

照顾病妻不言苦 乐观豁达爱上写诗

七旬老人用一首首充满阳光的诗记录生活和感悟

□文/图 本报记者 方小北

三个儿子各有各的家庭生活负担，相伴一生的老伴儿因病瘫痪在床，失去了基本生活能力，全靠年过七旬的老爷子照顾其吃喝拉撒……面对这些，石家庄市高新区宋营镇荣傲家园社区74岁的董成义硬是将这样的生活过成了一首诗。在忙完琐碎生活的边角时间，他用一首首朴素却充满阳光的诗记录生活的日常。

记者日前来到了董成义的家中。普普通通的沙发茶几，桌上一盆不知名的花草开着淡黄的小花，一个只有一尺见方的小鱼缸里，两三条鲜红的小鱼摇摆着尾巴游来游去。家里虽然谈不上无尘不染，但也干净整洁，绝看不出是家里有卧床病人的样子。董成义并没有专门的书桌，在飘窗的一角，摆着他日常用的纸、笔和字典，再配上一个马扎，就成了董成义最喜欢的角落。在照料妻子之余，他喜欢坐在这里看看窗外的人来人往，记下每日的所思所想。

董成义的妻子9年前得了脑梗，最初还能在外力支持下慢慢挪动，后来就只能卧床。自从妻子生病，董成义也不再外出打工，每日在家陪伴家人之余，又想起自己年轻时的爱好和梦想。“我以前就很喜欢读诗。40岁的时候，去一个朋友家里，人家给我一本《作家之路》的书籍，我就一直想自己写点儿东西，但是之前一直干体力活，没有时间也没有精力写。后来有了时间，我就买了本子买了笔，开始写，看到什么就写什么，想到什么就写什么，说是诗，其实也就是记个日记。也曾给一些杂志投过稿，编辑说我的作品内容较为浅薄、文化底蕴不足。”

为此，董成义还专门去求教一位退休老教师。在老教师的指导下，他慢慢知道了什么是韵脚、什么是意境、什么是主题，他将这些一一应用进了自己的写作中，并得到老教师的表扬，董成义写诗积极性更高了。

董成义诗就写在小学生使用的那种作业本上。老人的笔迹很认真，词句虽然简单，却真实记录了老人的情感和生活日常。

比如在写给生病妻子的诗里，他这样表达：骑着自行车、和我一起到家里、朝夕相处、充满甜蜜、共同拉车、收粮种地、哪一样、都有你的身影，你的付出……

比如激励自己的诗里，他这样写道：人生路上，不期而遇的挑战、考验每个人、排除诸多困难、需要细心和耐力、轻松愉快的生活、需要好好学习、只有增长见识，才会有益彼此……

比如友人来访，他欣然提笔：斗室洁净美，瑞气绕眼前。贵客莲步移，品评天地间。

就是每日里坐在窗前的日常，他也记录下来：



■七旬老人爱写诗读诗。

从早到晚、大车小辆、穿梭于马路上、行人踱着自由的步伐、彼此来往、为什么这么紧凑、生活的牵引……

董成义照顾老伴儿十分尽心，一日三餐，总是一勺一勺地细心喂饭。为了让老伴儿能舒适些，他每隔一段时间便会帮助她排便翻身。由于妻子需要随时陪伴，他从不离家超过2个小时。所有的读诗、写诗，都是在他照料老伴的间隙完成。

“反正我也不能出门，写写诗心里得劲儿。”董成义说，在照顾老伴的日子里，写诗成为他心灵的慰藉。在他的生活里，无论什么时候，只要脑海中有想法，就会随手记在本子上，享受老年人免费坐公交车的便利、石家庄夜幕降临后的繁华夜景、老家赵县的风土人情……这些都成了他写作的素材。说是写诗，其实也是董成义记录生活的方式。

荣傲家园社区书记王聚鑫对董成义很佩服，已经古稀的年纪，还能把简单的生活过成诗，一个纯朴的老人也在努力让生命优雅。董成义则坦言，正是因为现在的幸福生活，自己才有了写诗的心情：“我有一次到社区去咨询一点儿生活上的事儿。社区书记了解到我们老两口的情况后，主动把他的电话存到我的手机上，他们都告诉我如果有什么紧急情况，就直接打电话。你说对比以前的生活，我现在吃的、住的，还有咱们的国家对老年人的照顾这么好，我还有啥不知足的，生活中有太多可以写下来的事物！”

动物科普进校园 小学生与动物亲密接触

本报讯(记者 方小北)石家庄市科协、长安区科协、萌宠奇缘室内动物科普馆日前联合河东街道建华一社区，将动物科普带进了校园。通过与小动物亲密接触，激发学生们探索自然奥秘的兴趣，培养他们爱护动物、保护生态环境的意识。

“会地共建 科普益民”活动在石家庄市天童小学举办。活动现场，憨态可掬的羊驼、色彩斑斓的鹦鹉、温顺可爱的豚鼠、灵巧活泼的珍珠鸟等小动物一亮相，就成为了孩子们关注的焦点。来自科普馆的科普志愿者刘丽用生动有趣的语言，为学生们讲解

了每种动物的生活习性、饮食习惯、独特本领等知识。“羊驼生气的时候会吐口水！”“豚鼠的牙齿会一直长，所以要磨牙！”……孩子们听得津津有味，不时发出阵阵惊叹。科普志愿者还邀请学生们与动物进行互动，喂食、抚摸、合影，现场气氛热烈，欢声笑语不断。三年级刘佳怡同学兴奋地说：“我学到了很多关于动物的知识，以后我要更加爱护小动物！”

此次活动在孩子们心中播下了热爱自然、保护生命的种子，为构建人与自然和谐共生的美好环境打下了基础。

举办健康讲座 科学防治肥胖

本报讯(记者 方小北)为呼吁全民科学减重、预防慢性病，积极响应“体重管理年”3年行动号召，提高社区居民对肥胖问题的认识，石家庄市长安区长丰街道土贤庄社区党总支日前携手红色社区社会组织土贤庄社区卫生服务站，共同开展了以“系统改革肥胖防治，塑造健康生活环境”为主题的防治肥胖宣传活动。

本次活动得到了社区居民的广泛关注与积极参与，活动现场通过悬挂横幅、发放宣传手册等方式，向居民普及了肥胖的成因、危害以及预防措施。宣传手册内容涵盖了肥胖与糖尿病、心血管疾病等慢性病的关系，强调了肥胖对健康的严重影响，并提供了科学合理的饮食和运动建议。

社区邀请了专业医生为居民们带来了健康讲座。医生详细讲解了肥胖的危害，包括增加关节负担、导致心理健康问题以及增加患癌症、脂肪肝等疾病的风险等。此外，活动现场还设置了义诊咨询台，为居民提供了免费的血压、血糖和体重测量服务。医生志愿者们根据测量结果，为居民提供了个性化的健康指导，帮助大家更好地了解自己的身体状况，并制订适合自己的健康计划。

通过这次宣传，社区居民对肥胖的危害有了更加深入的了解，也学到了一些科学防治肥胖的办法，提高了自我保健能力。未来，土贤庄社区将继续开展健康宣传活动，为居民提供更多实用的健康知识和服务。



■防治肥胖活动现场。(社区供图)

情系居民办实事 热情服务暖人心

本报讯(记者 方小北)“我这次到东风街道来办事给我的一个感觉就是六个字‘服务高效及时’，我对这次办事过程很满意。”本以为业务办下来需要几天的时间，没想到不到一个小时就办完了的张女士高兴地称赞道。3月17日，七天超市工作人员将一面“情系居民办实事 热情服务暖人心”的锦旗送到了行政综合服务中心。

3月11日，七天超市因扩大经营范围，张女士准备了部分材料来到石家庄市东风街道行政综合服务中心咨询。东风街道行政综合服务中心企业专窗工作人员主动服务，在了解到商户是第一次使用“冀时办”小程序办理业务时，工作人员手把手指导商户注册填报申办信息，第一时间对材料进行细致审查，用最短的时间帮助商户完成了业务办理。

今年1月份至3月份，东风街道行政综合服务中心共计获赠锦旗三面。下一步东风街道将持续在优化营商环境和政务服务上发力，不断优化政务服务流程，提升服务效率，努力打造更加便民、规范高效的政务服务环境。



■热情服务获得群众认可。

服务信息 ◆微信办理 wb99ok
yzwb_36524
◆广告咨询 8862 9347

红马甲疏通高压清洗
专业上下水电、暖气
安装维修 15832176896