



活到老精彩到老

□袁剑锋

“家人们，我们又见面了……”每个周六下午，家住老兵营小区的刘希英老人就笑眯眯地坐在手机屏幕前，开始直播。聊故事、谈人生……刘奶奶直播时谈笑风生，还能熟练地操作各种应用软件，谁能想到，老人家曾经因脑出血瘫痪，现在是二级残疾。80岁的刘奶奶慈祥、温和，直播风格就如日常唠嗑，被网友亲切地称作“刘大姐”“刘妈妈”“刘奶奶”。（《太原晚报》4月6日）

太原市第七次全国人口普查公报显示，全市60岁及以上老人已达85.45万人，占总人口的16.11%。人均寿命延长、生活质量提高，让老年人对晚年生活有了更多的期待、更高的要求。

“莫道桑榆晚，为霞尚满天。”老年是

人生的重要阶段，虽然年纪大了，但仍然可以有作为、有进步、有快乐。为此，近年来，我市聚焦老年人多方面需求，从居家生活、健康支持、智能应用、交通出行等方面营造老年友好环境。各街道和社区也从老年人的实际需求出发，积极开展各种主题的文体活动，营造敬老、爱老、助老的氛围，让老年人拥有更加幸福、祥和的晚年生活。

那怎样的晚年才算精彩呢？有的老人像刘希英那样，跨越“数字鸿沟”，玩转新鲜事物；有的老人学习各种知识，充实精神生活；有的老人积极发挥余热，参加志愿服务；有的老人热爱体育运动，崇尚健康时尚；有的老人热衷游山玩水，开启了一场场的旅行……

热爱生活从来不分年龄，老年人群体同样可以朝气蓬勃，同样可以过上自己向往的生活。如何才能让晚年生活精彩起来？总结身边有为老人的经验，一是要养成健康的生活方式，定期锻炼身体，保持良好的饮食习惯和充足的睡眠；二是要维护良好的社交生活，与亲朋好友保持联系，积极参与家庭和社会活动；三是要保持积极乐观的心态，对自己的晚年生活充满信心，多了解学习新鲜事物；四是要学会享受生活，追求自己的爱好，追求身心的愉悦。

春蚕不老，夕阳正红。每位老人都能老有所为、老有所乐、老有所享，也是老龄化社会中每个家庭的希望。让社会、家庭和个人一起努力，帮助老年人收获更加精彩和幸福的晚年生活。

拒绝低价诱惑 不仅仅靠“扛”

□薄 鸿

100块钱去趟厦门、50块钱去趟河北……低价团队游，销售目标主要是老年人群。记者调查发现，很多老人乐于参加这类低价旅游团。他们经熟人介绍，且结伴出行。你和他们聊起参加低价旅游会不会被频频要求购物，老人们表示，这就要靠自己坚持。他们坚持住了吗？（《太原晚报》4月4日）

个别旅行社推出低价团队游。较低的价格是否意味着较低的品质，不得而知。但一些老人还是心甘情愿地“上当”了。

我国早在2016年就发布了《旅行社老年旅游服务规范》，对行程安排、交通工具、接待服务、安全提醒、应急处理等方面提出了细致要求。例如，如果老年旅

游者有购物需求，应选择货真价实、服务质量较高的购物场所。旅游产品宜一价全包，不宜再安排自费项目。连续乘

坐汽车时间不应超过2个小时，每个景点应安排充裕的游览时间等等。

以购物为目的的低价旅游团显然无法达成这样的要求，而根据《旅游法》第三十五条规定，旅游经营者和旅行社不得存在“诱骗”“强制消费”“安排购物”等行为，否则游客有权在旅游行程结束后三十日内，要求旅行社为其办理退货并先行垫付退货货款，或者退还另行付费旅游项目的费用。

有了法律法规的保障，老人只要是在正规旅行社报团，完全可以“避坑”。而法律法规看起来是捆住了旅行社的手脚，保护老年人的利益，其实也是在保护旅行社的利益。旅行社要做的应该是踏踏实实提高老年旅游团的品质，把价格定在合理的区间，赢得老年消费者的心，让老年人在适当消费的同时，真正享受到旅游的乐趣。这样才能让老年旅游市场健康发展、持续发展。



王成喜/漫画

近段时间，武汉大学副教授夏柱智课题组的最新调研成果受到关注。课题组发现，农村青少年群体尤其是留守儿童，智能手机成瘾，已经到了濒临失控的地步。

（《扬子晚报》4月6日）

“调整优化高等教育学科专业设置。”

近日，教育部会同国家发展改革委、工业和信息化部、财政部、人力资源和社会保障部，印发《普通高等教育学科专业设置调整优化改革方案》。《改革方案》提出，到2025年，将优化调整高校20%左右的学科专业布点，新设一批适应新技术、新产业、新业态、新模式的学科专业，淘汰不适应经济社会发展的学科专业。

（《新京报》）

“不让老百姓的钱变‘毛’。”

中国人民银行行长易纲近日在2023中国金融学术年会暨中国金融论坛年会上表示，物价稳定和汇率基本稳定，最终都是为了守护好老百姓的“钱袋子”，不让老百姓手中的钱变“毛”。

（中国人民银行官网）

“没有‘全国统一大市场规划司’。”

针对“近期有人自称国家发展改革委全国统一大市场规划司特派专员并开展相关活动”一事，5日，国家发改委发布郑重声明，国家发展改革委内部没有“全国统一大市场规划司”相关机构，从未组织过相关活动。

（中央政法委长安剑）

投稿邮箱:tywbplb@163.com

微评

畅通生命通道 莫存侥幸心理



□孙达佳

为维护辖区治安环境，有效解决占用堵塞消防通道问题，4月4日，长风社区网格员和社工对小区的消防安全开展巡查走访，畅通消防通道，守护居民生命安全。（《太原晚报》4月6日）

不下雨，便不带伞了。即使下起雨来，顶多淋个“落汤鸡”。然而，对于消防通道问题，却不可抱有侥幸心理。因为一旦遭遇火灾等紧急情况，道路被堵，救援无法到达，付出的将可能是生命的代价。

“没地儿停车，先在路中间停会吧。”“高层很少有人上下楼，放点杂物也没事。”有人认为，出事故的几率很小，何不如先方便自己。为此，不少社区每隔一段时间会对小区做安全巡查，发现居民在楼道堆放杂物，都会敲开门让居民清理干净。但检查的人前脚刚走，很快杂物就又堆积起来。究其原因，还是漠视生命，害人害己。前不久就有报道，一小区发生火灾，因为私家车占用消防通道，居民将车掀翻。

时间就是生命，消防通道是生命通道，它是迅速扑救火灾、地震逃生、抢救人民群众生命财产、减

少灾害损失的重要前提，也是外界救援力量第一时间到达现场的重要通道，必须时刻保持畅通。《消防法》第28条规定：任何单位、个人不得占用、堵塞、封闭疏散通道、安全出口、消防车通道。《消防法》第60条规定：占用、堵塞、封闭消防车通道的，妨碍消防车通行的，对单位责令改正，处5000元以上5万元以下的罚款，对个人处警告或者500元以下的罚款。经责令改正后拒不改正的，可以采取强制拆除、清除、拖离等代履行措施强制执行，所需费用由违法行为人承担。占用消防通道的行为，显然已涉嫌违法了。

对此，需要社区、物业等管理方积极探索，可设置小区“曝光台”，将占用消防通道的情况曝光，发挥警示作用。公安等部门要加大执法力度，对于占用消防通道却拒不改正的人，纳入诚信记录，提高违法成本。有关部门还应从城市规划、社会治理等方面做长远谋划，解决停车难的问题。同时，加强消防安全知识宣传教育，提升市民的文明素养，让生命通道畅通无阻。



太原市文明办
太原日报社