育有两儿两女的八旬独居老太：

丢失的亲情，我该如何找回？

□本报记者 范丽萍

俗话说：“养儿防老”。到了晚年，很多老人内心都渴望子女能够陪伴在身边，一家人和和睦睦地过日子。可是人生变幻，世事无常，遭遇了家庭亲情裂痕的王奶奶（化名），却不愿与孩子们一起生活，如今已独居十多年。

10月26日，记者与王奶奶如约见面时，她正提着一袋子青菜回家。“我现在身体还行，能够自己买菜、做饭，就是心里的苦，没人说啊。”王奶奶坦言与子女的关系不太融洽，除了每月给赡养费的时候见面，其余时间很少来往。

养育子女给予无私的爱

80岁的王奶奶，是个性格刚烈的人，年轻时还曾担任村里的妇女干部。“那时每天起早贪黑，既要工作，又要照顾一家老小，非常操劳，但心里感觉是美的。”她和丈夫育有四个孩子，两男两女，个个学习成绩优异，也一直是她的骄傲。

后来，为了让家人过上更好的日子，她辞去村里妇女干部的职务与丈夫做起了生意，忙的时候，难免忽视对孩子的照顾。有一次，小儿子半夜发高烧，她吓得不行，背起孩子上医院。可等到了医院，她才发现身上没装钱，然后又背着孩子跑了几里地向亲戚借了5元钱才给孩子看上病。

随着时光的流逝，孩子们慢慢长大，并找到了属于自己的爱情。作为家长，她和老伴又拿出全部积蓄给两个儿子盖了新房，娶了新娘。起初，老两口是跟着小儿子一起住的，后来考虑到饮食习惯、作息习惯不同，担心给孩子找麻烦，又果断提出分家，搬回老房子居住。邻里都说他们“太为孩子着想了”。

婆媳矛盾惊动民警

然而，人生之路并没有想象中的完美，而总是要经历一些磕磕绊绊。十多年前，王奶奶的老伴去世后，留下王奶奶一个人在老房子里，她经常以泪洗面。孩子们放心不下，便轮流把她接到自己家中照顾。

“说起来，我又和孩子住在一起了，但他们经常忙于工作不在家。而我和儿媳、女婿相处不来，矛盾渐渐加深。”王奶奶坦言，自己是个直脾气，看到孩子做的不对、不占理的地方会说出来，“一般情况下，自己的儿女不会犯犟，都是儿媳、女婿听不下去，然后他们又把气撒到儿子、女儿身上，造成矛盾升级。”有一次，她和儿媳吵闹、推搡，还惊动了派出所民警上门处理。

经历报警一事后，王奶奶与孩子的感情深受影响，所以当她再提出回老房子单独居住时，孩子们都没有阻拦。

刚搬回老房子时，王奶奶的确觉得轻松许多，没人管、没人问，自己想吃什么做什么，而且孩子们隔三岔五地回来看望一下，也挺好。但后来，随着孩子们看望次数的减少，王奶奶感情的天平日渐失衡，看到别人家开心和睦地相处，尤其是逢年过节的时候，她心里别提多难受了。

晚年孤独几多反思几多忧

“在单独居住的十多年里，我比较注重饮食，没事到外面锻炼一下，同时我很庆幸自己没有出现过大的疾病，自己可以照顾自己。”至于今后的养老，王奶奶坦言有一些担忧，万一自己躺在床上不能动，没有子女陪伴，该是多么凄凉的事。

她也曾不止一次地反思：在与儿女一家相处的过程中，自己的要求是不是过于挑剔？孩子终归是长大成家了，作为家长，不能总摆出长辈的尊严，不能总是口不择言地指责子女。同时，对待儿媳、女婿，也应该像对待自己的孩子一样，多点包容和理解。

为了修复和挽回与子女的亲情，王奶奶说自己已向辖区街道及社区工作人员求助进行协调，希望能有一个好的结果。

养生吧

贴秋膘≠多吃肉！

入秋后，很多地方都有“贴秋膘”的说法。是不是所有人都需要贴秋膘？营养师表示，贴秋膘只适合部分人群，身体虚弱、脾胃虚弱、胃肠功能吸收差的老年人，可以适当进行优质蛋白质的补充，增强抵抗力。

过去，由于生活水平不是很高，平时能吃到大鱼大肉的机会少，人们体脂总体偏低，经历了夏季伏天的高温，加上体力劳动多，没有空调，消耗大，所以不少人在夏季都会消瘦。而秋天是丰收的季节，美食也多，到了秋天就要“贴秋膘”，多吃肉、多补充蛋白质和脂肪，让身体为过冬而储备好脂肪。如今，人们生活水平有了很大的提高，在饮食丰富的同时，更注重饮食健康。

以下三类人群不适合贴秋膘：肥胖超重的人群，增加高脂高蛋白饮食，等于增加胃肠负担，而且增加了体重，还容易引发胰腺炎等疾病。胃肠功能紊乱、消化功能特别差的人群，不适合一入秋就开始大鱼大肉进补，这样会加重胃肠负担，引发腹泻、胃胀等情况。患有高血压、高血脂的人群，高油高脂、肥甘厚味的食物会加重他们的心脑血管负担，容易引发心脑血管疾病。

入秋后，腹泻、上呼吸道感染的情况增多，饮食上一方面要荤素搭配，选择新鲜、多样的食材进补，这样才能摄取多种多样的营养素，增强抵抗力。另一方面，一定要喝够水，这样可以促进人体新陈代谢、润肠通便，排出体内的毒素、废弃物。最关键的还是要进行适量运动。 （据新华社客户端）

通知

樊雷，因你长期不上班，也未按单位规定履行请销假手续。根据《事业单位人事管理条例》十五条之规定，决定与你解除劳动合同。请你自登报之日起15日内到平顶山市国土资源局湛河分局办理劳动合同解除手续，逾期未到者按相关规定解除劳动合同。

平顶山市国土资源局湛河分局
2021年10月28日

金霖拍卖公告

受有关单位委托，我公司定于**2021年11月4日10时**在我公司五楼拍卖厅公开拍卖：**1、位于叶县市场发展服务中心大门外南北两侧9间门面房三年期租赁权（保证金2万元/间）；2、位于叶县城关乡御龙湾住宅小区37号楼105铺、205铺三年期租赁权整体拍卖（保证金2万元）；3、位于叶县叶公大道南段路西粮食应急配送中心楼一层7间门面房三年期租赁权（保证金2万元/间）；4、鲁山县梁洼镇半坡阳村建筑石料堆积物一批整体拍卖（保证金7万元）；5、罚没土沙、煤灰等一批整体拍卖（保证金5000元）；6、旧机动车一批（保证金5000元/辆）。**

标的详细资料请到我公司查阅。有意竞买者，请携带有效身份证明、竞买保证金交纳凭证，在报名截止时间前到我公司签署完毕相关资料并办理拍卖会报名手续，方可参加竞买。若竞买不成功，保证金全额无息退还。

报名截止时间：2021年11月2日16时止（以保证金到达指定账户为准，逾期到达的，不接受报名）

展示时间、地点：自公告之日起、标的物所在地

联系电话：0375-2885588
15836999999

公司地址：平顶山市新华路中段豪享来楼上四楼

公司网址：www.hnjlpm.com

河南省金霖拍卖有限责任公司
（中国拍卖行业A企业）
2021年10月28日