

新闻大家谈

# 让“老漂族”的生活更幸福

“老漂族”是那些为支持儿女事业、照料第三代而背井离乡,来到子女工作城市的随迁老人。这些老人的年龄一般在50~70岁之间,和年轻人到异地打拼不同的是,他们的漂泊相对来说是被动的,他们的目的不是赚钱,而是为了减轻晚辈的压力。

“老漂族”如何找寻家的感觉、如何获得一个幸福的晚年?这看似只是单个家庭的问题,其实也是需要全社会共同去重视、去参与、去行动的大事。

**东方快评:**在以血缘和伦理为核心的传统家庭观念的驱动下,许多不再年轻的父母跨越山水和地域来到儿女身边,承担起原本不属于他们的重担。“流动的中国”创造了无数的可能和机会,为年轻人提供了越来越广阔的价值实现空间;为了实现团

聚,驱动着许多老人跟着儿女走,帮衬子女、帮忙哺育孙辈,这并非他们的角色义务,而是源于他们对子女厚重的关爱与深沉的情感。

面对这些可敬可爱的“老漂族”,小到一个家庭,大到一个城市,都应该推动实现“此心安处是吾乡”,让“老漂族”身心愉悦,更有获得感与幸福感。当“老有所为”“老有所乐”成为日常生活的主基调,“老漂族”才会对一个城市更有归属感和认同感。

**《银川晚报》:**和以前相比,随着各种保障体系的完善、精神文化生活日益丰富、生活环境更加开放包容、生活质量普遍得到提高,如今“老漂族”的身心健康水平已经提高了很多,影响这一群体幸福指数的最大因素可能还是难

以排解的乡愁。毕竟,在家乡生活了大半辈子,对故土的眷恋是根植于心的,正如那句老话所说,“哪里都不如家乡好”。此外,来自于社会、家庭、朋友的物质和精神上的支持,也是影响“老漂族”幸福感的重要因素,如果在这些方面获得的支持越多,他们的心理弹性水平就越高,心理适应性就越强,也就越能感受到幸福。

**《泉州晚报》:**随着人口老龄化进程加快,像重视“留守儿童”一样,为城市“老漂族”群体排忧解难,已经刻不容缓。如果说,留守儿童问题近些年已有相当程度的改善,那么现在“老漂族”问题是时候获得更多重视了。

近些年来,“老漂族”规模继续扩大,这给相关制度的改革和公共服务的改善,提出了

更高要求。社区可以定期组织一些老年人文体娱乐活动,丰富“老漂族”的精神生活;子女要积极帮助老人熟悉新的生活环境,给老人介绍所在城市的生活习惯、传统习俗等,让老人尽快融入新环境。同时,“老漂族”也要转变原有的养老观念,积极适应新的环境,遇到烦恼和实际困难,主动与孩子沟通交流;平时带孩子进社区、公园等地方玩时,多和年龄相仿的邻居聊天,逐渐结交新的朋友圈子;还可以积极参加社区舞蹈、合唱等团队,丰富自己的精神文化生活。同时,多关注有关异地医疗、养老落户等方面的政策,维护自身的合法权益。积极接受新鲜事物,主动融入并适应数字化社会,实现“精神养老”“文化养老”“知识养老”。

这篇文章我爱读

石家庄王银海:《“帮大姐”徐桂芬入驻短视频平台》一文中,“帮大姐”徐桂芬通过短视频平台开通诉求热线,科普法律知识,为百姓排忧解难。这位“帮大姐”是个热心肠,她全心全意为人民服务的精神,很值得赞扬,她不愧为“金牌调解员”。

石家庄韩秀菊:我看了《张春玲义务照顾素不相识的老人》一文,深受感动。张春玲年轻时一直忙事业,没来得及为母亲尽孝,这成为她人生中最大的遗憾。当她看到孤寡老人梁轻芬时,不忍心让老人流落街头,就把梁轻芬接到家里当成自己的母亲对待。

张春玲坚守初心,义务照顾孤寡老人,凝聚人间大爱。希望通过张春玲的实际行动,带动更多的人关心、关爱老年人群,让老年人感受到社会大家庭的温暖。

石家庄申德明:1月6日《精品阅读》版发表的《彭德怀的小气与大方》一文,真是一篇精品,读来令人感动不已。彭德怀元帅戎马一生,他还有一副热心肠。他对待战士如子女,视百姓胜父母,而且一生始终如一。这样的领导干部,人民群众怎能不喜欢和爱戴!

请您把近期从本报上看到的印象最深刻、最感动或最有意思的文章告诉我们,并说明理由。

邮箱: yzlnbdzcz@163.com  
电话: 0311-88629317

读者说事

## 爷孙共读“小人书”

湖北宜昌刘玉新:近日,我在网上看到“小人书”的广告便毫不犹豫买了两套,两个孙子一人一套。每套“小人书”,包括四大名著,让人一看就爱不释手。

小孙子还在上幼儿园,虽已识字不少,但“拦路虎”也很

多。于是,他央求我和他一起读。每次看“小人书”时,我们一边翻看画页,一边大声朗读。遇到孩子不认识的字,我就停下来教他发音,给他讲字义。我答应小孙子,等他读完这套“小人书”再给他买,还和他一起读。

## 阳台上的仙人掌

石家庄李培育:我家阳台上有一棵茂盛的仙人掌,它不仅美化室内环境,还能净化空气,也没有病虫害。每当看到这棵仙人掌,我便想起那位

姓姜的朋友,这是15年前他们夫妻俩送来的两棵幼枝其中之一。如今,那位老友已经离世,但象征着两家情谊的仙人掌依然在茁壮成长。

坐而论报

## 《保健支招》很实用

石家庄张英华:老按照文中的食疗方子改善胃胀气,果然十分有效。我发现周围一些订总结了一些医学专家们的研究新成果,以及一些养生妙招、心得。《保健支招》这个栏目的文章言简意赅、行文流畅,每篇我都要仔细阅读,遇到有用的文章,还会剪下来以备翻看。

按照文中的食疗方子改善胃胀气,果然十分有效。我发现周围一些订总结了一些医学专家们的研究新成果,以及一些养生妙招、心得。《保健支招》这个栏目的文章言简意赅、行文流畅,每篇我都要仔细阅读,遇到有用的文章,还会剪下来以备翻看。

报纸情缘

## 订份报纸尽孝道

邢台李向红:我的父亲爱读书看报,我每年都会为他订阅一份《燕赵老年报》。父亲经常说,一份报纸在手,既可以开阔视野,老有所乐,又可以与邻居们一起讨论时事,大家聚集在一起,同读报,共快乐。

最近,我联系了投递员

吕信国,要给父亲订阅新一年的《燕赵老年报》。投递员告诉我,每次把老年报送来的时候,可以看出父亲心中的喜悦。

今后,我要早早给父亲订阅上《燕赵老年报》,让他足不出户就能阅尽天下事,享受到精神食粮。

## 老年人的知心报

石家庄张素省:2022年,我订阅了一份《燕赵老年报》,每周一、三、五是我最期盼的日子。前段时间又到了订报的日子,我赶忙到邮局续订今年的报纸。看了一年,我深感《燕赵老年报》办得好,是咱老年人的知心朋友。

老年报紧盯老人关心的人和事,文章大多是围绕身边老年人老有所学、老有所乐、老有所为、孝老爱亲等方面的内容,适合老人阅读。

头版的《新闻一句话》可以了解河北及国内外大

事,里边的内容丰富多彩。老年报栏目多、互动性强,如《老人求助站》《记者串门》等互动栏目,《保健养生》版有老人们爱看的养生小妙招,《我游我乐》版有各地新鲜有趣的旅游见闻。这些灵活多样的内容,让老年人喜闻乐见。编辑们工作认真负责,保证了每篇稿子的质量。

《燕赵老年报》给我的生活增添了许多乐趣,既让我开阔眼界,又增长见识,我会一直订下去,愿我的知心朋友《燕赵老年报》越办越好。

提个醒

## 浴室要铺防滑垫

唐山李湘杰:一天吃完晚饭后,老伴在浴室洗澡时不慎滑倒,背部受伤,疼痛难忍。我们赶到医院检查后发现,她后背下方一处脊椎骨磕掉一小块骨头。我只好在家陪伴着老伴慢慢养伤。

事情发生后,我很后悔没有重视浴室地面的防滑,第二天便立马买来防滑垫。老伴摔伤这件事也给大家提个醒。家庭浴室地面一定要做好防滑处理,避免老人洗澡时摔倒。

老人洗澡时还要注意洗澡时间不要太长,水温不要太高,防止头晕。

大千世界  
鸡毛蒜皮  
想说说就  
来说  
来信地址:石家庄市中山路33号燕赵老年报读者茶座  
电子信箱: yzlnbdzcz@163.com

## 猜灯谜 闹元宵



2月3日,省会新华区宁安街道党群服务中心举办“猜灯谜庆元宵”活动。活动主办方为居民准备了猜灯谜、套圈、吃汤圆等活动。72岁的张保禄看着眼前一张张色彩鲜艳的灯谜纸条,开动一番脑筋后,他在纸上写下了谜底,并幸运地抽到了奖品——一袋洗衣液。本报记者 李峰 摄

## 情系老人暖意浓

本报讯(记者 杜雅楠)近日,石家庄“一家人”志愿者团队的温德军、刘意等志愿者和石家庄市第43中学部分学生代表,带着米、面、元宵等慰问品走进石家庄市部分社区,看望了独居、空巢的老年人。

“外面天气冷,快进屋坐坐。”看到志愿者们,赵翠珍赶忙热情地将大家迎进屋。

今年90岁的赵翠珍住在省会青三社区,她是一位独居老人。3年前,赵翠珍唯一的儿子不幸去世。这几年,她一直一个人生活。

看到赵翠珍推着老年助

行车站在家门口,志愿者们赶忙将她扶到了床边的板凳上,并拉着她的手嘘寒问暖。看到家里来了这么多志愿者,赵翠珍脸上挂满了笑容。

临走时,志愿者刘意将米、面搬到了赵翠珍家的厨房,并举着两袋元宵冲她笑着说:“阿姨,元宵给您放冰箱里了,您记着吃,以后我们经常来看您。”

随后,志愿者们又来到了燕港新村的王先生家慰问。今年76岁的王先生是一位空巢老人,他的两个孩子常年在外地工作。2019年,老伴因病不能自理,生活起居需要

王先生来照顾。志愿者们放下慰问品后,又开始帮王先生打扫卫生。临走时,志愿者温德军叮嘱道:“王叔叔,以后您有什么困难,一定要及时联系我。”

据悉,此次活动共为20户独居、空巢老人送去了价值900元的慰问品。石家庄“一家人”志愿者团队的刘意说:“关爱老人、孝敬老人已经成为全社会的责任,此次慰问活动就是为了给老人们创造一个温暖、幸福的生活环境,我们志愿团队要将这一行动坚持下去。”