



老年人因何“沉迷网络”？

核心观点

阻止老年人沉迷网络,关键还是让他们忙起来,忙点其他有益的事,充实其内心,从而让老人与网络保持安全的距离。

□ 本报评论员 洪盛勇

以前,很多年轻人沉迷于网络世界,让家中上了年纪的长辈不解甚至责怪。然而,本报记者近日走访调查发现,随着互联网的普及以及APP的适老化,许多“银发族”会熟练地使用智能手机设备,在给他们带来便利的同时,许多老年人也沉迷于网络中难以自拔。

老年人沉迷网络,不是什么好事。确实,对老年人来说,网络本身不是洪水猛兽,但古人言,过犹不及,物极必反,沉迷网络也如此。沉迷就容易把网络不好的一面放大,让老人受伤害。对此,市民张女士就深有体会。凌晨一点多,母亲房内还隐约透着亮光,市民张女士知道,母亲这是又躲在被窝里刷短视频了。“现在也不出去跳广场舞了,天天只要一没事就玩手机,吃饭看视频、洗衣服看视频、上厕所也看视频……她本来眼睛就有问题,晚上玩手机还不开灯。”张女士说,母亲今年65岁,现在常常玩手机至深夜甚至次日凌晨,每天手机刷视频10多个小时。显然,沉迷于手机世界,首先就对身体造成伤害。需要注意的是,这只是老人沉迷网络的表层危害。

老年人沉迷网络究竟是因为什么? 原因很多,其中之一,应该是空虚,空虚就容易滋生各种欲望,就容易被网络吸引,沉迷网络。

“这个APP 看一个短视频能得10个金币,凑

够一万个金币可以兑换一元钱。”“这个APP 走路步数可以换现金,只要在看够要求次数的广告就能提现。”一个又一个能“赚钱”的APP 让市民余大妈每日沉浸其中,不但耗费了大量时间,还影响了身体健康。记者了解到,像余大妈一样热衷于在软件上挣钱的中老年人很多。虽然挣到的钱相当有限,却要付出很多时间和精力。想挣点钱当然情有可原,谁不喜欢钱? 问题是,他们真的很缺钱? 多半也不是。关键还是空虚。如今的老年人有大把的空闲时间,如果不加以科学利用,就很容易把注意力转移到一些不好的地方,比如被挣钱APP 勾引。假使让老人忙起来,忙一些其他有意义的事,内心充实,那他们还会在乎那点小钱吗? 我想不至于。如此,也就不会整日捧着手机了。

这样看来,阻止老年人沉迷网络,关键还是让他们忙起来,忙点其他有益的事。忙则会少一些空虚,忙则会多一些充实,当内心充实了,自然就不会把注意力全放在网络上面了。政府社会家庭要充分认识阻止老年人沉迷网络的重要意义,多掌握老年人的内心需求,搭建各种老年人活动平台,提供各种机会,让老年人参与社交活动,参与家庭社会事务,充分发挥他们的余热,充实其内心,从而让老人与网络保持安全的距离,使他们不再被网络所伤害!

希望这样的一天早点到来!

2023,跟非标电动车说再见

核心观点

我们要转变思想,以利国利民的高度来看待这件事,并借此契机,做到规范电动车行驶,推动丽水的交通文明上一个新高度。

□ 市直 郑震

据本报报道,2023年1月1日起,全省所有备案非标电动自行车不得上道路行驶。如果继续违法上道路行驶,公安交管部门可以处以300-500元罚款,拒不改正的将被没收车辆。今年以来,丽水市积极推动备案非标电动自行车提前淘汰置换工作,通过“企业让一点”“回收抵一点”“运营商惠一点”“金融机构助一点”等方式,鼓励广大市民提前淘汰非标电动车。还没有置换电动车的市民朋友要抓紧时间了,淘汰置换非标电动车事关交通安全,全社会要齐心协力争取做到提前完成。

有关部门要加大宣传力度。我市在之前就已经通过电视、报纸、微信等方式宣传过鼓励备案非标电动自行车提前淘汰置换工作的政策要求、具体方案和操作流程,如今进入置换淘汰工作的冲刺阶段,要想方设法增加宣传工作的针对性,做到有的放矢,提高市民进行淘汰置换的积极性。在有条件的情况下,相关部门要尽可能摸清备案非标电动车的底数,然后根据国标电动车的备案资料,通过大数据对比车主,精确定位还未淘汰置换的车主,做好淘汰置换政策的宣讲,充分说明非标电动车的对交通安全的危害,争取市民的理解与支持。但绝对不能操之过急,避免伤害群众的感情。只要能激发广大市民的智慧

与力量用于淘汰置换工作,那么这项任务必然能够圆满完成。

广大市民要积极进行配合。可能会有市民会认为,原来的非标电动车用的挺好的,现在换购新的国标电动车,即使有补贴,也要3000多块钱,实在是浪费资源。然而不仅要算小帐,更要算一笔大帐,推广国标电动车不仅能推动电动车产业健康发展,更有助于消除安全隐患,保障老百姓的出行安全。我们要转变思想,以利国利民的高度来看待这件事,并借此契机,做到规范电动车行驶,推动丽水的交通文明上一个新高度。

之前电动车胡乱行驶并不罕见,乱闯红灯、随意穿梭时有发生,要借新国标电动车的东风,进一步规范电动车的行车秩序,引导广大市民养成文明的驾驶习惯。我们要积极参与到改善交通秩序的进程,毕竟文明行驶关系到我们每一个人的生命安全,需要大家的共同付出。广大丽水市民不仅要主动带头做到淘汰置换非国标电动车,更要做政策的宣传者和监督者,对还没有淘汰和置换的亲朋好友做好宣传引导,共建一个安全文明的丽水交通新秩序。

全社会马上行动起来,共同参与非标电动自行车提前淘汰置换工作,我们一定能够跟非标电动车说再见,让丽水街头再无电动车乱象,营造人人文明驾驶的良好氛围。



辞旧迎新 给自己多一份认可

核心观点

希望每一个人在辞旧迎新的时候,都可以去发现在过去一年里的各种收获,并且对新一年有更加清晰的规划与认识。

□ 遂昌 唐诗奕

时间过得很快,一下就到12月了,距离崭新的2023年只有短短二十几天的时间了。

面对辞旧迎新,要做的事情有很多:学生党要迎接着重期末的各项考试;工作族要准备着年末的各项收尾工作……大家都希望可以为了2022年画上一个圆满的句号。回顾总结,有人会认为自己这一年收获到了很多,或许是在这一年里学习到了新技能、增长了新知识;又或者是在这一年里完成了买房或者买车的目标,距离自己理想中的生活又更近了一步;或者遇到了与自己合拍的人,顺利脱了单……也有人觉得,自己在2022年里碌碌无为,没存下什么钱,没学习到什么新技能,更没认识什么新朋友,不仅觉得2022年过得没意义,对接下去即将到来的2023也充满了迷茫,不敢定目标,也不敢抱希望。但其实,每个人的收获各不相同,或大或小,但都是属于自己不一样的经历,需要被我们去发现与认同。

收获意味着得到。有人认为,这份“得到”应该就是指物质上的,所以找到了工作、取得了学位、买了房、买了车,又或者找到了对象脱了单才算是有所收获。但如果一个人在这一年里都没有这些物质上的收获,那么他算是一事无成的吗? 实际上,收获的得到很多时候不能完全用物质方面来体现。比如,虽然暂时的自己还没有找到合适的工作、没有考到心仪的成绩,但在这一年里,自己没有被打挫折击败;又比如,当下的自己确实跟其他同龄人相比,少了一些物质上的衬托,但积蓄了前行的经验与教训……这样的情况其实有很多,虽然暂时的自己跟其他同龄人相比,确实物质上不够富有,但自己做的每一次努力,都是一种收获,需要我们去发现并且认可它的存在。

大家都希望在回顾一整年时,可以成为收获满满的那一个人,而收获不应该仅仅只局限于物质上的得到,精神上的富足也是很关键的。毕竟,我们在想得到某一件事物的时候得要有精神上的支持才会有动力去全力以赴,所以,发现自己、认识自己的付出与努力是非常重要的。希望每一个人在辞旧迎新的时候,都可以去发现在过去一年里的各种收获,并且对新一年有更加清晰的规划与认识。相信在不久的将来,我们都可以凭借努力得到自己想要的结果。

声明: 本报《念白勺·杂谈》版倡导百家争鸣,所有言论皆为一家之言,不代表本报立场。