



热热闹闹共享

百家宴

其乐融融共叙

邻里情



开吃了,邻里们都来沾喜气。

记者 黄云

8月15日,傍晚时分,华灯初上,炊烟氤氲,北塔区状元洲街道北塔社区的市劳教所家属院院内,处处透着欢乐和谐的气息。院落中央的水泥地上摆满了木桌,旁边支起的大锅里升起了一缕缕热气。当天,北塔社区正在举办邻居节活动,同时也是邓安平女士的60岁生日。按照院落传统,要摆“百家宴”,请邻里们吃上一碗寿粉,大家伙儿聚在一起热闹热闹。

院落居民王秀云早些年在周边有名的粉面店工作过很长时间,手艺好,乐助人,熟悉煮寿粉的各种流程。如今,院落内的“百家宴”由她掌勺。16时30分,离宴席正式开始还有一个半小时的时间,王秀云和她的好姐妹搭档王玲梅早早来到灶台前,张罗着洗米粉、炒臊子等事项。烧水、烫粉、加料,两人配合默契,毫不拖泥带水,不一会儿,一碗碗冒着热气,香气扑鼻的粉就端上了桌。“今天主人家准备了130斤米粉,10斤面,一般院落里请吃寿粉都是炒的豆腐木耳、猪肉臊子,邻里们年纪都比较大

了,不少人吃不了牛肉。”王秀云介绍道。

院落里的第一次粉宴,还得从20多年前说起。当时的劳教所家属院第二批房子已经落成,院落居民从32户增加到了80户。人多起来了,院子里也更加热闹了。那时,邓安平的公公幸运地中了两百万彩票,就想着请邻居们免费吃碗粉,都来沾沾喜气。院落现在的老年人活动中心,最初也正是由邓安平的公公牵头修建的。自此之后,谁家有人过生日,家里娶妻嫁女,小孩考上大学……只要主人家乐意,都会在固定位置煮粉,宴请邻里。不用特意挨家挨户通知,在微信群里说上一声,或是在休闲娱乐时口口相传,大家都会默契地相聚在一起,共享美食与喜悦。这一传统,一直延续到了现在。

百家宴席,不仅是饮食的碰撞,更是情感的交流。

奉君旭,祖籍四川,后在青海工作生活,30多年前,为响应国家号召,带着2个孩子随丈夫来到了邵阳。初来邵阳的奉君旭非常不习惯,人生地不熟,再加上一来就面临下岗,情绪几近崩溃。好在丈夫在当时的邵阳市劳教所工

作,单位分配了房子,院落邻居友善,对她关照有加,一来二去也结交了不少朋友。奉君旭对现在的生活感到满足,直言不想搬去新小区居住,不愿意丢失这群好邻居、好朋友。和大家熟悉之后,谁家喜事,奉君旭闲时也常去帮忙。

李晓雯,丈夫是英国人,自己平时的工作也远在厦门,虽然偶尔会回到邵阳,但这次是她第一次体验院落内的寿粉宴。即将出门的她被住在同一个单元的奉君旭拉过来,赶在出发前吃上一碗米粉,沾沾寿星的福气。“很久没有感受过这么热闹的氛围了,院落里的年轻人大多在外工作,留下来的几乎都是已经退休的老人,趁这样的机会一起聚聚,不仅可以唠唠,还能联络感情,让老年人的生活不再枯燥乏味,非常有意义。”李晓雯说。

寿粉宴结束,邻居们载歌载舞,自由娱乐。招待完邻里,主人家和亲人朋友们也得以休息,炒几个菜,喝点小酒,分享喜悦。“吃百家宴,纳百家福,成百样事,享百年寿。”劳教所家属院的和谐故事还在继续。这个月,还有好几场宴席等着邻里们参加。

记者 郭慧鹏

8月3日,中国疾控中心发布7月全国新型冠状病毒感染疫情情况,7月24日至30日,新冠病毒阳性率达13.4%。一些人声称自己出现了“三阳”,也有一部分人至今还未“阳过”。成为“少数派”的他们为此都做了哪些努力?带着疑问,记者在我市采访了几位从未“阳过”的人。

罗沐希:两辈人的悉心接力

家住大祥区西湖路的罗沐希,今年刚上一年级,是家中的独生女,也是家里唯一一个至今没有“阳过”的人。年幼的她能顺利躲过新冠病毒的侵袭,离不开父母和爷奶两辈人的悉心接力。

“我们两口子已经退休了,但她父母都要在外工作,被感染几乎是不可避免的。”罗沐希奶奶说,“因为孩子的抵抗力太低,家里必须有一个健康的人来照顾她,所以我们在家就得保证自己尽量不‘阳’或者晚点‘阳’,一直坚持到她父母身体都恢复了。”除了在家勤戴口罩、勤喷酒精、勤量体温、勤做核酸外,他们还还为罗沐希准备了单独吃饭的碗筷,在餐前做好消毒,从各方面杜绝感染的可能。

“那段时间我们天天刷手机、看新闻,把各类防护知识学了个遍。尽管现在感染高峰期过去了,我们依然不敢松懈,还是会给孩子定期服用维生素C增强免疫力。”罗沐希爷爷说,“现在孩子身体发育还未完全,能不‘阳’那肯定是最好的。”

李明:心态放平是王道

说起至今没有“阳过”这件事,今年32岁的李明自己都感到很惊奇。在他的描述中,疫情爆发后,除了出门戴口罩,他没有做过非常严格的自我防护,更多的是“运气”所致。

“我在事业单位工作,需要在外跑,接触各色各样的人,从一开始就做好了变成‘小阳人’的准备。”李明回忆,“结果随着同事们相继病倒,我还是一点事也没有,不得一直顶岗,成了‘天选打工人’,中间也有几次咳嗽流鼻涕,以为终于‘阳’了,去医院检测后,发现只是单纯的感冒。”

光是幸运还不足以解释李明从未“阳过”的原因。据他讲述,疫情放开后有段时间,他乘坐电梯时会特别注意同行者是否有咳嗽的症状,在密闭空间中,中招的概率会大大增加。“有一次出去办事,我乘电梯时看到里面有两个人一直在咳嗽,直觉告诉我不太对劲,于是转身爬了十几层楼,爬完可把我累坏了。”李明笑着说。

如今,得知身边有人出现“二阳”“三阳”,李明也没有太多的情绪波动,“等到那一天来临,该吃药就吃药,心态放平才是王道。”

王秀花:注重日常防护养生

今年73岁的王秀花在洞口县住了大半辈子。疫情期间,儿子一家都不小心“阳”了,王秀花却一直安然无恙,照料病人的重担也落在了她身上。

“那段时间我身体还算健康,没有一点的迹象,所以还能给人家做做饭。”王秀花回忆道,因自身患有高血压和糖尿病这些基础性疾病,自打疫情发生后,儿子极力劝阻她远离人群,她在家除了看电视就是带孙子,出门也坚持戴口罩。

除了做好基本防护,王秀花还非常注重日常养生。“早上我会趁着人少的时候去散步,晚上一有空就在家做医疗保健操。饮食上,我每天都要喝一杯牛奶,在摄入蛋白质的同时多吃蔬菜粗粮,尽量保持少食多餐。只有营养跟上了,才能更好地抵抗病毒的攻击。”

躲过去年年底疫情放开后的大规模感染,王秀花对自己的养生之道更有信心了,“我现在要做的就是将这些好习惯都坚持下来,保持心情愉快,不断提高自身免疫力。”

走近『少数派』:他们至今未『阳过』