

漂泊他乡 托举子女 精神孤独

都市老漂族的价值与苦闷

老漂族,那些为帮子女照料孩子,从老家来到城市的老年人,是现代家庭生活的“银发摆渡人”,却也承受着独特的价值与苦闷。

生活 三点一线,心有拘束

来到子女所在城市,老漂族的生活节奏彻底改变。不少老人过着家、学校、菜市场“三点一线”的日子,从早到晚忙碌不停。他们不仅要负责接送孩子、买菜做饭、打扫家务,还得在子女下班晚时,送孩子去各种补习班。即便如此辛苦,子女回家后,往往只顾自己,老人感觉自己像被判了“有期徒刑”,被“坐牢”般拘

束,住在有限的住房里,压抑又无奈。而且,有些老人面临多个子女难以平衡、惦记留守老伴、兼顾父母养老等问题,内心纠结却常被子女忽视。

家庭 关系磨合,矛盾频发

在子女家常住,老漂族要面对复杂的家庭关系,其中婆媳关系处理难度最大。儿媳的消费观念、生活习惯常让婆婆看不惯,而婆婆的管教方式也可能引发矛盾。亲子关系同样存在矛盾,尤其是中年叛逆期问题。一些老漂没意识到子女已成家,仍像从前那样管教,而子女组建小家庭后渴望独

立自主,却因经济、生活不能完全独立,导致母子矛盾频发。

精神 孤独难耐,渴望交流

老漂族在精神上常感到孤独。子女上班后,家里无人聊天,即便孩子在身边,也因各自玩手机而缺乏交流。有的老人为排解孤独,主动走出家门,参加文娱活动或捡垃圾。捡垃圾对老人来说有多重功能,既能增加收入,又有休闲和社交功能。然而,部分子女缺乏关心老人的意识,把工作中的负面情绪输出给老人,甚至挑剔求全,让老人内心委屈。

养老 归属感弱,选择多样

老人口中常说“女儿家”“儿子家”,却很少用“我们家”,这反映出他们在子女家缺乏归属感。依靠老漂父母的支持,城市青年家庭低成本解决了家务和幼儿看护问题,但不能过度浪漫化老漂生活。西北农林科技大学人文社会发展学院教授陈辉表示,老漂族需要“被看见”,被全社会、社区、民政部门看见,但最关键的是被子女看见。子女应重视老漂的操劳付出、情感和心理需求,学会做称职的儿女。

孙毅

S 时事速递

13项举措激发民间投资新活力

日前,国务院办公厅印发《关于进一步促进民间投资发展的若干措施》,提出13项政策举措,进一步激发民间投资活力、促进民间投资发展。

这些举措聚焦扩大准入、打通堵点、强化保障三个方面。国家发改委将进一步建立健全跨部门工作推进机制,推动相关部门和各地方细化实化政策举措。此外,还将持续开展民营企业投资服务,畅通民营企业投资渠道,支持民间资本更多投向生产性服务业等领域。

刘坤

我国专利申请量蝉联全球第一

日前,世界知识产权组织发布年度报告《世界知识产权指标》。该报告指出,2024年全球专利申请量和全球外观设计申请量继续攀升。经历两年放缓后,全球商标申请量呈现复苏迹象。中国表现突出,三项申请量均居全球首位。

报告显示,2024年全球专利申请量实现连续五年增长,创下370万件历史新高,增幅达4.9%。中国以180万件专利申请蝉联全球第一,随后是美国、日本、韩国和德国。计算机技术依然是全球已公布专利申请中出现频率最高的技术。

薛婧萌

我国冰雪产业规模预计破万亿元

随着冬季到来,全国各地冰雪运动设施相继运营,掀起了新一季冰雪热潮。

北方冰雪设施陆续运营,南方则通过旱雪场、室内滑雪场实现四季冰雪运动。新疆可可托海室外滑雪场、黑龙江和吉林的传统滑雪场均迎来客流高峰。

不同类型冰雪场地供给丰富,参与人群稳步扩大,带动产业快速增长。数据显示,2024年我国冰雪运动产业总规模达9700亿元,同比增长约9%,预计2025年将突破1万亿元。

央视

T 图片新闻



“毛衣树”

近日,随着气温下降,北京国际关系学院为校园内的部分梧桐树穿上“毛衣”,吸引师生打卡拍照。图为一名学生拍摄校园内的“毛衣树”。

张祥毅

科学家研发出“可自主学习”类脑芯片

西班牙《趣味》月刊网站报道,韩国科学技术院科学家研发出“频率切换神经晶体管”类脑芯片,基于“内在可塑性”原理,能自主调整反

应,实现个体层面学习。其内部“忆阻器”协同工作,具有自调节、稳定可逆特性,还具备抗损伤能力,受损后能自主“重新学习”。未

来,该技术可应用于自主机器人等领域,虽距商业化尚远,但标志着“会学习的机器”进入进化新阶段。

韩超

科普课堂 实操指导 守护社区中老年健康

健康领航员讲座收获满满



□本报记者 高海涛/文 刘佳莹/摄

13日13时30分,黑龙江省哈尔滨市道里区经纬街9号会议室内座无虚席,一场以“守护中老年健康——消化系统肿瘤和‘四高’疾病防治指南”为主题的公益讲座正式开始。本次活动聚焦中老年群体高发健康风险,特别面向健康领航员群体开展专业培训,旨在通过系统科普与实操指导,助力更多



人成为健康守护使者,推动哈尔滨市消化系统肿瘤和“四高”免费检测项目落地见效。

快速识别高风险人群特征 专家现场教学领航员

活动特邀民生项目执行组王可心担任主讲嘉宾。讲座中,王可心结合全球及我国癌症发病数据,重点解读了结直肠癌等消化系统肿瘤的高发态势与危害,详细介绍

了结直肠癌、胃癌的高危因素,包括40岁以上年龄、家族病史、不良饮食习惯、吸烟饮酒等,帮助现场领航员快速识别高风险人群特征。此外,对哈尔滨市消化系统肿瘤和“四高”免费检测项目的参与方式进行细致解读。

该项目自2024年4月1日起启动,面向45-64周岁具有哈尔滨市户籍或居住证、无结直肠癌病史的居民,提供结直肠癌(粪便DNA甲基化检测)、胃癌(幽门螺旋杆菌检测)及“四高”(血压、血糖、血脂、尿酸)检测服务。王可心现场演示通过“健康哈尔滨服务平台”公众号进行预约报名、报告查询及粪便DNA甲基化检测阳性居民肠镜预约的完整流

程,明确了不同检测项目的出报告周期。特别提到,本次民生项目中粪便DNA甲基化检测阳性居民根据补贴政策最高可享受1200元肠镜补贴政策。

现场领航员认真记录、积极互动,围绕居民常见咨询问题展开提问,王可心逐一细致解答。

健康领航员点赞活动 守护社区中老年健康

活动第二阶段由哈尔滨市南岗区荣市社区卫生服务中心团队接棒,指导学员如何完成项目预约的操作流程,现场展示粪便检测包使用方法并提供给现场报名的学员。

讲座结束后,大家纷纷

表示,讲座内容实用、指导性强,不仅丰富了自身健康知识储备,更明晰了免费检测项目的推广要点和服务流程,为后续更好地引导居民参与检测、守护社区中老年健康奠定了坚实基础。

同时,若有符合条件、有意参与消化系统肿瘤和“四高”免费检测项目的老人,也可携带身份证件前往全市任一社区卫生服务中心/卫生院咨询报名,及时享受专业检测服务,名额有限,先到先得,让我们共同守护自身健康,早预防、早发现、早干预!



时光邮局

在小镇的旧巷深处,有一家神秘的时光邮局。它外观古朴,门楣上刻着“时光邮局,寄往过去与未来”的字样,仿佛在诉说着不为人知的故事。

一天午后,阳光慵懒地洒在邮局的青石台阶上,一位白发苍苍的老人缓缓走了进来。他的脚步有些蹒跚,眼神中却透着坚定。

“您好,我想寄一封信。”老人的声音带着岁月的沧桑。

我微笑着迎上前:“当然可以,请问您要寄往过去还是未来?”

老人沉默了片刻,缓缓说道:“寄往过去,寄给四十年前的自己。”

我微微一怔,随即递上纸笔。老人接过,手微微颤抖着开始书写。信纸上的字迹歪歪扭扭,却饱含深情。

“亲爱的四十年前的我,当你看到这封信时,不要惊讶。我是四十年后的你。此刻的我,站在时光的这一端,回首往事,有太多的遗憾和感慨。我想告诉你,不要因为一时的挫折而放弃梦想,不要因为害怕失败而不敢尝试。那个你深爱的女孩,勇敢地去追求她,不要让爱情留下遗憾。还有,多花些时间陪伴父母,他们老去的速度比你想象中要快得多……”

老人写完后,将信小心翼翼地递给我,眼中闪烁着泪光:“一定要把它送到啊。”

我郑重地点点头:“您放心,时光邮局一定会完成使命。”

老人离开后,我按照时光邮局的规则,启动了时光传送装置。看着那封信消失在光芒中,我仿佛看到了四十年前的老人,正怀揣着梦想,勇敢地面对生活。

从那以后,老人时常会来时光邮局坐坐,和我聊聊他的过去和现在。而那封寄往过去的信,就像一颗种子,在时光的长河中生根发芽,让他在未来的日子里,少了许多遗憾,多了几分温暖与满足。