



# 104岁老人白天几乎不着家

## 串门赶集逛超市,刘秀兰老人长寿秘诀是“贪玩”

### 家有一宝

有的老年人年纪大了会被称为“老小孩”,在安丘市新安街道高家官庄村就有一位104岁的“老小孩”,她叫刘秀兰,年逾百岁的她常去赶大集、逛超市,没事就去邻居家玩,白天几乎不着家。“我就喜欢出去玩,跟别人拉呱,现在的日子过得很舒坦。”3月5日,刘秀兰开心地说。

文/图 潍坊日报社全媒体记者 常方方

性格随和人缘好

没事就爱出去玩

3月5日一早,起床后的刘秀兰将头发梳得整整齐齐,身上衣服也整理得板正整洁,吃完早饭后便出了门。她走路来十分麻利,完全看不出是位104岁的老人。

刘秀兰喜欢凑热闹,没事就爱出去玩。有时候村里有人开车去赶大集,她就会请求别人载她一程,到集市上凑个热闹。她还喜欢去邻居家玩,也有几个年龄大的伙伴,每天都要见面聊聊天。

刘秀兰性格十分随和,跟邻居从未起过争执,是出了名的好脾气。她还特别心宽,什么事情都不往心里搁。生活习惯也很好,吃饭从来不挑食,“肉类、蔬菜类我都爱吃,没有不喜欢吃的,人是铁饭是钢,得能吃才能有个好身体。”刘秀兰告诉记者。

值得一提的是,刘秀兰睡眠质量也特别好。每天下午5时她就准备睡觉,一觉睡到第二天早上5时起床,有时候中午还会打个盹儿。在她看来,睡觉就是在养身体。

刘秀兰的小儿子高振仁称,母亲喜欢独自一人生活,他家就在附近,一早一晚都会到母亲家中看看。“提了很多次让母亲跟我们一起生活,但是母亲说只要身体还好的就自己住。”高振仁说,母亲做饭、洗衣服不喜欢别人插手,他们有时候做了好吃的也会送到母亲家中。



刘秀兰

儿女孝顺心情好

苦尽甘来很满足

刘秀兰有三个女儿两个儿子,子女时常看望她,都很孝顺,她觉得很满足。以前虽然过了许多苦日子,好在如今苦尽甘来,过上了做梦都没想到的好日子。

高振仁坦言,母亲虽然是一个没文化的农村妇女,但是他们从母亲身上学到了许多,尤其是待人和善这方面。印象中,母亲从来都不说别人的不好。“母亲总是告诉我们,要多看别人的优点,跟别人打交道吃亏是福。”高振仁说,母亲也正是因为不喜欢与人计较,才能有现在的福气。

刘秀兰对于当下的生活十分满意,她说她一个月有1000元的养老金,自己即便使劲吃喝,一个月也花不完这些钱,不会给子女们造成压力,这样她心里觉得很踏实。

“以前还担心老了没钱花怎么办,现在这些钱根本花不完。”刘秀兰乐呵呵地说,每到春节有小孩子来拜年,她还能有剩余的钱当作压岁钱。除了领钱,每个月还能领奶粉,她感觉长期喝奶粉,也是她身体硬朗的一个原因。

刘秀兰见证了家乡翻天覆地的变化,真正体会到了从“艰难困苦”到“美好生活”这一路的付出和收获。她希望家乡越来越好,潍坊越来越好。

## 送你一朵小红花



3月4日,在潍城区城关街道芙蓉街社区,一位女士从“送你一朵小红花”展板上领取到一枝鲜花。当日,在“三八”国际妇女节来临前,社区采购鲜花并设计制作了展板。许多女性居民到展板前拍照打卡的同时领取鲜花,并纷纷表示,这样的活动给她们带来满满的暖意。

潍坊日报社全媒体记者 张弛

## 禁毒宣传进校园



为构建平安校园、无毒校园,近日,高密市公安局组织开展禁毒宣传进校园活动,为广大师生送上“禁毒知识礼包”,增强学生的自我保护意识,筑牢校园禁毒防线。今后,高密市公安局将继续加强师生、家长毒品预防宣传,多渠道、多形式开展禁毒知识教育,同时调动起青少年学生参与禁毒宣传的积极性,让禁毒意识更加深入人心,做到自觉抵制毒品。

潍坊日报社全媒体记者 张韶华

## 交警送来“安全课”



3月4日,高密市公安局交警大队到北关小学开展“春季开学第一课 交通安全进校园”宣讲活动,将交通安全知识送到学生身边。课后,学生纷纷表示,一定会牢记课上所学内容,自觉摒弃交通陋习,抵制交通违法行为,当好“小小交通安全宣传员”,在日常生活中督促家长一起做到守交规、知礼让,安全文明出行,共同营造和谐顺畅的道路交通安全环境。

潍坊日报社全媒体记者 王晓萌

# 广场警营开放日“三八”专场 这次专程为“她”盛情绽放



首届广场警营开放日现场(资料图)

本报讯(潍坊日报社全媒体记者 陈怀禹 张益阁)今年1月,潍坊市公安局首届广场警营开放日人气火爆,令到场参与活动的市民意犹未尽,也在未能到场的市民心里留下了一颗期待的“种子”。3月9日上午10时,潍坊市公安局将在谷德广场举办“潍你而来·芳华绽放”——广场警营开放日“三八”专场。

据悉,活动现场将设置9个活动区域,通过广场

警营开放日的互动活动和服务咨询,提高广大女性的法律维权意识、识假辨假意识、危急情形下的自我防范意识,倡树女性健康积极的运动理念。

在“美好的她 幸福的家”咨询区,由潍坊市妇联联合律师事务所组成的心理咨询服务团队,将为广大女性提供法律、心理等咨询,提高妇女群众依法维权、经营幸福的能力。在“美丽中的安全”区,潍坊市公安局食药环侦民警将在现场为广大女性传授识假防假知识,精准辨别减肥药、化妆品、洗化用品、医美产品、保健品等,保护女性追求美的权利。在“警犬汪汪队”区,女性朋友可带上自己的爱犬,让其体验警犬工作,并与警犬“同台PK”,现场互动。而在“特警尖兵”区,不仅有女子防身术现场教学,还有特警队员现场带来惊喜,送上大家心心念念的警察小熊与玫瑰花。

除此之外,还设有“全民反诈”区、“禁毒先锋”区、“警察小店”区、“交通安全体验”区、“热辣滚烫”健身区。现场还有反诈有奖问答活动,神秘大奖等待市民揭晓。

另外,本次活动将在多家新闻媒体平台及潍坊公安微信视频号、抖音号同步直播,当天无法到现场的市民可观看线上直播来感受活动的精彩纷呈。

## 分类广告

订版电话:8888315

13953667072

酒水/礼品回收

商务/房产/婚介/招聘

高收名酒老酒礼品19153373998

回收电线电缆库存物资13573606865

潍坊幸福佳缘大型婚恋公司

红娘电话:8731886 微信:15689225798

男26家族企业28机关30军官34事业38老总

男40医生44机关57公务员60干部退65机关

女22文员26市机关28事业30个体34公务员

女38医院靚45开厂富50寻上门56企业老总

诚聘加工中心操作工,学员,

待遇优厚13780898115杨

提示:请交易双方妥善查验对方相关有效手续及证

件,本刊信息不作为承担法律责任的依据。