

老年日报

2026/03/30

星期一

丙午年二月十二

总9728期

今日8版

中国百强畅销报刊



年长者的精神家园

北京、广州、哈尔滨、西安、南京、济南、郑州、石家庄同步印刷



中国邮政发行畅销报刊

国内统一连续出版物号:

CN23-0018

邮发代号:13-18

标题新闻

时政

★外交部:严肃敦促日方让日本的年轻一代了解历史真相

★十四届全国人大四次会议8406件代表建议统一交办

★两部门发文:到2030年实现高校科普工作全覆盖

★2月全国查处违反中央八项规定精神问题16299起

经济

★市场监管总局:2025年全国新设个体工商户1619.4万户

社会

★黑龙江省部署网络餐饮食品安全专项整治 严查“幽灵外卖”

★国家文物局:三年排查发现事故隐患12.7万余处,整改完成12.3万余处

从“数字新手”到“内容达人”

银发族玩转数字新生活

社交媒体上,银发面孔正改变人们对“老”的印象。国际媒体纷纷聚焦银龄内容创作者,他们作为全球社交媒体增长最快的用户群体,投身创作、展示生活,影响旅行消费趋势,改变衰老认知。

“十五五”规划纲要提出加强公共设施适老化改造、开展“智慧助老”行动。截至2025年6月,我国60岁以上网民规模达1.61亿,互联网普及率超52%,老年群体正从网络使用者转变为内容创作者,融入数字时代。

90岁的王老先生,生活丰富多彩,打球、跳舞、拉琴等样样不落。自2024年“重阳节节点奶茶”经历走红后,他决定拍视频分享日常,一年多收获10万粉丝。他的故事并非

个例,银龄群体凭借亲和力和真实感,成为影响受众旅行和消费决策的重要力量。彭博社称,他们走红展现了网络世界存在感和价值的提升。

为何老人们的视频受年轻一代欢迎?中国人民大学靳永爱教授分析,老年人阅历丰富,平和朴实的表达能给年轻人经验和慰藉,跨越代际的情感连接消解了年轻一代的焦虑孤独,也让银龄群体更有获得感。中国老龄科学研究中心辛涛表示,老年群体成为数字内容生产者,是多重因素共同驱动的结果,他们通过创作带动了多方面发展,转化为社会新动能。王老先生称网友回应是坚持的动力,希望用生活态度感染更多人。

61岁的潮女士是受欢迎的银发创作者,她记录生活变化,乐观幽默吸引30万粉丝。但她作为出镜者,不能独立完成视频制作,很多工作靠儿子儿媳帮忙。对许多老年人而言,驾驭数字工具、独立完成创作仍是挑战。有报告指出,提升老年人数字素养是释放数字技术价值的关键。国际上,日本有“社区数字支援员”制度,新加坡推出“数码乐龄计划”;中国实施国家标准,多地社区开展教学、上线适老化设备。辛涛评价,这些做法从零散帮扶转向系统支持,从活动式推进转向制度化保障。靳永爱认为,新平台要让老年人觉得好用,网络课程是很好的尝试,代际支持也助力银龄群体融入数字世界。

72岁的法国华侨邓红,拍摄短视频给了她生活支点,让她觉得不会老。她打算学习视频制作,借助AI平台为视频搭配文案。全球范围内,日本96岁的森滨子因游戏实况走红,美国78岁的林恩·斯莱特亮相时装周,都证明创造力不随年龄消逝。

靳永爱表示,老年人不是被动照顾群体,也在积极参与社会建设。技术与观念的双重适老成为共识,从王老先生到潮女士再到邓红,银发创作者正融入数字时代。辛涛称,共建老年友好型社会需持续深耕,让数字技术红利人人可及,不让老人掉队。

任海

多家机构上调 美国经济衰退概率

由于美以伊战事延宕给美国经济带来额外下行风险,多家机构近日上调美国经济陷入衰退的概率。

穆迪分析公司模型显示,美国经济在未来12个月陷入衰退概率已升至48.6%;高盛集团将这一概率提高到30%;美国威尔明顿信托公司和安永-博智隆公司分别预计美国经济陷入衰退概率为45%和40%。而通常情况下,这一概率应为20%左右。

穆迪分析公司表示,衰退风险“高到令人不适且还在继续升高”,经济衰退已是一个真实威胁。
新华社

春风和煦 耕作忙

时下正值春季农事关键期,各地农民抢抓农时,开展春耕作业,田间地头一片忙碌景象。图为河南省三门峡市灵宝市西阎乡西古驿村农民在麦田进行“一喷三防”作业。新华社



速效救心丸可“随身”但不要“贴身”

日常生活中,不少人习惯将速效救心丸贴身存放,方便随时取用,但从药品保存和实际效果来看,这种做法并不妥当,甚至可能在关键时刻影响药效,埋下隐患。

速效救心丸的主要成分包含冰片等易挥发物质,对储存

环境的温度、湿度都有严格要求。人体正常体温在37℃左右,贴身携带会让药物长期处于高温环境中,会加速有效成分挥发,导致药效大幅降低,若长期贴身放置,药物的急救作用会明显减弱,突发不适时可能无法达到理想的缓解效果。

正确的储存方式,是将速效救心丸放在密封药瓶中,置于阴凉、干燥、通风处,环境温度最好不超过20℃,日常外出可放在随身背包、手提袋的独立药盒内,远离热源和阳光直射即可。

欣闻

商务部:推动老字号集聚发展

商务部消息,商务部正在开展老字号集聚发展试点工作,从产品、品牌、文化、行业、出海等五大方向促进老字号集聚发展,更好满足人民美好生活需要。

商务部将以试点形式在有条件的地区培育一批

老字号品牌汇聚、地域特色鲜明、历史底蕴深厚、综合效益良好的商业街区、商业综合体、产业园区、服务平台等。

在品牌方面,依托步行街(商圈)、特色商业街区、产业园区及线上平台等多载体,

打造一批老字号品牌旗舰店、总部基地、品牌空间;

行业方面,聚焦老字号相对集中的食品、餐饮等行业,培育一批具有行业带动力和国际竞争力的老字号产业集群。

经辛

旅游强国怎么建?

《中华人民共和国国民经济和社会发展第十五个五年规划纲要》提出,深化以文塑旅、以旅彰文,推进旅游强国建设。

在全国人大代表、无锡拈花湾文化旅游发展有限公司董事长吴国平看来,一方面,要始终把“便民惠民”放在首位,既提升旅游公共服务体系,破解群众出游的共性难点;也要让更多旅游红利向基层倾斜,带动群众增收致富。

文化和旅游部负责人表示,要以文旅融合为主线,以智能化、融合化为重要着力点,推动传统旅游业迭代升级,推动文旅深度融合发展,培育跟着演出、影视、赛事、非遗去旅行等品牌,推出文旅商体农工等融合发展新业态,培育新的增长点,创造新价值、形成新优势,更好满足群众需求。

新华社

两会精神看落实

今日微推荐

扫码更精彩

老年日报
微信

科学选奶一看就会

龙健康

花粉季防护指南