

## 本报两篇人物报道引爆网络 “爱干净的老人”缘何受追捧



邓清海

本报7月26日刊登的《93岁独居老人:老伴住进养老院之后》和8月9日刊登的《89岁杨芝美:独居不孤单 不给子女添麻烦》两篇报道,引爆短视频网络,播放量分别77万和120万。这两位高龄独居老人有一个共同特点:爱干净,喜欢打扫房间。

尤其引人注目的是,93岁邓清海的厨房,不论是灶台还是料理台,还是锅碗用具,还是抽油烟机,全都锃明瓦亮,连保洁人员都不禁感叹“这厨房就像没用过一样”。如此洁净的厨房对邓清海而言不过是“常态”,但在很多人看来,“男人老了,这么爱干净的很少”。89岁杨芝美更是直言“我没事就是打扫卫生”,更把自己的长寿归结为“爱打扫卫生”。这多多少少出乎很多人印象里的长寿秘诀。从海量的留言评论看得出,大家对高龄独居的老人,还能拥有如此整洁的家居环境表达了羡慕、赞赏和钦佩的态度!



杨芝美

### 1 “爱干净”是一个人“对内求索”

俗话说“一屋不扫,何以扫天下”。但现实中却是,有些中老年人的家居环境,或是物品太多,把家里堆得满满当当,杂乱无序;或是不善于规整清洁,不光是厨房卫生间藏污纳垢,客厅卧室同样积尘蒙垢,时间久了已是“久居鲍市不闻其臭”。

平日里,人与人之间大多是外在的交流互动,除非请朋友到家里来做客,家中真面目才有可能“被看见”。而本报的这两篇报道,恰是在老人家中的“现场发现”。

事实证明,干净整洁的家居环境引发了包括年轻人、老年人在内的数以百万计的网友的共鸣。网友“幽兰”说:干净是一个人最起码的素养,每个人都勤快一点,家干净、国干净、世界都干净。50岁的网友“优优”留言说:她从小就喜欢干净整洁,喜欢把自己的家每天

都打扫一次。工作后回到家时,门一打开,家就像盛装迎接她一样,很温馨很幸福。累是累点,但身心干净舒服。这是一种生活品位,一种素质一种修养。感谢自己的付出,让自己一直到老都有事做,有满满的幸福感。网友“温故知新”说:这才是真正意义上的长寿,自己活得有质量,也少给别人添麻烦!

“‘爱干净’不仅是对家居环境的要求,更是对内心灵魂的修炼。忙碌了一辈子,职场终究不属于自己,孩子也终将会远走高飞,唯有家属于自己。无论面积多大,每当把房间拾掇得洁净整齐,看着就舒心舒畅。”即将退休的孙女士告诉记者,退休后的她除了上老年大学,就是要把住了二十多年的房子重新装修,做好“断舍离”,“希望自己把家打理得像那位89岁的阿姨一样”。

### 2 “爱干净的老人”受年轻粉丝追捧

留言区除了众多老年网友对爱打扫卫生的两位老人表达肯定之外,许多年轻人更是在谈笑间把视频转发给自己的母亲或婆婆,既分享美好的人生启迪,也是给家人善意的提醒。

有网友留言:我们都要向这位阿姨学习,转给我妈看看,我妈最大的乐趣就是看电视,看手机,看书,就是不爱搞卫生。在邓清海老人那条视频下同样吸引了众多年轻人留言——“天啊!这老人太棒了,是‘卫生男人’的天花板啊!”“大爷,您招租客吗?想和您做舍友,我最喜欢干净的人

了。”“看看大学生的宿舍,都比不上大爷的厨房干净。爱干净与年纪大小无关,懒惰的人也与年纪大小无关,都是多年来养成的习惯。”“老人给所有爱生活的人做了最好的榜样。”“叔叔你可能是全中国厨房最干净整洁的男人。”“看了爷爷的厨房,我默默放下手机去打扫卫生了。”

还有70后80后的“中年宝妈”留言说:打扫卫生让人快乐,听着音乐做家务是我每天最快乐的时候;做家务,既锻炼了身体又收获了整洁的环境,还不用特意去减肥,既省了钱又有成就感。

### 3 “爱干净的老人”颠覆老年人“刻板印象”

在大多数人的印象里,人老了似乎总会与“邋遢”“脏乱”等负面形象联系起来。然而这两位老人的日常生活却大大颠覆了人们的认知。原来,人老了,只要保持健康,勤快,并拥有一颗爱干净的心,是完全能够远离“老人味”,以“体面整洁”的姿态享受晚年生活。这样的老年生活,不仅让老人自身过得舒服自在,更在无形中赢得了年轻一代的尊重。

心理学家的研究表明,干净整洁的家居环境对人的心情有着深远的影响。美国心理学家阿尔伯特·班杜拉曾指出,环境是个体行为的重要因素之一,一个井然有序、清洁卫生的居住环境能够显著提升居住者的心理健康水平。这样的环境能够减少杂乱无章带来的视觉压力,促进大脑释放内啡肽等“快乐激素”,从而帮助人们缓解焦虑、抑郁等负面情绪,提升整体的情绪状态。

对于老年人而言,这种正面影响尤为显著。爱干净的老人之所以广受追捧,不仅是因为他们展现了一种积极向上的生活态度,更是因为他们通过实际行动证明:干净整洁的家居环境对于提升个人心情、促进家庭和谐以及赢得社会尊重的重要作用。这种生活哲学值得我们每个人去学习和借鉴。

记者 王丽洁

## 菏泽百岁老人: 爱干净,爱写字



在菏泽市鄄城县张营街道张一村农家小院内,刘志广在儿女的陪伴下来到门口乘凉。雨后的乡村空气清新,凉风徐徐,刘志广心情很好,他伸出一个手指头说,“我今年101了!”去年刚过了百岁生日的他,笑呵呵地向大家介绍。

刘志广生于1924年。小时候,他走着去隔壁的二十里铺上学,一直上到六年级。在那个年代,能识字已经很厉害了。19岁以后,他担任了张营乡镇三个村的总会计。会计这个行当一直伴随着他大半生。如今家里还保留着他三十多年前的账本,时间和账目记得清清楚楚。三十多岁时,他还和妻子去了新疆哈密,在那里做了四五年会计。从新疆回来后,他继续为村里做会计的同时,还做起了孵化家禽的小生意。到了70多岁,干不动了,他又开始给村里写字。过年时,村里家家户户的春联都是他来写,村里谁家喜事,换庚帖写婚书,也全是他来忙活。

如今刘志广耳朵有点聋,但眼不花,几十年前的老账本他还能清晰地指读出来。提起毛笔,他还能挥毫泼墨,稳稳地写出几行大字,功力不减当年。儿子刘凤民说,老人现在虽然行动不太方便,但“独创”了一门坐着轮椅锻炼的方法:用双腿蹬地转动轮椅,天气好的时候,自己能在院子里转十几圈。平日里老人生活很有规律,晚上8点左右上床睡觉,一觉能睡到第二天7点,睡眠质量很好。一日三餐也很规律,饮食很清淡,不爱吃肉,偶尔吃点鱼,喜欢吃甜食。老人还很爱干净,衣物整洁,天天坚持刷牙。

关于长寿秘诀,刘凤民说,除了这些生活习惯,还有就是家族遗传。“我奶奶活到97岁,我父亲兄弟姐妹四个,如今身体都很好,四个老人平均年龄97岁。” 王媛

## 渤海银行青岛分行持续完善消费者权益保护工作

渤海银行青岛分行持续完善消费者权益保护工作模式,拓宽金融服务广度深度,努力满足广大客户多元金融需求。

金融消保在身边,保障权益防风险。渤海银行青岛分行坚守“金融为民”初心、“消保利民”理念,持续完善消费者权益保护工作模式,拓宽金融服务广度深度,努力满足广大客户多元金融需求,用行动践行使命担当,擦亮为民服务底色。

健全消保工作机制,持续提升服务效能。一直以来,该行一直高度重视消保工作,不断创新消保工作思路和举措,努力构建“全行管消保,全行为消保负责”格局。强化消保工作重视程度,建立各部门、各支行消保联系人制度,明确专职消保人员岗位职责,加强消保人员专业性、独立性建设。将消保工作与业务经营深度融合,先后建立消费者投诉处理、重大事件应急处置、消保

审查、事中管控、事后监督、沟通协调等多项消保机制,为提升消保工作处理质效奠定坚实基础。

积极履行社会责任,常态化开展金融宣教。金融知识普及是金融服务有效延展,为靶向精准地提升国民金融素养。渤海银行青岛分行聚焦“一老一少一新”等金融诈骗“易感”人群,通过线上线下不同渠道,有针对性地开展消保宣传教育工作;通过录制短视频、制作漫画

等方式,提升宣教效果。每年开展金融服务进校园、小小银行家等宣教活动,受到青岛市大中小学好评。

为延伸县域地区金融服务触角,增加对农村等重点区域金融教育辐射和覆盖,该行充分发挥物理网点渠道优势,该行持续开展“送金融服务下乡”活动,组织流动金融服务队,走村落、进社区,为客户提供更加便捷、优质的服务,打通金融服务“最后一公里”。

敬老爱老,金融服务有温度。为满足人民群众日益增长的养老金融需求,加快推进营业网点养老金融服务高质量发展,提高老年客户服务响应质效,该行针对老年客户陆续开展了系列适老化服务,持续优化网点软硬件设施,为老年或不识字客户提供无感金融服务。网点厅堂人员认真落实对老年客户的一分钟接待、老年客户业务的陪同服务、老年客户优先办理的绿色通道、厅堂暖心“七有”服务等要求,努力为他们提供有温度的暖心服务。