

茂名石化公司关工委举办系列活动 引导青少年健康成长

10月27日,茂名石化公司关工委召开学习宣传贯彻党的二十大精神座谈会,会上“五老”们表示要认真学习好、宣传好、贯彻好党的二十大精神,用心用力把关心下一代工作做得更好,为推动新时代关工委工作高质量发展贡献余热。

10月29日,关工委老同志协助茂名石化老年书法协会举办书法展,歌颂党的丰功伟绩。展出各种风格的书法作品瑰丽多姿,彰显了中华书法国粹的历史底蕴和传统文化魅力,并联合学校组织学生去观看书法展,引导青少年增强民族文化自信,从小树立青少年正确的世界观、价值观、人生观,将传统文化的精髓与浓厚的家国情怀以及社会主义核心价值观深植于心。

另外,茂名石化公司关工委河东分会联合河东街道关工委、河东幼儿园、双山幼儿园举办关爱未成年人文艺演出,大手拉小手同台表演,老少乐融融。(茂名日报社全媒体记者陈莉 通讯员覃瑶珊)



学生们观看书法展。覃瑶珊 摄

社区新闻

敬老爱老漫谈

■ 陈冲

近日和友人聊天,获知这么一则消息:友人邻居是母女俩,单亲家庭,母亲含辛茹苦把女儿拉扯大,现在女儿大学毕业参加工作了。作为女儿应该好好报答母亲的养育之恩,让母亲安享晚年。然而,这个女儿却不是这样,而是看不惯母亲的“老”,甚至要母亲搬出去。母亲明明是“房屋所有权人”,作为女儿有什么资格要母亲搬出去?可悲的是,母亲竟让步照做了。还不止于此,女儿还要求母亲每周回家一次帮她搞卫生,要求母亲按月交水电费。女儿不是没有收入,而是工资比退休的母亲还高。让人匪夷所思的是,母亲还是忍气吞声照做了,还自我安慰地说:“骨肉之情难割,母女之爱难舍。”这难道不可悲吗?

这个女孩现在已经35岁了,为发泄自己的烦恼和苦痛,她把家里的电视砸了,把母亲漂亮的衣服剪了,还狠狠地抛出窗外,实在难以理喻!我看,这是母亲对孩子长期的溺爱,无原则的迁就纵容,凡事百依百顺结出的恶果!

父母爱孩子没有错,但无原则、无节制的爱,是溺爱也是祸害。在这个女儿的眼里,“百善孝为先”压根儿就不存在,压根儿没想过。

我想,“孝老敬老”的教育,得从娃娃抓起。一个人连自己的父母都不爱,连自己的亲人都爱,还指望他爱人民、爱祖国吗?敬老爱老的传统美德不能丢,“百善孝为先”的传统文化不能丢,而且要发扬光大,大力传承孝道文化!

永远的财富

■ 明伟方

我降生时,母亲39岁。父亲是个老实巴交的农民,田里的活儿他不辞劳苦地承受着,家庭生活的琐事便全部落在母亲瘦削的肩膀上。

母亲最疼我这个“么儿”,在母亲温暖的怀抱里,我一直吃奶到七岁。在农村,据说吃奶年数越长,人就会变得越笨,于是村里的婆婆们就断言我将来不会有啥出息。母亲总是拍着我的小脑袋,笑着说:“我的么儿一定会有出息的,我将来还要享我么儿的福哩!”

那年秋天,小小的山村沸腾了。我被省城的一所重点大学录取。淳朴的村民都来向母亲道喜。母亲更是喜不自禁:“我早就说过要享我么儿的福!”当时,母亲已是快六十岁的人了,岁月的风霜已使她满头银发,唯有嘴角间总是挂着骄傲的微笑。我知道,母亲对我寄予了极大的希望。

为了供我上大学,年迈的母亲每天起早贪黑,种瓜种菜。每次接到母亲血汗换来的汇款单,我都暗下决心:好好报答母亲,让她老人家在有生之年好好享福。

终于,我踏上了工作岗位。第一次领到工资,我就兴冲冲地跑到邮局。在汇款单上,我深情地写道:妈妈,么儿已经长大,愿劳苦一生的您晚年幸福。我知道,深厚的母爱是远远不能用每月寄去的30元人民币报答的,但于我心灵深处,仍然得到的是一丝丝轻松和解脱,毕竟母亲不再为我操劳了。

结婚前夕,我携未婚妻回乡下探望母亲,母亲乐得合不拢嘴。临别,母亲拿出1000元钱,执意要给我结婚用。接过母亲的钱,泪水一下子冲出我的眼眶:我每月寄给母亲的30元钱,母亲分文都舍不得用,而是悄悄地为我积攒着。我深深地感激母亲,她心中只有子女唯独没有自己,这情怀是我永远的精神财富。

如今,母亲已93岁高龄。我们都十分珍惜与母亲相处的每时每刻,惟愿母亲“陪”我们的时间长些、再长些……



扫码关注
快捷投稿

频繁头晕警惕发生脑中风

发生脑中风前是有“小提示”的,譬如频繁发生的头晕,反复发作的肢体麻木、无力等,甚至还有一些“小提示”是发生在睡眠之中。其实,无论有无“小提示”,其根本源头不外乎这几种:高血压、糖尿病、高脂血症、大量吸烟喝酒等。

对于中老年人而言,要多喝水,降低血液黏稠度,预防血管堵塞。老年人应做到不渴时也常喝水,每天需饮水2500毫升左右,可饮白开水或淡茶水,还可吃一些蔬菜水果。此外,睡觉体

位改变时,特别是夜里起床时,动作一定要和缓。可以选择躺在床上用手掌擦脸按摩30下左右,接着用空心掌轻力拍打额头、头顶和太阳穴部位30下左右,再下床。

糖尿病肥胖病人要重点控制血糖、血脂等。若经专科医生判断为心脑血管疾病的高危患者或有既往缺血性脑卒中病史的患者,在排除禁忌证后,需长期口服抗栓药物以预防中风发生和复发。原则上,得过脑卒中的病人要终生服药。(来源:健康报)

保健养生

我的投稿生涯

■ 崔鹤同

掐指算来,我投稿已经有60多年的历史了。

记得1957年,我刚读小学6年级,捡到了叔叔读过的《封神榜》。那本书已经没有封面,纸质发黄变脆,里面有好多字我不认识,但还是津津有味地“顺”着读完了。就是那天天马行空、争奇斗怪的书,打开了我的阅读世界,从那时,我就对写书的人充满了崇敬,心想要是我也能写书该多好。

后来,我上初中了。课余,我就借学校图书馆的书来读,读到好的诗,就用小本子抄下来。慢慢地心旌摇曳,手痒痒,就学着投稿。常常晚上把一首小诗偷偷地抄在稿纸上,第二天上学时,顺路投到邮局绿色的邮筒里。那时投稿不用贴邮票,只需在信封的左上角写上“稿件”两字,再剪去一小块右角即可。当然,那时自己还不懂如何写诗,投出去总是收到打印好的退稿信,上面无非是缺乏诗意,不拟采用云云。那时,我总要在中午放学时到传达室“瞄”一下,一有编辑部的来信,连忙拿来慌慌张张地塞到裤袋里,生怕被同学们看到。这

样,从初中到高中毕业,我一直写,一直投,但总是屡投屡退。然而我并不气馁,心想,总有开花结果、成功收获的那一天。

1964年我高中毕业。第二年,我在农二师勘测队搞测量、打水井干了14年,在荒无人烟的戈壁沙漠,风餐露宿,但我仍然没有忘记自己的文学梦。在工作之余,在帐篷里,在蚊帐里,我看字典,学毛选,读唐诗宋词,古文观止,给自己充电。1979年5月,我有幸调到了地方中学当了一名老师,读书写作的时间和环境好多了。在我的不懈努力下,1982年3月,我的一首小诗发表了,我激动万分。从1958年10月我开始投稿算起,已过去了24年。这首小诗发表使我信心百倍,我更加努力了。在短短的两三年间,我的诗和散文在报刊上遍地开花。

1988年3月,我调回老家工作,写作热情依然高涨。那时,我写诗歌,散文,随感小品,也写新闻评论。我每月要写十几篇文章,见报率也不低,每年发表文章有百余篇,有时一天有好几篇文章同时见诸报端。



盛开的睡莲。徐永锐 摄