

流金岁月

“弄潮老农”刘继宏

■晚报记者 徐松

养十几只波尔山羊、种3亩药材和1亩中华红叶杨、经营一个乡村酒厂……郸城县宜路镇66岁退休干部刘继宏离开工作岗位后，转换角色当起了农民。他利用互联网搜罗天下信息，成为致富带头人，被大家风趣地称为“弄潮老农”。

2005年，年过半百的刘继宏思路清晰、思想超前，他通过互联网找到了雪莲果和中华红叶杨的种植信息后，就乘火车到云南花6000元引进2斤雪莲果种子。6000元买一小塑料袋种子，在普通农户眼里，刘继宏是个敢想敢干的“超前农民”。2005年，由于雪莲果对生长环境挑剔，种植失败；2006

年，经过一次又一次试验，两亩雪莲果终于种植成功。如果把雪莲果切成片卖种芽，亩产最高可达10多万元。2006年春，刘继宏通过网络发现中华红叶杨有“活化石”之称，决心再种点红叶杨试试，凭着他对农业的精心研究，红叶杨初种就获得成功。

据介绍，中华红叶杨作为彩色树种，树叶颜色四季多变，顶端始终像美丽的鲜花，观赏价值极高。雪莲果原产自南美洲安第斯山脉，在当地又称“神果”，已有500年历史。雪莲果对生长环境极为挑剔，这次能在我市引种成功，极为艰难。

在刘继宏的三亩地里，两亩雪莲果叶片厚实、叶面油青。一亩红叶杨，就像一片金箔覆

盖在田野里。所以，村民风趣地称刘继宏的三亩地为“黄金地”。

雪莲果、红叶杨均是秋季作物，那刘继宏平时干啥呢？平时，他可是分秒必争。他利用早年学会的酿制酩馏酒手艺，在自家闲置的院子里办起了酩馏酒厂，白天干农活，晚上回家熬酒，忙得不亦乐乎。因为酒是用纯谷子做的，周边各村庄甚至相邻乡镇的百姓都喝他酿的酒。

刘继宏的信息量丰富，眼界开阔。2007年，他与山东种鹅收购公司达成协议，养了500多只鹅；2008年，他购买5只波尔山羊种羊，经过养殖，最多时存栏30多只，每只售价3000多元；2009年，他从太康獭兔养殖基地引进100多只獭

兔，收入颇丰；去年，为了让土地养分更新，他改种了两亩白术药材。

6年来，刘继宏就像是宜路镇农业种植、养殖的风向标，他种啥周围群众就种啥，许多农民跟在他后面轻轻松松挣到了钱、学到了经验。

刘继宏说：“当农民最有意思，靠力气挣钱，累却很快活。最近，我从网上看到消息说藏獒珍贵，准备再养几只藏獒，反正闲着也是闲着。”

掐指一算，刘继宏6年经营了10多个高效益项目，带动周边群众上千人致富。

说起来轻松，其实刘继宏每天从早上4时至晚上22时一直都没有闲着。虽然累点，但他活得轻松、心情舒畅。

养生参谋

心理学教授总结出 长寿八大因素

美国加州心理学教授弗霍华德博士和莱斯莉博士最近出版的新著《长寿计划》一书，根据一项对1500名1910年左右出生的儿童，进行长达80年的跟踪调查数据，总结出长寿的8个特殊因素。

1. “好压力”有益健康。如果你讨厌所从事的工作，那么工作压力就是有害健康的“坏压力”；如果你热爱自己的事业，因力争在事业上有所成就而产生的压力，就是有益健康长寿的“好压力”。关键一点是，工作必须是你的最爱，而且能让你产生成就感。

2. 经常参加社交活动。经常与亲朋好友联络的人更长寿。在交往过程中给予他人帮助，有益长寿。如果你朋友不多，建议多参加社会组织或者志愿工作。

3. 不要把宠物当成最好的朋友。养宠物的确有益健康，但是宠物毕竟无法代替人与人之间的接触。研究发现，养宠物的人并不比其他人群更长寿。相反，以宠物取代人际交往的人，寿命更短。

4. 爱操心不是坏事。如果你是个爱操心的人，那或许是件好事。很多实例证明，忧虑有益健康，尤其对男性而言，当你为某件事担忧的时候，自然会考虑可能会出现各种情况，并且制订相应的预案。这时候，操心就是有益无害的。

5. 单身也能长寿。“结婚使人长寿”只适用于那些适宜结婚和婚姻生活美满的人。糟糕的婚姻则会折寿。有时候，男人再婚会缓解离婚造成的伤害，女人离婚后日子也能红红火火。研究发现，保持稳定的单身生活其实有利于延年益寿。

6. 防止过度乐观。过度乐观的人往往没有那些小心谨慎的人细心。为了保持健康，小心谨慎的人更懂得自我防护，更少从事高风险活动，比如，抽烟、酗酒、吸毒或者飙车等，这些人也会远离有不良嗜好的人群。

7. 如果讨厌健身，那就干脆不锻炼。尽管健身有益，但研究发现，一些长寿者在20多岁的时候并不怎么锻炼，反而是通过多做自己感兴趣的事，让自己活动起来更能长寿，比如种花、种菜、做木匠活等。

8. 不要过早退休。很多人认为，早退休有益长寿，但研究发现，持续工作的老人比那些早早退休的人寿命更长。事业最成功的人通常最不可能英年早逝，因为健康的工作环境和事业成就感，能使人活得更开心更长寿。

(北晚)

家长里短

快乐老妈

■万娜

老妈上了年纪，业余爱好就是看电视剧。我觉得，了解点时事新闻，学点知识技能，不比看电视剧强啊？

我说出自己的想法，我妈奇怪地看着我说：“看电视剧有什么不好，看别的有什么意思？”看来，我的思维和老妈分歧太大了。老妈看电视，纯粹是为了消遣，她老人家已是功成身退了，哪还想到什么学习？

我转而一想，算了，只好老妈开心就好。老妈的生活简简单单，生活就剩下开心了，确实挺好。

一天，我本想看看本地新闻，当时没有播，就随便看看农业频道，这个跟我的工作有关。当时的时间正是老妈看连续剧的时候，老妈过来拿起遥控器就换台，嘴里还说：“看这个干啥呀？”老妈言外之意是，你怎么就爱看那些没意思的节目？

我随口嘟囔了句：“看这个有用啊，我不是想跟人家学学怎么写稿子嘛。”我只是随口一说，老妈却当了真，小心翼翼地问我：“看了那个真能写得出来啊？”我装模作样地点点头。老妈寻思寻思，像是下了很大决心，把遥控器递给我说：“那你看吧。”我心里觉得好笑，问道：“你不看了？”老妈点点头。

不要以为遥控器是好拿回来的，只要有老妈爱看的电视剧，我们家谁想换台都不成。今天为了我的“工作”，老妈居然放弃了“一言堂”。

这就是我开朗、快乐的老妈，愿老妈继续开开心心地生活！



祖孙情深

晶民 摄

生活提醒

别相信“免费检测”

如今，向老年人推销保健品，光凭一张嘴巴忽悠，已经很少有人再轻易上当了。于是，某些人处心积虑，又想出了新的花招——免费检测，而且这种骗术走进了偏僻的农村。

前几天，我们社区卫生室来了一伙人，说是某药业公司派来的医务人员，开展义务送健康活动。他们说，为了保障人民群众的身体健康，预防疾病的发生，免费检测人体内钙、铁、镁、锌、硒等微量元素的含量。

那天来检测的妇女儿童很多，还有不少老年人，卫生室里排起了长龙。当然，

这些人主要“进攻”的对象还是那些比较容易上当的老年人。因为老年人普遍身体条件较差，对于这些药品就格外情有独钟。

检测前，先由“专家”讲了一通微量元素的重要作用以及一旦欠缺的严重危害，然后穿白大褂的“医务人员”用仪器挨个儿给人们检测。所有被检测者不是缺钙，就是缺锌……还有不少人缺少维生素。

一听说有病，谁还不治呢？接着那位“专家”热情地“义务”给人们开处方，药费最低百八十元，一般的二三百元，有一个小孩儿的

药费竟达到800多元。现在孩子都是家里的“小太阳”，家长哪能舍不得花钱？不少人都掏出了腰包，当然，也有聪明的，有几个老年人以身上没带钱为借口，没有买药。

可是，回到家后，我上网查询了一下，发现他们所推销的药品多是保健品，而且价格是正规药店价格的二到三倍。

由此看来，他们的免费检测是假，牟取不当利益是真。在此，提醒大家特别是老年人千万不要中了这类圈套。

(天峰)

天意坊股份有限公司核心产品
传统酿制技艺
隆重招商

详情咨询:13598867713 13903949373



夕阳红热线:13592220003