

银发族“触网”越来越潮

花瓶种菜老来闲

尧天

日前,中国社科院联合腾讯发布的《中老年互联网生活研究报告》显示,“银发族”正通过自己的生活经验,形成独特的新媒体使用文化,更多使用手机导航、制作表情包等新潮功能。同时,免费领红包、赠送手机流量和优惠团购商品,成为中老年人受骗三大陷阱。

心灵鸡汤最受欢迎

邹洁阿姨是位新媒体“达人”。“用微信联系亲友,在微博上发表随想,通过手机软件生成各种新颖照片形式,还用手机看视频……”提到自己手机上的APP,邹阿姨侃侃而谈。

邹阿姨平时会保存一些图片,配上文字制作表情包问候亲朋;她还在网上搜索教程

自学软件装卸,根据自己需要重装了手机系统和软件。

摸索、学习、适应,邹洁是中老年人接触新媒体的典型代表。正如调研报告所显示,除了沟通交流之外,越来越多的中老年人已经学会了手机导航、制作表情包等新应用。

调研同时发现,中老年人上网浏览主题排名靠前的,是和慰藉心灵、调节情绪有关的心灵鸡汤和幽默段子,其次是时事新闻、养生保健和情感生活。

新体验让人“上瘾”

“这反映出老年人得到的社会情感支持少而单一,更容易感到社会疏离和情感隔离。”南京大学教授陈云松说,新媒体能够满

足中老年人在获取资讯、参与社会、增进情感三方面的需求,容易让他们对线上生活产生满足感和依赖感。

正因如此,一些老人甚至有点“上瘾”。在河南漯河,一位老人为在“微信运动”上获得更多点赞,每天走路几小时,双腿酸胀还要坚持,引起家人担心。北京一位阿姨凌晨用唱歌APP录歌,甚至把社区暂时不用的音响拉到家里,与邻里闹出许多不快。

中国传媒大学传播研究院教授张开分析,出现这种现象,一是由于老人们渴望交流,渴望被关注;二是缺乏自我管理意识,尤其是对使用新媒体时可能产生的负面效应缺乏认识。对此,需要提高中老年群体的媒介和信息素养,引导他们会用、用好新媒体。(宋宇)

岳父退休后,每天无所事事,看见别人养花种草,心里就痒痒的,自己鼓捣又不懂花草的习性,想到自己年轻时曾种过菜,就想种植蔬菜,可家是楼房,没有菜园子,在花盆里面种得不美观。有天他在街上闲逛,看别人插花从中得到启示,玩起了花瓶里面种蔬菜的绝活。

岳父把蔬菜的观赏性放在了第一位,精心选菜,精心选瓶,讲究菜与瓶的最佳搭配,最大限度体现瓶和蔬菜的和谐美。阳台上是一面绿墙,绿墙的下方是一个长方形浅底硕大的玻璃花瓶,上面铺着一层浅浅的沙土,墙上挂上一张绿绳编织的细网,纤细鲜绿的长蔓顺着细网爬了上去,上面长满了鲜绿的心形叶子,叶子的中间,缀满了洁白的的小小的蝶形花。它素雅、大方,像壁虎一样贴在了墙上,给小屋带来了浓浓绿意。这只是一颗极普通的眉豆,竟让岳父装扮得绿意盎然。

客厅的茶几上,一个细肚粗颈的硕大陶瓷花瓶,塞上了泥土。上面是又大又圆的红色物体,再上面是生长着鲜绿的叶子,大约有三四片。红红的身体上,碧绿的叶子,身体一半埋在花瓶的土里,一半露在外面,这种绝佳的红绿搭配给人一种惊艳夺目的视觉效果,让人产生一种由衷的愉悦之情。这是一颗平常的萝卜。

餐桌上放的一个水晶的茶杯形的花瓶,里面装满了土,上面长着一株小树,树上结满了小指头那样的红果,红红的似玛瑙,赛珍珠,从客厅望去就是一片红云,浅绿的叶子很小很少,让人想到秋天熟透的酸枣,叶子飞落,只剩下红红的果实。如果走近看得仔细点,会发现软茎后是涂了绿颜色的铁丝和绑的绿绳子。当然你也肯定猜出这是小西红柿。

最让人叫绝的是,在书桌前放着的双层花瓶,里面种上一株普通的辣椒,浅绿的茎蔓上长满浅绿的叶子,叶子的中间镶嵌上粉红色的小花和垂着的许多长长的尖椒,有几个已长满了大肚腩,像刚吃饱奶的婴儿的肚子。夹层放着几只彩蛋,仿佛这株辣椒就是这几只彩蛋描绘出来的。

岳父在花瓶里种的蔬菜,看似平常,实则倾注了他的心血,如果没有他的精心培育和管理,哪能有精妙绝伦的艺术品。岳父花瓶里种蔬菜,美化了家里的环境,给家人带来了美的享受,又充实了他的退休生活。岳父每天乐呵呵地给花瓶里的蔬菜浇水、施肥、捉虫、修剪……

KTV里的银发团

在KTV里,这无异是一个潮流:工作日的下午场,正在被中老年消费者填满。这种娱乐方式早已难称时髦,但突然在暮年的热情席卷之下重焕青春。

在微信群里相识

这些人不少是“群友”。59岁的张团荣是一个“歌友群”的群主,对于微信上的朋友,她秉持六字防骗箴言:“不轻信,不深交”。在微信群里,张团荣是名为“风华”的女士。她“人气高”,号召起来人家愿意来。一个群里无论多大年龄,男的就叫“男生”,女的就是“女生”。

李秀退休后比工作时更忙了,学摄影、学舞蹈。李秀的手机总是在振动,是各个微信群的活动提醒。她不得不向舞蹈班请假,好赶赴同一家KTV的两场活动。每隔一个小时,她就要去另一个包厢露个脸唱首歌兼顾一下。跟她一起玩的伙伴有69岁的李青竹和60岁的李湘,她俩一个上着电子琴班,一个正学京剧。

李秀内心清楚:过了70岁,仍能自由活动的可能性越来越低。“我这一生还有10年可以玩。”她平静地微笑着说。

不额外花钱

一家KTV的负责人说,这些老年人通常不点餐,也不会再在果盘、零食上花钱。他们一般用塑料兜自带瓜子和水果,有时会有阿姨去零食贩售处借水果刀切开半只西瓜。他们基本人手一个保温杯,频频要求加热水。

军歌是点唱热门

张团荣记得自己少女时代的偶像是军人,女孩子流行买白布染绿,做出一个军队式的绿书包,再去照时髦的军装相。她的歌友中有一位,18岁时曾在入伍的最后一轮测试被刷掉。她对此遗憾不已,每进KTV必定点一遍《绿色军衣》。

李青竹则爱和李秀合唱一首儿歌《我们的田野》。这首歌作于1953年,但KTV里播放的画面取自韩国的偶像电影。歌词没变:“风吹着森林,雷一样的轰响……去建造楼房,去建造矿山和工厂。”她说,“我在这首歌里生活过。”(王梦影)



快乐的退休生活

谢建群

一次邻居邀我到她家作客,欣赏她侍弄的花草,一进门就被浓郁的花香所吸引,我边赏花,边听邻居的介绍,觉得养花挺有意思的。临走时,邻居送了我两盆兰花,从此,我就喜欢上了侍弄花草,在阳台上摆弄出几十盆花草,有铁树、菊花、吊兰、月季花、石榴、文竹等。大大小小的盆盆、罐罐,占满了整个阳台。平时给它们浇浇水,修修枝,培培土,移挪挪,像爱护宝贝似地侍弄花草。花分枝了,送给朋友一些,看着别人笑嘻嘻地拿走自己的劳动果实,心里也特别高

兴。阳台上,一年四季,花香不断,心情怡然,当然,看见有花草枯萎了,心里总有说不出的痛楚。老舍先生在《养花》一文最后说:“有喜有忧,有笑有泪,有花有果,有香有色,既须劳动,又长见识,这就是养花的乐趣。”

花草是天然的清道夫,是除尘器,可以净化空气,清除空气中的有害物质,特别是在对付甲醛上颇有功效。有的花香味对一些细菌的生长繁殖具有明显的抑制作用,像丁香、茉莉、玫瑰、紫罗兰、薄荷等植物可使人放松、精神愉快、有利于睡眠。所有这些

都是我从书上、网上看的,听养花的同行介绍的,有些是在我的生活中感受的。侍弄花草,怡情养性,增长知识,的确好事一桩。同时,我把养花经验写成《养花心得》,放到自己的QQ空间里,让众人共享。

退休后,因喜欢而有了一个个爱好,有限的时间被一个个爱好填得满满当当的,生活丰富而有趣,精神乐观而充实。我觉得退休不是人生的终点,而是人生道路上的一个驿站。退休后,照样可以老有所学,老有所乐,老有所为,“莫道桑榆晚,为霞尚满天。”

创建全国文明城市系列公益广告

手拉手 厚德筑城

心连心 文明立身



欢迎下载云邵阳新闻客户端
邵阳日报社新媒体中心宣

