

## 世象杂谈

## 看到“网瘾”背后的孤独

丁慎毅

近日,重庆70岁的李女士在超市门口遇到商家赠送抽纸活动,因需要关注账号再群发宣传,她便把手机交给对方代为操作,结果导致微信账号被封。李女士担心得整夜睡不着觉,哭诉老朋友老同学都联系不上了,这下子要孤独终老了。就这样,李女士当街哭诉的视频上了平台热搜。

虽然“孤独终老”的说法有些夸张,但李女士难受、着急、无助的情绪是真的,李女士坦言:“两天看不到微信,生活都没乐趣了。”由此可见,手机对李女士这样的老年人群多么重要。

有报告显示,会使用手机上网的中老年人占比超过95.6%,半数以上老年人认为智能手机在自己的生活中具有重要地位。有调查显示,上网的老年人中,过半数每天上网时长超过4小时,甚至有的老年人日均在线时长超过了10个小时。老年人沉迷手机,不但会带来身体和精神上的双重危害,甚至会把个人信息泄露出去,成为电信诈骗的目标。

对此,社会各方面都提出了一些建议,比如,子女要多陪伴老人,还有专家建议,互联网平台应推出“中老年模式”。对此,笔者认为这些建议都很好,但是效果不一定达到预期。老年人最重要的是社交需求,这就需要推动线下的市场服务和公共服务来满足。

就市场而言,要大力开拓老年人需要的产品。比如,老年玩具同时兼具了社交娱乐与康复治疗的功效,契合了老年生活的“生理、心理、社会关系”三大需求。就公共服务而言,要增加老年人线下社交的场地。城市的公园很少见到有针对老人需求的老人乐园。老人在公园里的社交活动寥寥无几。同时,老年大学和老年活动中心的数量仍然不能满足老人们学习和社交需求。笔者认为,设计线上线下相结合的创新教学方式,定期举办老年人感兴趣的线下活动等,这样才能打败老年“网瘾”,让老人的生活丰富多彩。

## “结对帮扶”工作法 为老服务新举措

本报记者 李泽佳

石家庄市长安区四水厂路社区有1864户居民,其中老年人占到了三分之一,空巢、独居老人有200余户。今年2月,四水厂路社区在对75岁以上重点人群进行分类管理的基础上,针对空巢、独居、孤寡老人开展了“结对帮扶”工作法。

四水厂路社区党支部书记左立勋介绍说,“结对帮扶”工作法是建立空巢、独居老人动态的基础信息和健康信息台账后,社区的工作人员、志愿者与老人结成对子。每周至少

进行两次随访,陪老人聊聊天,及时了解老人需求和情况。

前几天,89岁的赵女士专门到社区表达谢意。“多亏了你们,要是没有你们我都不知道该怎么办了。”赵女士拉着社工王培宇的手激动地说。

4月12日下午,正在入户走访的王培宇接到了一位志愿者的电话。志愿者说,小区里来了一名30多岁的陌生男子,自称是居民赵女士的朋友。赵女士要和这位陌生男子去银行取钱。王培宇听到这儿,立即前往赵女士所居住的单元楼。刚到赵女士居住的单元

楼下,王培宇就看到陌生男子和赵女士正准备出门。看到王培宇佩戴着袖标,陌生男子迅速离开了。原来,陌生男子向赵女士推销了1万多元的保健品,在花言巧语的诱惑下,赵女士准备去银行取钱。

“赵奶奶,购买保健品最好和家人商量一下。实在拿不准时,可以找邻居、找社区,我们随时随到。”王培宇说。

4月19日,四水厂路社区的网格员朱亚轩像往常一样,帮着77岁的苏彦卿买了几样新鲜蔬菜。苏彦卿无儿无女,只有一位在外地居住的妹妹。

老伴去世后,苏彦卿就独自生活在水泵厂宿舍。虽然苏彦卿的日常生活可以自理,但因为高龄独居并患有多种基础疾病,朱亚轩把她列为重点关注对象。每隔一天,朱亚轩都要到苏彦卿家看看,或是打个电话唠唠家常。

今年2月的一天,朱亚轩到苏彦卿家探访,发现她的行动变得迟缓了。“昨天不小心闪了腰,老了不中用了!”苏彦卿说,以后她就没办法下楼活动,也没办法去买菜了。“阿姨您放心,有我们呢!您看看想吃啥蔬菜,我去帮您买。”从那以后,朱亚轩默默承担起了给苏彦卿买菜的工作。

如今,朱亚轩每周都按时给苏彦卿买菜。为了让苏彦卿妹妹安心,朱亚轩还会不定期的和她沟通苏彦卿的近况。

## 特别提示

## 明日立夏

本报讯(记者 张可心)5月6日2点18分34秒将迎来立夏节气。立夏,是二十四节气中的第7个节气,夏季的第1个节气。进入立夏时节,人们的新陈代谢加快,容易感到倦怠,老年朋友应合理安排作息时间,补充营养物质,采取正确的养生保健方法。

## 东垣历史文化研讨会召开

4月26日,东垣历史文化研讨会在东垣古城遗址公园召开。石家庄市网络文化研究会会长李东顺(图中左二)主持会议并向东垣古城遗址公园赠送了书籍《城韵华章》《河北地方志》,以及“石家庄城市源流探讨专刊”和书法长卷《东垣古城遗址公园赋》。

研讨会上,著名历史学家栗永作了“解读东垣探源石家庄”的专题报告,细致讲解现阶段如何定位东垣及东垣意义,详细讲述了东垣古城的发展脉络,并向东垣古城遗址公园赠送了《东垣传奇》一书。



本报记者 杜雅楠 报道

## 模样千千万 都是思乡情

## 故土,一个永不忘却的记忆

本报讯(记者 李峥)4月21日,本报刊登了《随迁老人用不同形式回味乡愁》的稿件后,不少读者朋友联系本报编辑部,分享各自回味乡愁的经历。

今年85岁的韩秀菊是一位退休干部,煎鱼和锅贴承载着她对故乡的回忆。“我的老家在保定市蠡县北绪口村,紧靠着潞龙河西岸。在我儿时的记忆里,潞龙河河床宽阔,鱼虾成群,往来船舶川流不息,一派繁荣景象。”韩秀菊说,上世纪50年代,父亲带领乡亲们靠着潞龙河致富。当时,韩

秀菊的父亲是“合作社”的社长,他要求社员们每家织两米长的渔网,然后再将这些渔网连接在一起进行捕鱼,每次都能收获几百斤鲜鱼。渔业的蓬勃发展不仅提高了乡亲们的收入,还改善了大家的伙食,乡亲们都爱做煎鱼和锅贴。“我做的玉米面锅贴味道清香,金黄酥脆,搭配上喷香的煎鱼,美味可口,百吃不厌。我曾对父亲说过,能吃一辈子煎鱼、锅贴就是幸福。”

前两年,在两位女儿的陪同下,她回到了北绪口村和家

乡的亲人团聚。午饭时分,香喷喷的煎鱼和玉米面锅贴被端上了饭桌,这令韩秀菊非常惊喜。“这两道菜不仅是家乡的味道,更是对家乡浓浓的乡情。”韩秀菊说。

在石家庄市小谈村有一位爱种牡丹的老人,这位老人名叫李玉荷。每逢牡丹花期,李玉荷自家小院里雍容华贵的牡丹花总会引得邻居们驻足观赏。

今年65岁的李玉荷是河南洛阳人。前几年,她离开生活了几十年的老家,来到石家

庄给儿子看孩子。“牡丹花朵艳丽,寓意吉祥富贵、繁荣昌盛,我非常喜欢。”李玉荷说,离开洛阳时,她特地带了许多牡丹种子。到石家庄后,她将牡丹种到了儿子家的小院。每年4月初,这些牡丹都会盛开,看着满院子怒放的牡丹,李玉荷仿佛回到了家乡。

“在观赏牡丹之余,我还把一部分花籽送给了几位养花的邻居,希望石家庄也能和洛阳一样,到处都能看到牡丹花。”李玉荷说。

## 新闻追踪

讲文明树新风 公益广告

## 勤劳人 吉祥人

中国精神 中国形象 中国文化 中国表达

中国网络电视台  
中国之声 玉兰花开