

不仅是照料者,更是引导者 老人带娃方式正在悄悄改变

在传统观念中,老人照看孙辈多以生活起居为主,有时会指导一下学习。而如今,越来越多的老人凭借丰富的人生阅历和对教育的独特理解,他们的育儿方式变得更加多元化,开始注重孩子的全面发展。

书法启蒙 培养耐心

由于儿子儿媳工作忙,照顾7岁孙女的重任便落在了今年70岁的陈顺林的肩上。

一年前,孙女一写完作业就会跑到陈顺林的书房,看他写毛笔字,有时还会在宣纸上随意涂画,嚷嚷着让爷爷教她写字。发现孙女对书法感兴趣,陈顺林每天都会抽出半个小时教她写毛笔字。

在教孙女书法时,陈顺林不仅教她怎么握笔、行笔,更注重培养孩子的耐心和专注力。刚开始孙女坐不住,写一会儿就想跑出去玩,可陈顺林并没有强迫她继续写,而是通过讲书法家的故事激发孙女学书法的兴趣。渐渐地,孙女对书法的热情愈发高涨,如今已经能写出不少好看的毛笔字。

投身公益 传递爱心

今年70岁的隋芳是一位退休干部,每到假期就会带着两个外孙前往福利院、养老院以及贫困山区做公益。

隋芳长期帮扶着一户困难家庭。“每逢重大节日,我都会带着两个外孙去看他们。”隋芳说,出发前,两个外孙总会精心为困难家庭的孩子准备礼物,有时是书籍,有时是文具。2024年农历小年,隋芳一家还专程去与帮扶家庭一起包饺子,共度温馨时光。

今年农历大年初一,天色还未大亮,隋芳又带着11岁的小外孙来到石家庄火车站,为往来的旅客送上热气腾腾的饺子。隋芳感慨地说:“时代不断变

化,但爱心永远不会褪色。孩子们通过这些公益活动能学到书本上学不到的东西,真切地感受分享和关爱他人的意义。”

参与活动 增长见识

前不久,河北省石家庄市宁安街道陆工大社区组织了一场热闹的元宵节活动。家住石飞宿舍的58岁的敦女士带着8岁的孙女参与其中。

起初,敦女士和众多老人一样,认为照顾好孩子的生活就足够了。但随着孙女逐渐成长,她发现孩子对外面的各种事物都充满好奇。从那以后,她经常带孙女参加社区活动,像元宵节做花灯,端午节包粽子以及剪纸、做扇面等,一场不落。

“这些活动让孙女深入了解了中国传统文化,锻炼了动手能力。每次活动结束后,孙女都会和我分享感受。”敦女士表示,参加这些活动比在家玩手机、看电视有意义多了。

石家庄市委党校讲师王文敏表示,老人育儿方式的变化体现了新时代隔代教育的新趋势。老人不再仅仅是孩子生活的照料者,更是孩子成长的引导者。他们通过带孩子参加各种活动,培养孩子的兴趣爱好、社会责任感和传统文化素养,这种育儿经寓教于乐,推动了传统文化的传承,拉近了情感的交流,让老年人在自己擅长的领域发挥余热,丰富老年生活,也是老有所为的一种体现,同时,也能丰富孩子的业余生活,助力孩子成长。 据《辽宁老年报》



守护夕阳



近从“撸铁奶奶”看运动的“代际破冰”

“这动作比我还标准”“奶奶好样的”……近日,一段健身视频在网络上引发关注。镜头里,一位77岁的奶奶在健身器材展会上熟练地使用高位下拉器等器械,标准的动作、自信的神情让网友发出阵阵感叹。

从健身房里的“撸铁奶奶”,到时尚秀场上的“最飒爷爷”,银发族带给人们惊喜。他们不仅在广场舞、公园棋局中唱主角,还掌握了新潮运动的新技能。越来越多的老年人结合年龄特点、自身条件,通过科学锻炼,强健筋骨、愉悦身心。

近年来,类似场景频频上演,让我们看到运动方式的“代际破冰”。雪场中高级道,萌娃御雪飞行,前后刃自由切换;公园一角,90后、00后组团练太极、学八段锦,在沉肩坠肘中释放压力;室外碗池,中老年人踩着陆地冲浪板自由滑行,解锁人生新体验……不同年龄段的身影在丰富的运动场景中交叠,刷新人们的观念,连缀成全民健身的新图景。

推动全民健身由“经常”变为“日常”,首先要解决好“去哪儿健身”的问题。天津将走廊等校园内的“金角银边”打造成微操场,陕西西安把运动场馆建到居民家门口,安徽蒙城王化庄建成村民健身小广场……依据城乡肌理科学布局、因地制宜,体育场地设施不仅从无到有,还由有到优,为全民健身搭建起广阔舞台。

舞台有了,如何让每个人练得更好?在四川成都,奥运冠军走进社区,让更多人了解体育运动的魅力;安徽肥西积极举办广场舞联赛、生态徒步、“村BA”等体育文化活动,打造“月月有赛事、季季有主题”的全民健身新格局;上海体育大学依托专业课程资源,运营“市民身边的健康师”公众号,开展运动健康指导与科普……结合群众日益多元的体育运动需求,健身服务方式、内容、场景不断创新,让更多人尽情地运动、丝滑地健身、健康地生活。

人人参与体育,体育造福人人。全民健身是幸福的事业,是活力的事业。随着汗水滑落,人们将拥有更和美的生活,健康中国将书写新的诗行。 据人民网



以案说法

借母名义买房 母亲离世房归谁?

近日,杭州市余杭区人民法院审理了一起因“借名买房”引发纠纷的案件。

2012年11月,小张和丈夫看上了杭州市一套房子,价值172万元。由于当时的住房限购政策,两人无法直接购房。经过与家人商议,决定以小张父母的名义购买。随后,小张夫妇全额支付了购房款项,并将房产登记在小张母亲王某名下。

2023年,王某离世,她在生前未留下如何处理这套房产的遗嘱。王某共有3名子女,分别是田甲、田乙和小张。这三人虽同出一母,但因王某早年离婚,田甲、田乙随父生活,小张则随母改嫁老

张。田甲和田乙认为,该房登记在母亲名下,母亲离世后,其二人和老张、小张都有继承权。小张夫妇将三人告上法院,请求法院把房子的产权改回自己名下。

经法院审理查明,借名买房时,各方没签书面协议,而老张也表态,房子是小张夫妇买的,装修的钱也是他们出的。尽管房屋登记在父母名下,但后续整改验收等所有事宜均由小张夫妇亲自办理。加之小张夫妇也能出具买房时的凭证,最终,法院判决支持了小张夫妇的诉讼请求,后双方均服判息诉。 据《浙江老年报》



健康提醒

说话出现这些迹象要警惕

早期检测阿尔茨海默病的一种方法是观察语言使用变化。以下是五种语言相关的早期迹象:

言语断续、犹豫,表达模糊。当患者努力回忆某个词语时,可能会含糊其词,例如说“那个东西”,或用其他词语来描述。如果想不起“狗”这个词,他们可能会说“人们常把它当宠物……它会汪汪叫……我小时候养过一只”。

用词张冠李戴。记不住正确词语可能是阿尔茨海默病早期特征。患者会用与之相关的词代替想说的词。例如想说“狗”,他们可能会说同一类别其他动物,比如“猫”来代替狗。不过,在阿尔茨海默病早期阶段,患者更可能会说更宽泛的类别词,比如说“动物”代替“猫”。

空谈不做。他们更倾向于谈论对任务的感受、表达对于任务的自我怀疑或提及自己过去的的能力,而非直接行动。他们可能会说:“我不确定能不能做好”或“我以前很擅长这个”,而不是直接讨论任务本身。

语言贫瘠。倾向于使用更简单的语言,依赖常用词。患者经常重复使用相同的动词、名词和形容词。他们还会经常使用“这个”“然后”或“但是”来连接句子。

难以找到合适词语。这一点常被用作诊断用的认知测试。例如,患者可能难以列举特定类别的事物,如不同的食物、身体的不同部位或同音词。随着病情的发展,患者做这些任务会越来越困难。

据央视新闻