

# 八旬退休老人致力绘制《记忆图册》

## 感慨 画得快赶不上宿迁城市变化快

■记者 徐其崇 实习生 姜坤

一位81岁的退休老人,退休后致力于绘制《记忆图册》。他除了绘制出小学时代、中学时代、大学时代家乡的图纸,还绘制出宿迁主城区不同年代的地图。他说,到今年底,他的《记忆图册》将全部绘制完成。昨天,这位名叫肖勤昌的老人在接受记者采访时深有感触地说:“我画得再快,也赶不上宿迁城市的变化快。”



## C 图册将完成 欲赠博物馆

“从我绘制的不同年代的宿迁城市地图来看,我们宿迁的变化日新月异,那真是一天一个样啊。”肖勤昌老人感慨道。

在肖勤昌老人的家里,有关宿迁城乡图片及文字资料一堆又一堆,电脑绘制的图纸上,各种图案及文字标注密密麻麻。老人绘制的,不仅仅是地图,而是记录宿迁城市发展的“备忘录”。在一张图纸上,记者看到地处老城区老南菜市的中央城市广场的位置,有这样一段文字标注:“已于2012年南京中央商场和雨润集团正式开发建设,老菜市已于2005年决定搬迁停止使用。”看到这样的标

注,不免让人回忆起昔日的宿迁城区。

肖勤昌老人绘制的地图,比例尺分为1:5000、1:10000两大类。“城市在不断发展,我画了这么多,远远赶不上宿迁前进的步伐,到今年底,我想将我所绘制的不同时期的宿迁城市地图装订成册,包括我就读的学校、工作单位图纸综合在一起,形成一本《记忆图册》,让它成为我和更多人对家乡的记忆。”肖勤昌老人说,等他的《记忆图册》全部制作完成了,也许会无偿地赠送给宿迁市博物馆珍藏,让更多人了解宿迁数十年来沧桑巨变。

## A 退休献余热 绘制家乡图

据肖勤昌老人介绍,他的老家在宿豫区曹集乡快乐居委会,在当地读完小学、初中后,他考取了宿迁中学。1959年,他以优异的成绩,考入华东水利学院,就读水电站电力装置专业。读完5年大学后,他被分配到安徽省电力局下属的水电站工作。“我大学毕业后的工作地点在大别山地区,到1969年又被调到黄山脚下工作。直到1979

年,我才调回宿迁工作,工作单位是城市建设设计室。”肖勤昌老人回忆说,他的工作单位就是后来的宿迁市建筑设计院,他退休前所从事的工作,是建筑电气设计。

到了1998年,具有高级职称的肖勤昌退休了,因工作需要,所在单位返聘他继续从事设计工作。直到2014年,肖勤昌老人才算真正退休。

“我的家住在市区项里御景小区,退休后除了带孙子,平时没有什么事情做。”肖勤昌老人说,从他真正离开工作岗位之后,他萌发了一种念头:就是要用自己娴熟的电脑绘画技术,去描绘记忆中的曹集老家中小学、宿迁中学、大学以及自己走过的工作单位,并根据自己的记忆及查阅各种资料,绘制宿迁60多年来不同时期的城市地图。

## B 跨越数十年 图上看巨变

肖勤昌老人满头白发,尽管年过八旬,但依然精神矍铄。平日里,老人总是骑着电动车穿行在市区的大街小巷,看到一处新的建筑,新修的道路,他就会用手机拍下来,并仔细记录它的准确位置。对于一些标志性建筑,他会四处走访,来佐证它的来龙去脉。“宿迁晚报不久前报道老城区矿山天桥拆除了,那上边对老天桥的建设时间介绍得很清楚,我就把那份宿迁晚报珍藏起来,附在新近修改的宿迁城区地图附页上。

因为老天桥拆除了,若干年以后也许人们会把它淡忘。”肖勤昌老人说,在他绘制的不同年代的宿迁城区地图上,有很多地名、建筑物都附有他亲自拍摄的影像资料。

肖勤昌老人说,他已经完成了跨越60余年不同时期宿迁城市地图:有建国初期的,有1959年的,有1979年的,有1980年的,有1987年的,有1996年的,有2003年的,有2006年的,有2010年的,最新版的就是2017年的。“近年来

宿迁的变化简直是太大了,我后来绘制的新版本,主要是增添道路、建筑、景区、居民区以及商业街,我绘制的速度已经赶不上城市发展的步伐了。”肖勤昌老人说。

在肖勤昌老人提供的2003年城区地图上,记者看到大运河以东很多地块都被标注为“民房”,富康路派出所以南也只标注一个“金色水岸住宅小区”,其他地方大多为“民房”,而如今很多繁华地带,在十几年以前甚至还是庄稼地。

# 假日综合症不是年轻人专属 老人也易患

症状:想孩子想到失眠

活已经习惯了,回儿子家反而不适应了。”

在养老院的接待室,工作人员拿出一本探亲家属登记册,上面密密麻麻地写着探访记录。“家属每个月来探访老人的次数都差不多,但老人在这里住的时间越长就越不在乎儿女来探望的次数。”这位工作人员说。

平时关心太少

老人易患假日综合症

本周末,一场关爱老年人身心健康的讲座即将在宿城区凤凰社区举行。“辖区里有不少空巢老人,过节的时候子女们都回来了。现在假期结束了,热闹的家也变得冷清起来,很多老人就觉得很难适应。前几天,我们有一位志愿者接到一位老人的电话,这位老人没有其他要求,只想找个人说说话。后来,这位志愿者前去拜访这位老人,才发现自从孩子走后,老人已经三天没出家门。我们举办这个健康讲座,就是希望老人能够及时地调整好心情,让自己的身心始终保持健康的状态。”凤凰社区志愿者曹红娜说。

假日综合症不是年轻人的专属。国家二级心理咨询师张秋菊告诉记者,生活中,有不少空巢老人的心灵被孤独感所包围。孤独感不同于孤独生活本身,它是老年人认为自己被世人所拒绝、所遗忘,而在心理上与世人隔绝开来的主观心理感受,是交往的需要得不到满足的结果。假日后,老人变得空虚甚至是孤独,主要是子女平时的关心太少。

事实上,现在的老人早已不仅仅满足于一日三餐饱的基本物质生活了。随着社会的发展,他们的精神需求也越来越强烈。张秋菊说,老年人有大量的空闲时间,有丰富的社会经验,全社会应该高度重视老年人的精神需求,积极组织他们参加喜闻乐见的文化活动,让他们的老年生活过得更加有滋有味、丰富多彩。

子女多一些陪伴 老人多一些理解

老人如果长期处于孤独、压抑的心理状态,很容易焦虑,也容易身体不适,最常见的就是消化道方面的问题,如吃不下饭、腹

涨、消化不良。

张秋菊建议,因为工作忙碌,子女还应该保持一定的频率,与父母沟通。“现在通讯手段这么发达,平时的QQ、微信视频,都能极大地满足老人们的需求。爷爷奶奶、外公外婆想孩子们了,就可以通过视频交流感情。”

子女多主动关心,老人也要学会自我调整。张秋菊说,老年朋友应该认识到,子女“离巢”是家庭发展的必然趋势。子女长大成人,从父母身边离开,成家立业,哺育自己的后代,应该是子女成熟的标志,所以老年人应该为子女的“离巢”而感到高兴。

当自己感到孤独时,可以制订一个计划,给自己布置不同难度的与外界交往的任务。开始时,交往任务可以简单一些,然后逐渐加强交往的难度。在与各种人的交往过程中,要尊重别人的特点与习惯,努力与人和睦相处。一方面要善于帮助他人,从中赢得别人的尊重和真诚的友谊,另一方面,又要善于求助于人,通过别人的帮助,使自己的心情变得开朗。



■记者 张璇

不想上班、不想工作,今年中秋节加上国庆节,8天假期让不少年轻人总是抱怨:过节的时间总是很快。而面对全年都是假期的老年人,8天长假对于他们来说,看似很普通,却是一次亲情的相聚。假期结束了,面对瞬间冷清的家,不少老年人也患上了假日综合症。

从热闹变冷清

老人从高兴变失眠

“8号上午走的,下午就想外孙女了。没办法,她们工作都很忙。”住在市区中豪花园小区的陈秋岚说。最近一段时间陈秋岚总觉得失眠的症状越来越严重了,

她一直认为外孙女还在身边。每当她躺在床上时,脑子里都是儿女、孙女的影像。因为通过视频看见母亲日渐消瘦,精神状态不好,在昆山工作的张女士又急匆匆地赶回家,把母亲接到昆山住了一段时间。

“这次放假,我们全家足足在母亲这待了7天,陪她出去游玩、陪她说话,老人很久没有这么高兴了。大家突然一走,老人就有些适应不了了。”分析母亲突然精神不好的原因,张女士认为都怪自己平时陪伴的时间不够。

无独有偶,住在市区虹枫老年公寓的赵永前,中秋节时在儿子家待了几天,总是觉得不习惯,又急匆匆地回到了养老院。“早上做会早操、中午看看电视、下午打一会麻将。这样的生