



责任编辑：赵昂
新闻热线：(010)84151048
E-mail:zhaoaang880318@163.com

靠什么戒除青少年网瘾

赵 昂

10月15日，安徽省合肥市中级人民法院针对一名少年被家长送入当地一家特训学校戒除网瘾后死亡的案件，对学校负责人和教官等人，以涉嫌故意伤害罪、非法拘禁罪或涉及数罪公开审理。在此之前，各地“戒网瘾”机构对进行学员不当管教的事件多次出现。

在这一案件中，18岁时死亡的被害人，从初二开始频繁出入网吧，家人为了将他从网络游戏漩涡中拉出来，采取过许多措施，例如将其送入动漫培训学校等，最终没有办法才将其送入“戒网瘾”学校。

事实上，许多青少年沉迷网络，主要是沉迷于网络游戏之中。毕竟，相对于游戏，其它互联网上接触到的信息，比如新闻、购物、影视剧等，都不可能长时期反复占用时间。更令人忧心的是，青少年接触网络游戏，已经从PC端变成了移动端。在个人电脑时代，家长尚可以通过控制家庭电脑使用，控制零花钱不让去网吧等方式来管束孩子，但到了移动互联网时代，许多游戏就安装在手机之中，孩子可以随时打开，难受管控。

对于许多农村留守儿童而言，他们大多远离父母，且在校集中住宿，手机是联络家人必不可少的工具，学校难以入手管理，老师和家长也对低龄青少年过度使用手机可能带来的危害性缺乏了解，自然导致许多孩子手机网络游戏成瘾，难以戒除，不仅影响了学习，也影响了包括视力在内的身体健康。

尽管对于网瘾是否属于精神类疾病，上瘾到什么程度才算网瘾，目前精神医学界并无统一认识和相应标准，定义与标准尚处空白，临床治疗更无从谈起。但是，网络成瘾，特别是网络游戏成瘾，已经开始被各界关注。世界卫生组织已经在今年6月18日发布的《国际疾病分类》第11次修订版(ICD-11)中，将游戏障碍添加到关于成瘾性疾病的章节中，希望促使各国卫生专业人员更加关注此类障碍的发生风险，以及制定相关的预防方案和治疗措施。

而在国家卫生健康委员会发布的《中国青少年健康教育核心信息及释义(2018版)》中，也对青少年网络成瘾的现象进行了梳理总结。对于网络成瘾这一行为问题，其给出的应对答案是“掌握科学的应对方法，保持积极向上的健康心理状态，积极参加文体活动和社会实践，有问题及时求助”。

换言之，戒除青少年网瘾，关键在于预防网瘾。如果家长能够在青少年接触电脑和手机之初，就进行相关教育，并且自己以身作则不做“电脑奴”或“手机奴”，增多陪伴时间；如果教育主管部门和学校，能够组织充足的文体活动和社会实践，将网络游戏从青少年的时间和精力中“挤出去”，把积极向上的学习、文化、娱乐和生活内容“挤进来”，网络游戏自然在青少年中就没有了成瘾空间；当然，相关主管部门也应当对于未成年人上线网络游戏有所限制，这一点，仅靠企业自律是远远不够的。而在丰富青少年文体活动和社会实践内容上，有关部门和社会组织也应当参与其中，提供更多的学习、文化、娱乐和实践资源，以促使青少年形成积极向上的健康心理状态。

2000余名登山爱好者兰州登高

本报讯 日前，“2018全国重阳登高健身大会”西部会场暨兰州安宁“体彩杯”九州台登山活动在兰州市安宁区盛大举行。来自全国2000余名登山爱好者在美丽的九州台风景区共同打造了一场以“相约重阳节，登高揽九州”为主题的体育盛宴。

“2018全国重阳登高健身大会”西部会场暨兰州安宁“体彩杯”九州台登山活动由中国登山协会、中国老年人体育协会、甘肃省体育局、兰州市体育局、兰州市安宁区人民政府主办。组委会还设置了摄影大赛，登高途中随处可见摄影爱好者们穿梭在九州台的万千风情中，分享精彩瞬间。(社文)

e路同行”防止职工受骗

本报讯 为进一步增强网络安全意识，防止职工轻信电信诈骗，中建二局公司华东分公司开展“e路同行 共筑网络安全”法制主题系列活动。

职工打开微信扫一扫，进行“网络安全测试”，测试内容涉及文明上网、安全上网、法律责任等多个方面，考题兼具知识性、互动性及趣味性，在分公司范围内掀起了增网络安全知识、强网络安全意识的热潮。(秦闻)

公益健步走活跃职工生活

本报讯 近日，中建八局华北分局和中建土木公司共同举办的“辉煌中国，精彩八局”北京赛区公益行健步跑活动举行。本次公益行健步跑活动，包括5公里快乐跑和10公里健康跑，中建八局700余名在京职工参加。

从1998年入驻北京至今，中建八局华北分局从无到有，从小到大，在北京范围累计获得国家级工程优秀奖81项，其中鲁班奖9项，国优工程10项，詹天佑大奖8项，14次获得全国和北京安康杯劳动竞赛先进单位称号。(朝阳)

老年人与年轻人“资源之争”如何破解

新闻广角

本报记者 黄仕强

“这是物管的问题，关你什么事？别倚老卖老。”重阳节来临前，在重庆大渡口的一小区物管处，一位年轻男子指着一位老人的鼻子说道：“别以为你年龄大就可以随便指手画脚，把情况弄清楚了再说话。”

原来该男子楼上住户家的水管爆裂了，而当事人都在外打工，让住在楼下的男子遭了殃，找物管解决问题，但物管推三阻四，于是该男子就骂了物管，恰巧老人与被骂的物管相识，为了帮物管出气，老人就与男子对骂并动手。

记者了解到，当年轻人与老人发生矛盾时，总有一种所谓“老人变坏”和“坏人变老”的观点，这样偏颇的观点无助于老龄化社会带来的各项新问题。

如何面对“为老不尊”？

10月15日，重阳节前，28岁的程晨(化名)遭遇了让她哭笑不得的事。当天早上她坐公交去解放碑上班，看到了老人强行占座的一幕。老人看上去颇有精神，上车后发现没座位，又没人让座，先是要求一位年轻女孩让座，但没有成功，后来老人居然直接坐在了女孩身上，场面顿时混乱不堪。“面对多名乘客的指责，这位老人就像没事人一样，无奈之下女孩只好起身下车。”

“尊老、敬老这是传统美德，我们肯定会发扬下去，但面对‘为老不尊’的人，我们该怎么办？”程晨

说，“有些老人在挤公交车的时候个个都是‘方世玉’，上车后看到没座位就变成‘林黛玉’，让上班族们十分狼狈。”“那些办了老年卡的老人退休了，但每天出行非得挑上上下班高峰期。”一位上班族称，他遇到过一些老人没事就去挤公车“玩”，上班族反而不去车。很多老人睡得早，起得也早，有时为了去买一点新鲜的蔬菜或听说哪个超市在打折，不惜跑遍全城，反正坐车也不要钱，上车后又有年轻人让座人或者要求年轻人让座。”

除了让座问题之外，老年人广场舞扰民的冲突也屡见不鲜。有年轻人向记者反映，小区篮球场、羽毛球场等也已经被老人当成了跳“坝坝舞”的场所，弄得大家打个球还要跑到高校或体育馆。

“去过很多发达国家和地区，对于老人不是完全免票，而是采取‘老年票’制度，予以优惠。”上班族向记者表示，很多矛盾冲突，有关方面没有尽到应尽的管理和调解职能，导致爆发点变成了一味指责“坏老人”。“比如体育场所冲突，社区可以通过协调老年人和上班族不同的活动时间来解决，比如老年人白天，年轻人晚上，而不是一味回避，或者偏向一方。”

不能因为个别现象否定“尊老”

“我知道现在很多年轻人对老年人都有点偏见，但我们也有苦衷。”今年67岁的刘师傅曾是重庆一机械制造企业的技术人员，由于老伴去世比较早，两个孩子又不在重庆，没什么兴趣爱好的他，最喜欢做的是一个人乘坐轨道交通，到主城区的各个角落去逛逛。

刘师傅说，很多老人和他一样，属于城市中的“空巢老人”，某些老人与年轻人产生冲突或者喜欢

对年轻人说教，往往是因为自己回家后无人可说，或许有些方式方法不对，太由着自己的性子了，但人越老越小，并非“老不尊”。“我不排除某些老人本性出了问题，但这也只是极个别的情况。”

“老人们不受人尊敬的情况还是存在的，但绝不会成为社会主流。”重庆一高校的老师李浩认为，老人不受后辈的尊重很大原因是出现了感情矛盾，并不是说年轻后辈不爱老人，也不是老人道德缺失行为不检，而是两代人情感需求上的错位与冲突，个别老人们有些许过错，不能给所有老人都贴上标签，这无助于社会和谐。

也有老年人反应，自己与年轻人的矛盾冲突增多，其实是老龄化社会到来后的资源配置问题——日益增长的老年人数量，与老年人所拥有的社会资源存在矛盾。

据全国老龄办统计，截至2017年年底，全国60岁以上老年人口达2.4亿，占总人口比重达17.3%，预计到2020年，全国60岁以上老年人口将增加到2.55亿人左右，其中独居和空巢老年人将增加到1.18亿人左右。

重庆市老龄办委员的相关工作人员表示，随着人口老龄化加剧，老年人的“占领”会越来越多，有些是显性的，有些是隐性的，上班高峰时老人外出锻炼、买菜坐公交，引起上班族的抱怨，都是老龄化的外在表现。这更凸显出老人活动场所与老人数量的不对等，加之老人的行为及沟通方式与年轻人有差别，使得矛盾出现。

倡导和而不同

事实上，针对老人持老年卡免费乘车，致使年轻

的上班族无车可坐的情况。有人提出，可以对其乘车次数或者时间进行限制，比如每月只能免费乘坐多少趟，超出后需要照常收费，或者在早晚高峰期乘车需要自行缴费等。“一名老人和一名年轻人争座并冲突，细究具体原因，不排除老人也存在问题。但面对老人，年轻群体还是有必要表现集体低姿态。”从事养老服务行业的李维认为，去跟老人“讲理”，这不是一个尊老爱幼社会应当鼓励倡导的，值得倡导的是“和而不同”。每个人都可能有变老的时候，也没有一个人那么容易“变坏”，不同群体不同的处事方式背后，应该还有共同和普遍的人性和道德准则。

采访中，不少学者对秉持着“老人变坏”、“坏人变老”观点的年轻人进行了批评。他们认为，“老人变坏，坏人变老”之说能在流传开来，甚至在网上被个别老人津津乐道，背后则是个别网民的叛逆性心理。“对老人不良的具体行为我们当然可以指出，但对‘老人’这个概念，对‘变老’的那个群体，应永远都要抱尊敬的态度。”

此外，重庆司法界的从业者坦言，老年人失德，甚至犯罪，有其自身特殊的原因。进入老年期后，人的判断能力下降，行为控制能力减弱，记忆力衰退，反应迟缓，老年人辨认和控制自己行为的能力会逐渐减弱，更主要的还是缺乏来自家庭和社会的足够关爱，心理上容易产生孤独感和失落感。

因此，要加强整个社会的道德建设，从正面引导，将尊老爱幼的传统美德持续发扬下去，同时社会还要为老年人创造出多元的业余生活选项，引导老人们形成多元的文化兴趣，拓展老人的公共文化空间和公共活动空间；而子女们也应当更多关注老年人的精神需求，避免老人出现因孤独、空虚而失德，甚至违法犯罪的情况。

10月25日，游客在唐山市开滦国家矿山公园蒸汽机车观光园参观。

近年来，河北省唐山市将工业旅游作为推动资源型城市向创新型城市转型的重要抓手，以工业旅游“小切口”做活城市转型大文章，打造“中国工业文化旅游城市”。新华社记者 杨晓龙 摄

泉州打造居家养老服务“外卖”平台

本报讯(记者吴锋思)近日，福建省泉州鲤城区江南街道、金龙街道与江南社区卫生服务中心签订合作协议。未来两个街道将依托江南社区卫生服务中心，筹建一批社区健康服务点和居家养老服务站，通过医养结合打通居家养老的“最后一公里”。

据了解，泉州城市社区居家养老服务站已实现全覆盖，农村居家养老服务设施加快建设，2019年可提前完成省定60%覆盖率目标。近年来，泉州市在加强政策保障、资金支持、机构管理的同时，积极通过政府购买、市场运作，促进居家养老服务向社会化、信息化、市场化、品牌化经营转变。

“老人有什么事，只需拿出之前我们免费发放的一部手机，拨打特定的服务号码或按住手机上的‘SOS’键，就能接通公司养老服务信息服务平台，家政人员会上门为老人提供助洁、助浴、助餐等各类服务。”泉州市一家养老服务公司的相关负责人介绍。

2014年起，泉州从居家养老服务供给侧改革着手，探索政府采购、市场运作“互联网+智慧养老”模式。目前，全市共有15万名老人享受政府购买的居家养老服务，政府为每位符合条件的老年人每月购买20元的信息服务费，让老年人享受“互联网+智慧养老”服务。

工业旅游成为唐山转型发展新名片



本报记者 彭冰 柳姗姗

今年39岁的北京妈妈刘启芳，还记得5年前自己作为“社会新阶层人士”，受统战部门之邀，参观吉林省心脏病医院的情形。“在小儿病区，我和女儿遇到一个5岁小姑娘，女儿递上棒棒糖，小姑娘面无表情地收下了。随后，小姑娘对我说：‘阿姨，妹妹给我糖我很高兴，但我不能高兴，因为我一高兴就会死！’这个女孩患有先天性心脏病，一激动就会晕倒。所以，她小小的年纪便学会了情绪控制。”

这件事情给了刘启芳以震撼，之后的5年里，她克服重重困难，影响并带领一支上千人志愿者团队，四处奔走，使吉林省近万名贫困心脏病患者得以接受免费手术，重获新生。

“一高兴就会死”

记者见到刘启芳时，她刚回到位于吉林省心脏病医院5楼的“吉心工程”办公室。刘启芳本在北京工作和生活，是一家年收益过亿元的文化传播公司的合伙人。

刘启芳当时遇到的“一高兴就会死”的小姑娘，所患心脏病绝非绝症。“只要手术就能恢复，但家里实在没办法拿出5万元、10万元。因为孩子总住院，老公也跑了。”小姑娘的妈妈，悲戚的面容中带着坚强，“砸锅卖铁我也要给孩子治病，只希望我能比孩子活得久……”

初为人母的刘启芳，不禁泪下：“女儿出疹子，我心疼得3天没睡觉。如果父母因为没有钱，只能眼睁睁看着孩子随时离开世界，该是怎样的不能承受之重啊！”她了解到，吉林每年有10万人患心脏病，大量患者在农村，因无钱手术，就医者不足五分之一。而有关方面一直想推行“单病种路径治疗定额付费”，即经新农合和医保报销后，只需慈善基金再补充些差额，就能让贫困患者实现免费手术。

如果在吉林省心脏病医院实施这种项目，每募集1万元慈善基金，即可挽救一个心脏病病人的生命。

“不过，要想做好这件利民之事，还需有人帮助做项目包装、推广……”闻听情况，刘启芳基于自身职业优势，当即揽下了这份“义工”。这个专门救助吉林省农村贫困心脏病患者的项目，就叫做“吉心工程”。回到北京后，刘启芳处理完手头工作，便带着尚不能离开母亲照料的幼女，踏上了前

北京妈妈抛家舍业扎根吉林农村做公益，4年救治贫困心脏病患者9221人

以一颗“心”换万颗“心”

送演出下乡，融项目介绍于剧目之中……

“你是北京人在吉林能坚持多久？”

虽然项目宣传推广效果不错，但新的问题接踵而至：当地政府没有足够人力接手。刘启芳横下一条心：组建“吉心工程”专业志愿服务团队，自己带头干！2014年8月5日这天，刘启芳正式给自己定了个目标：5年筹集1亿元，救助1万人。

“不靠谱，一个北京人来东北做公益，还不是摆花架子？”募捐时，刘启芳四处遭遇别人白眼，还有人猜测：这位漂亮女子大概是因感情受挫，才孤身带着孩子离京。面对非议，甚至救助对象的不理解，身陷困境的刘启芳，偷偷哭了鼻子。

前来探望的亲生父亲见状，送她一句话：“人生就像洪流一样，只有碰到暗礁，遇到困难，才能激起浪花。”第一年几乎没来看望过的丈夫，也开始每周末坐火车到吉林，陪着刘启芳一起下乡，“特别支持你，老婆！”

“你是北京人，能在吉林待多长时间呢？有太多公益项目都是说的特别好听，最后却做不到。你要是能在长春待两三年，我就信你……”不少企业家这样对刘启芳说。“时间会证明一切”，刘启芳决意“为爱打赌”。2015年，她把北京的公司交了出去，彻底扎根吉林。

“专注做这一件事，做得我都有点‘着魔’了，逢人就说‘吉心工程’，有一次在飞机上，我跟邻座聊了一路，最后他慷慨解囊捐了4万元；还有一次坐火车，一位全职妈妈被打动，不仅捐款1万元，之后还经常带着她的两个孩子来参加活动，成了团队志愿者……”

“可以说，我的团队都是在为爱打赌，我们不知道未来会怎样，但我们相信，只要能改变身边的一点点，把每个人心中的善念激发出来，就能让这个世界

变得更美好。其实人人都有向善之心，只是有的人失去了相信的能力。”刘启芳说。

爱心在传递下去

2015年底，全国公益人物评选首次增加“三农公益人物”，吉林省电视台总监刘彦建议刘启芳参选。

时值秋冬交替，正是心脏病高发期，刘启芳忙得脚不沾地，无意参选，但刘彦的一席话改变了她：“你要站在更高的舞台上为吉林农民发声，这不是你个人的荣誉，而是你的责任，也有利于今后募款。”

“没想到，在全国众多候选人中，我竟会成为唯一的公益获奖者。真正令我高兴的是，很多企业开始主动找上门来捐款！”刘启芳说。

同时，中华儿慈会、上海宋庆龄基金会、上海华侨基金会等也纷纷参与到项目中来。这股爱心洪流，挽救了一个又一个家庭，迄今已有9221位贫困心脏病患者成功接受免费手术，其中最大的70岁，最小的只有9个月。

一年正月，一对夫妻坐了4个小时的车来找刘启芳。“我们就是想穿件新衣服跟你合影，今年春节，终于过得像个人了！”原来，妻子产后得了心脏病，身体极为虚弱，经常喘不上气，家中所有重担都压在了丈夫身上，而高额治疗费又使本就贫困的家庭雪上加霜，全家人一年到头都没个笑模样。成为“吉心工程”救助对象后，女人做完手术恢复了健康，家庭有了“新生”。

那一刻，刘启芳觉得，付出的一切都“太值了”。“吉心工程”服务团队，现有21名专职人员，还吸引了上千名志愿者，到今年底，他们将提前一年完成救助1万人的目标。“最让我欣慰的是，受志愿团队影响，许多被救助者的家属也走上了无偿献血、助人为乐之路。”