,老爷子虽然出现了小脑萎缩的状况,但还能自己吃饭,走动,不像以前婆婆在世的时候整个的瘫痪在床,吃饭靠人喂,大小便失禁,都是我寸步不离地守着,喂饭、翻身、擦洗、按摩、更换衣服被单、换尿布,一宿折腾下来,基本睡不了多长时间……”

“如今,老爷子也已经92岁了,就是这小脑萎缩的病也有近十年了,这街坊邻居见了,都夸老爷子的精神好,我心里也美滋滋的,说句实在话,这个年龄了,还有多少活头,可老人能活一天,咱就不能让他的生活质量降低,他活着一天这生活质量就得提高一天。”在吴贞凤的照顾下,老人穿得非常整洁,没有一丝邋遢的痕迹,包括他使用的被褥、床单等,都干干净净的,根本不像一位患有小脑萎缩的老人。“为了避免老爷子身上有异味,无论是白天还是晚上,换下的床单、尿垫、脏衣服,都得及时洗出来,不仅如此,每天晚上还得帮老爷子翻身、大小便,在咱看来擦屎洗澡是做子女的该做的,但第一次帮老爷子抠大便,老爷子觉得不好意思,我就告诉他把我当女儿就好。”

为照顾公婆提前退休 生活拮据她无怨无悔

“我们夫妻俩都是普通工人,靠着微薄的工资生活,婆婆瘫痪那会,为了照顾好婆婆,我提出了提前退休,家里的生活只能靠丈夫一人的工资维持,一度变得有些拮据。曾经也有朋友劝我把老人送到养老院只不过是多付些钱,自己回单位上班,省心、省事,还可以减轻很多负担,但我总觉得老人在养老院会吃亏,得不到家人的照顾,咱不放心,也不忍心,就这样,婆婆在床上躺了三年,我尽心尽力地伺候了三年,她走了,咱没让她受委屈就问心无愧。”提起因照顾公婆,自己提前退休后悔不。吴贞凤说,“没什么

可后悔的,都是咱做儿女的该做的,如果当初不选择提前退休,恐怕现在自己会后悔的。”

吴贞凤无怨无悔地照顾了婆婆3年,如今她又将公公揽在身边照顾,她没让公婆穿过一件脏衣服,吃过一次冷饭,而她自己却没睡过一个好觉。照料公婆之余,她还把家里家外打理得井井有条,从没听她说过一次抱怨的话。不论再忙再累,她每顿饭第一碗总是盛给婆婆;做饭总是依着老人的口味,烧得软烂可口。夏天,她坚持每天给老人擦身、洗澡;冬天,怕老人冻着,她给老人买来电热毯,套上厚厚的棉被。她经常问公婆想吃点什么,只要公婆开口的,下顿餐桌上准少不了。每当别人称赞她时,吴贞凤总是淡淡地说,自己只是做了一个儿媳分内的事。而每每街坊邻居问她:“你成天忙里忙外的累不累啊?”吴贞凤总是把最灿烂的笑容挂在脸上说:“不累”。

为方便照顾老人 睡了五六年沙发

“别看老爷子这一会儿挺清醒,但下一会可能就云里雾里地糊涂起来,因为公公现在小脑萎缩,大小便有点失禁,尤其是到了晚上就要格外注意,稍不留神就会弄一床,尽管有尿不湿做防护,但老人一晚上三四次小便还是让我不放心。”吴贞凤说,她感觉自己现在是有点神经性的,晚上不敢睡沉了,总感觉老爷子屋里有声音,“这不,我们夫妻俩都睡在沙发上,只要模模糊糊地听到点动静就赶快起来。”吴贞凤笑着说,五六年了,也习惯了,他们夫妻俩几乎都睡在沙发上,从不敢在床上睡觉,怕睡过了。“苦也好,累也罢,只要老爷子开开心心就是对咱最好的鼓励。”

在吴贞凤家,沙发可是当床来用的,起初刚一睡沙发那会,因为沙发空间狭小,就只能侧着身子,吴贞凤不得不蜷成一团,这一宿睡下来,全身都不舒服,不过现在对于吴贞凤来说已经习惯了睡在沙发上了。记者注意到,夫妻俩用来睡觉的沙发与老爷子的卧室相隔不到三米,几乎每天夜里,吴贞凤都要走进老爷子的卧室,或倒水,或询问他是否需要上厕所。上午10时,阳光洒在安坐在沙发上的老爷子的身上,吴贞凤脸上露出一丝安详惬意的笑意,这样的时光恰到好处。

有人问,“你婆婆不是有好几个子女吗,干嘛不让他们轮流照顾老人,你一个人多辛苦。”吴贞凤总是告诉人家,“没有孝心,家里就和睦不了。我伺候老人,只是做了天下儿女最应该做的事情。” (记者 张莉萍 文/图)

家庭和睦无后顾之忧

蔡仙蕙乐做健康“传递”者



大家对80多岁的老人都有什么样的印象?行动不便?口齿不清?眼花耳聋?思维混乱?然而,今天我们将走近83岁的蔡仙蕙老人,她步履轻健,声如洪雷,对过去的事记忆犹新,她让我们一改对老年人的印象。她对入选全市最美家庭的事情,更是信心百倍,她说,“我非常幸福!”

过去是个“药罐子”现在成了热心人

蔡仙蕙出生于1933年,今年已经83岁,在她十多岁的时候,接触到了文工团,从此对文艺及体育工作产生了浓厚的兴趣。在离休之前她一直做共青团工作,工作非常繁忙,经常需要带领年轻人参加各种活动和劳动。

离休后的蔡仙蕙经历了一段低谷期,“由于工作原因加上营养不良,我关节肿得厉害,导致行动不便,长时间坐卧,让我的体力也大幅下降,最终导致免疫力低下,经常生病,必须拄拐行动。记得那几年,我几乎把医院当成了家,一年中有半年多的时间,都是住在医院里的。后来,一个偶然的机会,我接触到了老年体协组织的一些活动,比如健身气功、太极拳等等,我就跟着别人练习。慢慢的我从一个体弱多病的老人,变成了一个健康人。”说到这里,蔡仙蕙抑制不住心中的兴奋,她说,“这绝对是我人生的转折点,在学习这些体育项目时,教练发现我虽然学的晚,但是动作却是最标准的,学的也是最快的,逐渐我在队伍里脱颖而出,教练让我当助理,学会了以后再教给其他学员。由于之前的工作原因,我的组织能力和表达能力也相对较强,很快得到了学员们的认可。不到两年的时间,我就扔掉了拐棍,现在不说健步如飞也差不多了。”

在之后的几十年里,蔡仙蕙一直致力于枣庄的体育事业,东

到东郊小区,西到工商局,南到肉联厂,北到农机宿舍,只要有健身队伍的存在,就经常能看到蔡仙蕙的身影。“由于接受能力较强,我经常被派到其他地方去学习,学习的健身种类也比较多,所以,大家都要求我去帮助他们建立健身站点,我每到一个地方,就会帮他们找场地,扯电线,教他们各种健身运动,等到他们都学会了以后,我再离开,去下一个站点重复这些工作。我今天的美好生活都是党和国家给予的,我必须为人民服务到底。”据了解,蔡仙蕙经常自费为大家购买健身道具和表演服装,她说,“每个健身队伍人员流动性较大,有些买了健身服的队员,不想练习下一个项目了,或者去别的健身队了,就把服装带走了,下一个参加健身表演的人还需要再购买服装,这就造成了资源的浪费。我想了想,决定自掏腰包购置演出服,表演完以后,再把演出服回收,用于下次表演。”记者了解到,一般的演出服都要接近200元一套,目前,仅演出服,蔡仙蕙就有一百多套。

家庭和睦是她前进的动力

说起最美家庭,蔡仙蕙不停的说,“我非常幸福!”

蔡仙蕙说:“我们家22口人,个个都非常孝顺懂事。在各自的岗位上也都做得很优秀。现在,我跟大儿子一家住的比较近,所以接触更多一些。都说远香,近的臭,在我们家,一点这种表现都没有。每天中午,我忙着画画或者做其他我喜欢的事情,儿子和儿媳做饭,孙子回到家以后,就来喊我去吃饭,什么好吃的都往我碗里夹。到了下午,我想看电视,不去餐桌吃饭了,儿媳就给我端来汤,给我卷好菜,递到我的手上,让我一边看电视一边吃。吃完了还

不让我收拾。现在,大儿媳也是体育健将,每天都在健身站点,教老年人健身。二儿媳虽然住的远一点,但也是隔几天就回来看我,她俩俩坐在一起,拿小锤敲核桃,敲好了就给我送过来让我吃。每次看到这样的情景,我就觉得我太幸福了。以前老头还在的时候,老头的脾气比较大,经常批评人,每到这时候,儿媳们都躲到我身边,说妈妈是最伟大的,都跟小孩一样,真是都把我当成了她们的亲妈妈。这俩儿媳和我的四个女儿相处的才好呢,可以说一点隔阂都没有,不仅生活上,在工作上也经常相互帮忙。有时候女儿在健身站点帮别的老年人往U盘存歌曲,忙到很晚,我怕她累,我都会说‘你不累么’,女儿总是回答‘我这不是向你学习么’。我想,在这个家庭里,大家都有这么一种奉献精神,不用任何人来评价,我们就是最美家庭。”

记者了解到,蔡仙蕙曾多次获得老年体育先进工作者称号,还曾荣获全国先进工作者、国家级社会指导员、全国优秀离休干部等称号,2014年,还获得了体坛风云人物提名奖。

“2015年2月1日,我去中央电视台,参加体坛风云人物颁奖典礼,朗平就坐在我的后面,姚明也坐在附近,我一直是非常喜欢朗平的,当时一心想和她合影,最后还是没意思开口,就错过了这么一次机会。”蔡仙蕙笑着回忆道。

就是这么一位对待体育事业如命中使命,时而严肃认真又时而顽皮的老人,30多年如一日的坚持与奉献,让我们这座城市变得活力四射,更加美好。

(记者 李俊 文/图)

