“82岁的我,想去城里当保姆”

前不久,一位82岁的青岛即墨老人打来热线电话,向记者表达了想在城里找份“保姆工作”的意愿。以下是她的讲述——

我是即墨农村的,今年82岁。说起来可能你不相信,我一点儿都没有“老的感觉”,还跟个小年轻似的,总想着能找个事儿做,不想就这么闲着。我就琢磨,能不能在青岛找个保姆的活儿。

我有两个闺女,都是好孩子,但我跟她们的关系,说不上有多亲,也就是平平淡淡吧。老伴走了很多年,刚开始我自己一个人生活,后来出外打过工。过了80岁,两个孩子担心我一个人在外面不安全,就让我轮流到她们家去住。这一住就是两年,可我心里总觉得空落落的。孩子们忙,回家就是玩手机,和她们说话也说不到一块儿去。她们声音一高,我这心里就不是滋味。我这个人脾气也倔,不想跟她们争执,就想着自己出来找点事儿做,一方面图个自在,另一方面和子女们拉开点距离,还能减少矛盾。这岂不是一举两得!

我的身体还算硬朗,没啥病。洗衣做饭,收拾屋子,这些活儿对我来说都不在话下。以前我还在青岛的饭店后厨刷过盘子,一干就是三年。那时候虽然累,但心里踏实,每天忙忙碌碌的,时间过得也快。现在闲下来了,反而不习惯了。

我就想,要是能找个当保姆的活儿,那该多好!一来,能挣点钱,不用伸手跟孩子们要;二来,也能和人搭个伴儿,说说话,解解闷。只要人家愿意用我,我就实心实意地给人家服务。咱农村人,别的不说,干活那是一把好手。

我要求不高,一个月能给个三千多块钱就行。我也没有退休金,平时就靠孩子们接济。可我心里总想着,自己能挣一分是一分,不想给她们添太多麻烦。再说了,我这个人闲不住,一闲下来就浑身不自在。

现在在家里,我主要就是养养鸡,挖挖野菜,日子倒也清闲。可我就是想出去看看外面的世界。我两个孩子,老二性格温柔,还能体谅我几分;老大呢,性子急,我跟她说话都得小心翼翼。但我心里明白,她们都是我的亲骨肉,生就的脾气长就的肉,具体没法说啊。我相信孩子们都是爱我的,只是想法不一样罢了。

我知道,我这么大年纪了,想找份工作也不容易,市场上哪有人敢用我这么大岁数的人呢?可我就是不服老,我家族里有长寿基因,我妈活到99岁。我这身子骨再干个几年也没问题。我就想,万一真有人需要保姆呢?说不定就看中了我这股子勤快劲儿!

我就想着通过你们报纸,看看能不能帮我找找看。如果有哪位老人或家庭需要保姆,觉得我还行,那就请联系我吧。我愿意去试试,哪怕先干个把月看看。人家要是觉得我好,我就留下;要是觉得不合适,我再找下一家。咱农村人,别的不怕,就怕闲着没事干。记者 **王丽洁**

代际之间的我们

人被时代裹挟着,代际之间的经历各不相同,每代人的经历都留有所处时代的烙印。

今年孙子考取了大学,看着他意气风发的样子,他爸爸当年考取大学的模样和孙子现在的样子在我脑海中来回交替轮换,时光如梭啊!

孙子十二年的寒窗苦读终于迎来了金榜题名,回想起去年他在我家做作业的一件事我就忍俊不禁。

当时孙子在另一间屋子里写作业,我送了一碟点心进去,他抬起头来说了一句:“谢谢奶奶。”我担心他吃了点心口渴,又送了一杯水。他又说:“谢谢奶奶。”过了不多会儿,我又把削好的苹果送进去,这时他抬起头来对我说:“奶奶,请您看看种树郭橐驼传。”“什么种树郭橐驼转?”我小声嘟囔着,怕影响他学习,赶快带上门退出来。

我初中文化怎能知道什么郭橐驼?打开手机百度,原来这是柳宗元的散文,意思是一位名叫郭橐驼的花匠,花栽得好,树也种得好,有人去请教其秘诀,他说:我只不过是根据树的生长原理栽培它们,先把根舒展地铺好,最好带点原来的土,种好后让其自然生长,不打扰它,给它生息的空间,这样才有利于它的生长。而有的人种树后,今天摇摇它看看种得结实否?明天啃啃皮看它还活否?不断地骚扰它,影响了它的成长。啊!原来孙子这是不让我进去打扰他,我大悟,不再进去送东西。

当年儿子考大学那会儿,天气炎热家里没有空调。他边读书边把双脚泡在水盆里降温,过一会儿我再给他换上另一盆凉水。儿子每天都学习到深更半夜。据他同学讲,上着课他竟然能从座位上盹得歪倒在地上,唉——读书真不易啊!

回想起我们这些老三届当年在烈日炎炎下吟诵“谁知盘中餐,粒粒皆辛苦”的情景,那又是怎样的一种苦呢?那乡下艰苦的劳作荒废了学业,改变了人生的前程。蹉跎了岁月,也体验了生活的不容易。可见一代人有一代人的不易和苦难,人生谁也不轻松。 **宋慧珠**

您有心事,我们来倾听

人生之路,不仅有阳光雨露,也有风霜冰雪。总有一些事让我们难忘,也有一些事让我们无法释怀。您的心事,我们来倾听。欢迎拨打电话66988903,或发邮件924225169@qq.com,留下您的联系方式。我们耐心倾听您的诉说,或为您寻求专业人士的帮助,让我们一起面对崎岖又多彩的人生。

养生健康

食要三减 体要三健

2024年9月1日是第18个“全民健康生活方式日”。今年的活动主题是:食要三减,减掉不良生活方式;体要三健,健出美好生活向往。

“三减”:减盐、减油、减糖

减盐。食盐摄入过多可使血压升高,发生心血管疾病的风险显著增加。成人每人每天食盐摄入量不超过6克,烹饪时尽量少放盐,减少腌制食品的摄入。在平时的饮食中,建议使用定量盐勺控制放盐量,并可使用其他调味品代替盐。

减油。高脂肪、高胆固醇膳食是高脂血症和肥胖的危险因素。烹饪时尽量使用植物油,减少动物油的摄入。同时,要学会控制烹饪用油量。

减糖。烹调菜肴时应少放糖,减少吃高糖食物的次数。应该多喝白开水,不喝或少喝含糖饮料。

“三健”:健康口腔、健康体重、健康骨骼

健康体重:保持适当的体重是预防慢性病的重要措施。通过合理饮食和适当运动,保持身体健康体重范围。

健康骨骼:增加富含钙质的食物摄入,如牛奶、豆制品等。同时,多进行户外运动,增加与阳光的接触时间,有助于钙的吸收和利用。

健康口腔:保持口腔卫生是预防口腔疾病的关键。坚持早晚刷牙、饭后漱口,定期进行口腔检查和治疗。 **贺照阳**

山東省老年國際旅行社 13306484027 66988553 66988549 55715169
青岛报业传媒集团旗下3A级旅行社 L-SD-CJ00232

江西
庐山、庐山会议旧址、景德镇、篁岭、望仙谷日游+夜游、水墨上河景区、石门村双动4日
2晚当地准四酒店 1晚望仙谷外民宿
会员报名此条线路,享受积分翻倍,青岛独立成团,满25人山东省老年国际旅行社导游带队
9月24日 1980元起

湖北
红楼、黄鹤楼、户部巷、长江大桥、东湖听涛、交运两坝一峡游船、葛洲坝、梭布垭石林、龙麟宫、恩施大峡谷、云龙河地缝、七星寨、土家女儿城、大宁堂荆州古城双卧7日
喝摔碗酒、品吊锅宴、尝抬格子、全程矿泉水随车
10月9日 1580元

山西
雁门关、云冈石窟、悬空寺、五台山、晋祠、乔家大院、平遥古城、壶口瀑布、王家大院双卧7日
三大世界文化遗产贯穿全程
一车一导 全程入住准三酒店
9月22日 1980元起

以上线路会员报名均享会员价及会员积分

南疆全景+甘肃空调旅游专列14日
哈密(魔鬼城、回王府、十二木卡姆)乌鲁木齐(天山天池、大巴扎)吐鲁番(坎儿井、火焰山)/阿图什(卡拉库勒湖、白沙湖)、喀什(喀什古城、艾提尕尔清真寺、香妃寺)疏勒(张骞纪念馆)/库车(库车王府、天山神秘大峡谷)、库尔勒(罗布人村寨、博斯腾湖)敦煌(莫高窟、鸣沙山、月牙泉)
【暖心服务】双导游服务,专业领队全程陪同
青岛/潍坊/淄博/济南沿线均可上下车
(具体出发时间以铁道部调令为准)
9月25日 4980元起

日本-清水寺、二年坂和三年坂、祇园艺妓街、富士山五合目、地震体验馆、江之岛电车、镰仓高校站前、镰仓小町通、东京晴空塔外观、秋叶原动漫街、浅草寺、奈良公园、东大寺、心斋桥商业街、道顿崛食街双飞6日 全程当地4星酒店,特别安排1晚温泉酒店.....9月19/24日5599元起
韩国-仁川、松岛中央公园、景福宫、青瓦台、北村韩屋村、乐天世界、首尔、汝矣岛公园双船5日
.....9月11/18/25日 1280元

地址:青岛市市北区延安三路186号-1(爱心大姐一楼) ★★★另有多条线路供您选择,可拨打上方电话咨询★★★