

微信群聊、在线K歌、用APP录制广场舞视频——

# 银发族网络社交寻找新乐趣

本报记者 肖婕妤  
本报实习生 曹 靖

“我要赶紧发个红包，和亲戚们报一下喜！”孙女士出生后，65岁的王女士立即在微信亲戚群里发了20个红包。“一下子就被抢光了。你看，亲戚们都发来了祝福呢！”王女士一边盯着微信跟亲戚互动，一边满脸生花地跟记者说道。

像王女士这样爱用手机上网的老年人不在少数。一家数据研究机构统计，截至2018年12月，我国50岁以上的移动互联网用户数量已经超过5000万，其中微信月人均使用时长接近1400分钟。

微信群聊、录制视频发布到社交平台、手机下棋、在线K歌……时下，越来越多的老年人将交际圈移至线上，在网络社交中寻找新的乐趣。

## “幸好有微信群帮我打发时间”

“孩子不在家，老伴也不在，我一个人怪无聊的。”65岁的李风云告诉记者，两个女儿平时工作很忙没时间陪自己，老伴又喜欢和北京的钓友一起去钓鱼，平日家里就自己一个人。除了和邻居聊天、逛超市，生活中的休闲娱乐少之又少。

“幸好有微信群帮我打发时间。”一个月前，李女士的老同学建了微信群把大家联系在了一起，被拉进群的她像发现了新大陆。

## 项目夜校给职工集体充电

**本报讯** 近日，中铁广州局二公司贵南项目职工夜校开讲了。

项目组建伊始就开办了职工夜校，旨在营造一个良好的学习氛围，积极引导职工在岗位上学习，帮助职工在岗位上成才，提高职工的业务素质水平，助力企业高质量发展。

该项目部始终把职工夜校作为提高职工技能素质的有效载体，力求发展人才强企的战略，做好职工夜校培训工作。现在，夜校已成为项目部广大职工的“加油站”，参加学习的队伍也越来越庞大，学习内容已逐渐融入企业文化、自身素质、专业知识、施工规范解读、安全质量管控等方面，并不断创新学习形式，使广大职工在学习中获取所需的“精神养分”。

（王杨 李志强）

## 徐盐高铁热滑试验启动

**本报讯** 9月9日，新建徐盐高铁热滑试验正式启动，标志着该铁路离开开通运营迈出了关键一步。徐盐高铁是国家高速铁路的重要组成部分，正线全长316.27公里，设计时速250公里/小时，是沟通苏北腹地与华中地区、东南沿海的大动脉，对完善江苏省交通运输具有重要意义。

徐盐高铁通车后，线路行驶时间将由原来的6小时缩短到1.2小时。联调联试过程中，中铁上海工程局针对工务、信号、通信、供电、热滑等多项方案编制，结合施工生产实际情况，制定了全员参与、人人有责的安全质量负责制，确保“生产无事故、质量有保障”，严格按照施工技术标准，严守工程安全质量，最终确保联调联试顺利进行。

（华先 申佳佳）

# 海阔凭鱼跃

（上接第1版）

记者了解到，2018年四川省职业教育阶段财政经费投入为122.1亿元，较上年的111.9亿元增加10.2亿元，增长9.1%。在职业教育制度改革方面，省教育厅完善了“知识+技能”的考试评价办法，通过实施单独考试招生、技能考试招生、技能拔尖人才免试招生等改革吸引职业教育生源。同时还推进了中高教育集团衔接，实现中高职在教育方面的有机衔接，职业教育与普通教育相互融通，职前教育与职后教育有效衔接，“中职—高职—应用型本科—专业学位研究生”培养体系基本打通，体现终身教育理念的四川现代职业教育体系初步建成。

创新育人机制，做强“工”字招牌。四川省通过建立多主体、跨区域联合举办职业教育集团，实现职业学校教育和职业培训的统筹。并出台《四川省职业学校校企合作促进办法》，深化“引企入教”，以实现产教融合、校企合作、工学结合、知行合一育人机制的逐步形成。做好前端人才培养后，该省认真开展了职业技能鉴定机构检查评估，使技能鉴定工作更加规范高效。

为了激发技校教师的积极性，四川还制定了《四川省技工院校教师职称评审办法》，增设正高级职称，拓宽技工院校教师发展空间。引导企业建立技能人才培养激励机制和首席技师、特聘技师等技能带头人制度，健全体现技能价值的分配制度。

**以钉钉子精神做好改革大文章**

作为四川省产业工人队伍建设改革的牵头部门，四川省总工会一刻不敢松懈。

四川省总相关负责人告诉记者，过去一年时间里，省总通过组织开展了第八次全省职工队伍状况调查和各专项课题调研，形成《加强我省产业工人队伍建设支撑经济高

“群里每天从早聊到晚，大家分享自己的生活，发各种各样的图和表情包，可好玩啦！”

在女儿的帮助下，她已经学会了怎么在微信里发语音、分享短视频。现在没事做的时候她就打开微信群，和老同学们聊天。“看到大家丰富多彩的生活，我觉得自己的生活好像也跟着丰富了起来。”

最近，李女士看到朋友圈里有人发旅游美照，她的心也按捺不住了。她看别人去新疆拍的照片挺美的，就在微信里约了几个老同学，打算10月份一起去新疆走走。

据第三方平台统计，与亲朋友友随时联系、维系熟人圈是银发人群使用互联网最重要的需求。《中老年互联网生活研究报告》显示，超八成中老年人都会在微信中发表情包、在朋友圈与他人互动、接收或发微信红包，近七成会拍摄和转发小视频。在中老年人最常参与的旅游、运动健身和广场舞活动中，微信超过了电话和面对面沟通，成为最常用的联络方式。

## 多元社交生活带动“银发经济”

今年刚退休的王女士一刻也闲不下来。喜欢跳舞的她最近迷上一款叫“糖豆”的APP，每天至少要花一小时在上面观看、学习各种广场舞。只要天气好，她都会约上老伴外出跳舞，偶尔还会拍一段自己跳舞的视频发到APP上。“还有不少网友给我点赞呢！”王女士神色骄傲地说。

从小区广场舞到把舞蹈分享到线上、从

公园合唱团到网络K歌……移动互联网在一定程度上改变了银发人群的娱乐生活。与此同时，网络社交娱乐需求让不少银发族产生了新奇感和消费欲，银发经济也成为不可忽视的消费新势力。而社交媒体的兴盛与移动支付的便利，也在潜移默化地影响着老年群体的消费模式。

每天在公园跑步的李大爷是运动APP“Keep”的忠实粉丝。他告诉记者，自己不仅会每天在“Keep”上打卡和跑友分享运动成果，还会在里面的“运动商城”里购买运动装备。前段时间，他看中一个运动手环，“大家都说好用，价格也不贵”，不到几秒的功夫，便用微信支付的方式把手环买了下来。

根据全国老龄工作委员会发布的《中国老龄产业发展报告》，2014年至2050年间，中国老年人口的消费潜力将从4万亿元增长到106万亿元左右。有数据显示，2016—2021年老年人在社交娱乐、养生理疗和照料看护方面的消费增速预计分别达到22.0%、19.0%和16.0%，银发经济将成为消费升级的新蓝海。

## 分辨网络信息真假成一大难题

老年人在社交上积极“触网”带来了新的生活方式，但部分问题也开始浮现。其中，如何分辨网络信息的真假成为困扰他们的一大难题。

“转基因食品有毒，你还在吃吗？”不久前，李风云在朋友圈转发了这篇文章，而在一个星期后，这条消息就被辟谣为假新闻。



“中国草”织就百年技艺的传承与新生

荣昌夏布织造手艺人黄秀英在介绍当地妇女儿童手工制作的夏布创意工艺品(9月11日摄)。

苕麻，俗称“中国草”，以其为原材料织造而成的荣昌夏布被誉为“轻如蝉翼，薄如宣纸，平如水镜，细如罗绢”。百余年来荣昌夏布的织造技艺不断传承与融合，越来越多用荣昌夏布制作的工艺品，如团扇、提包、挂画等出现在人们的视野中。

新华社记者 唐奕 摄

（上接第1版）

“出勤公开大家看”“任务公开大家干”“考核公开大家鉴”“评先公开大家选”……在国网湖北电力系统，2250个班组(营业厅、供电所、变电站)，通过公开出勤、考核、评先等与职工切身利益密切相关的事项，形成心中明、家底清、人心顺、企业兴的良好氛围。

在襄阳，企业厂务公开栏几乎每家企业都有，有的公开工资，有的公开职工提出问题的解决进度，有的公布职工对工会的满意度。在保康县义林水电开发有限公司的厂务公开栏里，职工对工会的满意率达到95%。“通过厂务公开，职工和企业劲往一处使，关系更融洽了。职工收入和企业效益年年增长，我们工会的工作也更好开展了。”公司工会主席李晓笑着说。

湖北省总有关负责人表示，厂务公开，解

（上接第1版）

距离双清别墅不远，始建于明代的来青轩，在1860年曾遭英法联军焚毁，后在遗址上改建公寓。党中央进驻香山后，这里成为朱德、刘少奇、周恩来、任弼时等中央领导人办公居住地。

20世纪90年代以来，作为全国爱国主义教育示范基地，双清别墅每年都迎来大量企事业单位、学生团体和游客参观学习，成为开展红色教育的热门场所。此次双清别墅内的毛泽东办公居住房屋，“毛泽东同志在香山”展览和六角红亭等建筑也得以修缮、完善。

记者从香山公园获悉，8处革命旧址共陈列家具、办公用品、生活用品等各类展品9495件，都是通过多方渠道征集、购置和复原的。为了最大限度还原历史，展品在展陈上颇费功夫。大到毛泽东的办公桌、沙发、警卫室的吉普车，小到一根铅笔、一盒火柴，每件都经过反复斟酌、比对，才最终确定。

## 上千件文物集结 开国大典“大红灯笼”亮相

在香山脚下，北京植物园不远处，一座坐北朝南、依山就势的恢宏建筑——香山革命纪念馆也拔地而起。纪念馆内，面积6000平方米的《为新中国奠基——中共中央在香山》主题展览，以全面丰富的展陈内容及多样的展陈形式，向人们全景式生动呈现了以毛泽东同志为核心的党中央在香山驻留期间为新中国诞生奋斗的光辉历史。

新中式风格的香山革命纪念馆，总体布局沿南北向主轴线展开，分为两层，建筑高度22.5米，建筑面积1.8万平方米，在远山掩映下，透露出自然质朴、稳重庄严的气质。

香山革命纪念馆常务副馆长唐开文说，

中国社科院社会学研究所发布的《我国中老年人互联网生活研究报告》显示，在互联网上当受骗过(或者疑似上当受骗过)的中老年人比例高达67.3%，受骗的类型主要是免费领红包(60.3%)、赠送手机流量(52.3%)和优惠打折团购商品(48.6%)。

“老年人对谣言的分辨能力较弱，很多不法分子正是利用了这一点以及老年人勤俭节约、重视健康的心理，编造谣言，进行诈骗。”常年从事老年人服务的社区工作者罗旭告诉记者，在自己的朋友圈内，经常能看到中老年人朋友转发诸如《伏天喝热水可逼出深入骨髓的寒气》《喝牛奶会致癌》之类的消息。这些谣言虽多次被辟谣，但一些中老年人仍旧频繁转发。

李风云的女儿安晓奇表示，有时看到长辈转发的这类文章，会提醒他们这是假新闻，可长辈不听，还说自己没认真看。安晓奇坦言，“每次我好心提醒，却都以争执收场。我再也不愿意管了。”

在罗旭看来，子女不应该对中老年人轻信朋友圈里的谣言表示斥责和鄙夷，而应该给予父母更多的理解和关爱，在教会他们使用新技术的同时，提醒各种不良信息的存在，不断增强他们抵抗谣言的免疫力。

“尽管网络社交在老年人生活中占据着越来越重要的位置，但老人也仍应把生活的重心放置于现实生活中，在生活中找寻真正的乐趣与享受。在这方面，儿女可以做得更多。”罗旭强调。

# 让职工有本企业发展的明白账

决了企业职工在民主管理、民主参与中“不知情”这个关键问题。企业把职工群众不满意作为检验标准，倒逼企业完善管理制度，达到企业与职工双赢的效果。

## 职工董事、职工监事:合理化建议为企业增效

每月，卓尔控股公司工会副主席、职工监事刘蔚都会到职工中，了解基层职工情况、存在什么困难和问题。

在卓尔，像刘蔚一样的职工监事有2名，同时还有101名职工代表。“为保障职工参与企业民主管理工作，公司制定了职工董事、职

为纪念新中国成立70周年，纪念馆在设计建设中 also 独具巧思。例如，在纪念馆南门，设置了28根廊柱，象征中国共产党从建党到新中国成立28年的奋斗历程；用于举办重大纪念活动和党员教育活动的南广场上，专门设置了国旗及旗台，高度为19.49米；纪念馆二层东侧设置的“四梁八柱”造型，蕴含着中共中央同社会各界合力筹备新政协、组建中央人民政府，为新中国搭建“四梁八柱”的寓意。

唐开文介绍，此次展览突出政治性、时代性、客观性和创新性，按历史发展脉络，由“进京‘赶考’”“进驻香山”“继续指挥解放全中国”“新中国筹建”“不忘初心 牢记使命 永远奋斗”5大部分、15个单元构成，以珍贵详实的历史照片、历史文物、档案及视频为主要内容，共展出图片约800张、各类文物1200件。

此次展览还精心提炼了10个主要驻足点，重点向人们展示北平和平解放、进京“赶考”、西苑阅兵、渡江战役、政治协商会议、开国大典等重要内容。

一件件历史文物、一幅幅珍贵照片、一幕幕黑白影像，都把人们带回那段惊心动魄、激荡人心的岁月，新中国诞生的艰难、欢欣、荣耀，中国人民解放军与老百姓的鱼水深情，都融汇于精心布置陈列的展品展陈间。

纪念馆内的一大“镇馆之宝”是开国典礼上悬挂过的两盏大红灯笼。据悉，为了装点节日气氛，开国大典当天，天安门城楼上悬挂了8盏大红灯笼。这些灯笼曾在故宫旧地里的老艺人和徒弟们花了三天三夜在城楼上制作而成。每个灯笼高3.32米、周长约8米、重约80公斤，需要3个战士手拉手才能抱住。而开国大典当天使用过的10门礼炮也在展览中展出。

“我们希望通过中共中央在香山时期的

壮丽70年·奋斗新时代

新中国峥嵘岁月

1955年10月1日，新中国成立后建立第一个省级民族自治地方——新疆维吾尔自治区宣布成立。到1965年，加上新中国成立前就已经成立的内蒙古自治区，我国一共建立了五个民族自治区。

在统一共和国的框架内实行民族区域自治制度，是新中国的一项基本政治制度。在起草《中国人民政治协商会议共同纲领》时，考虑到我国汉族人口的绝大多数，各民族呈现出“大杂居、小聚居”的特点，中共中央决定在我国实行民族区域自治制度。

《共同纲领》明确规定：“中华人民共和国境内各民族一律平等，实行团结互助……使中华人民共和国成为各民族友爱合作的大家庭。”“各少数民族聚居的地区，应实行民族的区域自治，按照民族聚居的人口多少和区域大小，分别建立各种民族自治机关”。1952年2月政务院通过了《中华人民共和国民族区域自治实施纲要》，对民族自治地方的设立及行政地位做了规定。

民族区域自治制度和一整套符合实际的民族政策的实施，为处于游牧状态的少数民族定居下来过上文明幸福的生活提供了条件。世世代代游牧的鄂伦春人，建立了定居地，快乐地搬进了新房。长期过着老林栖身、兽皮遮体、野果充饥悲惨生活的苦聪人，走出林海，落户定居。

为了培养少数民族干部，政务院于1950年11月通过了《培养少数民族干部试行方案》和《筹办中央民族学院试行方案》。1951年6月11日，中央民族学院正式开学，各地也都建立起民族学院。少数民族干部源源不断地走上各级领导岗位。经过党和政府的努力，平等、团结、互助、和谐的新型民族关系开始形成，民族地区的社会经济文化都有了很大进步。

（新华社北京9月13日电）

## 为了民族复兴·英雄烈士谱

# 郭俊卿：屡建奇功的“现代花木兰”

**新华社沈阳9月13日电**（记者赵洪南）在辽宁省锦州市辽沈战役纪念馆英烈馆里，一张女英雄的照片常常引起参观者驻足。在艰苦的战争岁月，她女扮男装5年之久，和男同志一样，冲锋陷阵，鏖战疆场，为中国人民解放军事业出生入死，屡建奇功，被誉为“现代花木兰”。她就是著名小说和电影《战火中的青春》的主人公“高山”的生活原型、特等女战斗英雄郭俊卿。

郭俊卿，1931年出生在辽宁省凌源县一个贫苦农民家庭。1945年，为了给被地主害死的父亲报仇，她隐瞒自己的真实性别，又将自己的年龄报大两岁，用假名郭富参军。先后任通信员、警卫员、班长、连队文书和副指导员。

郭俊卿到部队后，政治思想觉悟提高很快，积极向党组织靠拢。她在入党申请书中写道：“为人民服务就要服务到底。为完成党的任务，就要不怕流血牺牲。”1947年6月，她加入了中国共产党。

在部队这个大家庭，郭俊卿以深厚的阶级感情，热心关怀着战友们。平时谁有病，她帮助做病号饭；行军途中，她帮助同志们扛枪、背背包，抢救伤病员。一次行军路过没腿深的河，她带头将病号一个个背过河，自己却因受凉了下了病根。

1948年初，郭俊卿调到东北野战军某部三连四班任班长。不久，平泉战斗打响。她带领的四班作为突击班，担负夺取城东第二

道山梁的重任。当时，全班只有十来支老式步枪和几十颗手榴弹，战士大都是初上战场的新兵，而面对的是装备精良的60多个敌人。战斗开始后，郭俊卿摇着红旗冲在最前面。战斗中，跑在她身边的副班长中弹牺牲。她高喊着“为副班长报仇”，带头冲上山梁。敌人发起了反冲锋，她带领战友同敌人展开白刃格斗，最终取得了战斗的胜利。郭俊卿因为指挥机智勇敢，带病坚持战斗，立了功。团里还给四班颁发了“战斗模范班”锦旗。

为了不暴露女儿身的秘密，5年中，郭俊卿从不脱衣睡觉，也从不和大家一块上厕所、洗澡。1950年4月，因劳累过度，郭俊卿生病住进医院，这才暴露了她的真实性别。同年9月，她作为特等女战斗英雄，出席了全国战斗英雄代表大会，受到毛泽东、周恩来、刘少奇、朱德等党和国家领导人的亲切接见。大会结束后，她作为中国青年代表团成员出访苏联，受到莫斯科东方大学学生的热烈欢迎。回国后，进入中国人民大学学习。

毕业后，根据组织安排，郭俊卿转业到地方工作，先后担任过山东省青岛第一服装厂厂长、山东省曹县民政局副局长等职。1981年离休后在江苏省常州市定居。1983年9月病逝于南京。

凌源市红色收藏展览馆馆长祁述说，郭俊卿的一生是英雄的一生。她不计功名的人生态度，为后人树立出崇高而又朴实无华的榜样。

理好职代会与董事会、监事会、股东大会的关系，推动职工董事、职工监事参与企业管理、决策和监督。

截至目前，在该省公司制企业中，工会主席、副主席作为职工代表进入董事会和监事会的单位有5600多家。

湖北省总有关负责人认为，职工董事、职工监事制度是适应现代企业法人治理结构而建立的公司制企业民主管理的新形式。职工董事、职工监事除了与董事会、监事会中其他董事、监事具有相同的权利和义务外，还要如实反映职工群众意见，代表和维护职工合法权益。

今年8月初，湖北省政府常务会听取了省总工会工作汇报并专门研究，将在全省内有序有力有效推进企业民主管理工作，促进全省实体经济高质量发展。

历史来反映中共中央第一代领导人为新中国奠基的史实，以及中国共产党人不忘初心、牢记使命，砥砺前行精神。”唐开文说。

## 还原历史铭记使命“赶考”永远在路上

香山的革命旧址，大都多年未对外开放，或封闭管理，或作为办公用房等，有的建筑年久失修，需要进行较大规模的修复工作。如何将这些建筑及其环境最大限度保持和恢复1949年的历史原貌？

香山公园副园长林毅说，在修缮过程中，为了能全面准确地恢复历史原貌，施工人员本着“修旧如旧”“最少干预”等修缮原则，从修缮材料的选用、修缮工艺的选择等多方面采取措施，同时将文物建筑的保护修缮和周边环境综合改造相结合。

为此，公园专门组建了项目专家委员会，邀请了多名古建设计师和工匠，全过程加强对工程建设的指导和监督，确保施工过程中绿色、消防、文保、古树保护、环保等全面达标。

在修复文物建筑的过程中，最大难度来源于缺少建筑的详细图纸。林毅介绍，老工匠、专家和工作人员们在动工前半年就开始搜集资料，查阅了大量历史照片和史籍档案，收集了1949年香山老照片100余幅。他们从每一张老照片中挖掘窗戶的形状、大门的朝向等细节，从字里行间找寻建筑的样式和格局，还邀请一些当年的工作人员或其后代实地回忆。经过无数次踏勘讨论、反复推敲，才最终完成历史原貌的恢复。

据悉，在修缮过程中，由于陆续找到新的历史依据，以及保护修缮过程中发现的原有的建筑工艺做法，设计师还对原设计稿进行了及时调整和变更。在建筑材料上，不仅选

取了原文物建筑的部分原材料，还从山东、河北等地专门选购旧物材料，一些新材料也进行了做旧处理。在修缮手法上，还运用了多种传统工艺，力求体现出庄重、古朴、沧桑的建筑风貌。

而在香山革命纪念馆的设计和施工中，也坚持了绿色、节俭的理念，注重对香山历史文化环境的传承和保护。例如，包括一颗钉子在内的建筑材料全部采用国产产品，土方运用就地取材，挖出土方就地消化，既节省材料又避免扬尘。

唐开文说，纪念馆的设计方案几经论证，最终通过减量设计让纪念馆从外观上缩减体量，与西山的大背景融为一体；在施工中还保留和最大化利用了原有场地的树木，并补种本地树木，“建筑2.4公顷范围内原生的树基本上都保留下来，大概接近500棵”。

70年前，香山见证了中共中央指挥解放全中国、缔造新中国的光辉伟业，也为中国革命精神园地树立了一座精神丰碑。

中央党史和文献研究院第七研究部主任王均伟认为，香山是中国共产党人“进京赶考”的首站，是中国革命重心从农村转向城市的重要标志。

“香山是一个革命圣地。”孙齐炜说，当年中共中央进入北平就是为了迎接“大考”，“今天，这场‘考试’还没有结束，‘赶考’依然在路上。”

在王均伟看来，中共中央在香山的革命史，蕴藏着老一辈革命家、中国共产党人永远奋斗的精神，这一点“在今天仍然可贵”。“我希望大家都能来香山看一看，这对每个人都是一堂生动的党史课，必将激励我们在新的历史征程中不忘初心、牢记使命，继续奋斗。”（据新华社北京9月13日电）