

爱吃火锅、甜食,也爱喝可乐、啤酒,来自四川成都的百岁奶奶喻泽琴因为耿直可爱的性格,在短视频平台俘获了百万粉丝。她爽朗的笑声更是感染了很多,“奶奶的晚年活出了所有人羡慕的模样”“这是全网年纪最大的网红小姐姐”“看哭了,想起自己的外婆”……

近几年,在B站、抖音、快手、全民K歌等新媒体平台涌现了“北海爷爷”“罗姑婆”“金香奶奶”“敏慈不老”等一大批老年网红,既分享人生故事,也输出热辣观点,既引领时尚潮流,也展示传统文化,成为不少年轻人的“偶像”。

然而,大量老年人在网上冲浪,沉迷于网络的现象也时有发生,越来越引发关注。

“银发网红”在逆袭 老年人上网也要防沉迷



“银发网红”喻泽琴

老年用户活跃互联网

中国互联网络信息中心在2020年3月和6月前后两次调查的数据显示,仅仅3个月,老年网民占总网民的比例就从6.7%上升到10.3%,有超过3600万的老年人是在疫情期间的3个月内开始上网的。当疫情迫使他们必须借助数字媒体来安排衣食住行的时候,很多老年人也迅速做出改变并积极适应。截至2020年6月,中

国60岁以上的网民已接近1亿(9700万),这意味着中国2.5亿老年人中有38.8%的人已经上网。我国60岁以上老人日均使用互联网时间高达64.8分钟。

如今在各类App中,都不乏活跃着的老年用户。课题组在2018年针对全国58个城市956个家庭3051个祖孙三代样本(其中祖代样本为1399

个)的调查数据显示,仅以微信这一项应用而言,常人眼中的老年“青铜”,不少已经悄然化身为微信世界的“王者”。调研发现,已经有一半老年人(49.6%)使用微信,每天使用微信的时间是1.37小时,平均会用的功能有11.47项,平均好友数量是104.28个,37%的老年人每天会多次查看朋友圈,他们对微信的使用深度

与广度打破了“因循守旧、故步自封”的刻板印象。

对于老年人而言,互联网和社交网络重构了其闲暇的社会生活。相关调查也显示,在老年用户超过千万的10项应用中,前2项是社交App(微信、QQ),另外是视频App(优酷、腾讯视频、爱奇艺),其余分别是工具类、购物类、新闻类应用。

老年人上网也要“防沉迷”

聊微信、玩游戏、看短视频、刷朋友圈点赞留言……愈来愈多的老年人喜欢上了智能手机。他们大规模地“触网”,其中还不乏成瘾者,沉迷于网络,与现实脱节。

足不出户便可知晓天下事,社交和购物都可以从几寸大的手机上完成,互联网带给老人一种全新生活方式的同时,也让一些老人重度依赖网络,他们每天除了基本生活之外,把时间全部消耗在网上。

然而“能”上网并不意味着“会上网”,从传统信息平台切换到纷繁复杂的互联网平台,老年人难免会晕头转向。从表面上看,老年人的生活似乎因为网络而充实起来,几乎所有的事情都可以在手机上完成。但是老年人对虚假信息缺乏辨别力。社交的缺乏、情感的落寞,加上对健康的焦虑,使得他们更容易受到网络信息影响。

一位六旬女粉丝被短视频平台的“假靳东”欺骗感情而离家出走的新闻让网友唏嘘不已。部分老年人沉迷于网络小说、短视频或游戏不能自拔,成为不折不扣的网瘾“老年”;“食醋能洁白牙齿”“多吃辣容易得阿尔茨海默病”“戒烟之后身体更坏”……在各种“震惊体”和养生类文章面前,老年人往往成为谣言传播的“易感人群”;还有些老年人平时省吃俭用,却在网络中被虚假投资利诱、被仿冒亲友诈骗。

“无根据的事例、不科学的结论、粗糙的剪辑画面”,这些看起来漏洞百出的文章、视频为何能得到“银发族”的青睐?仔细推究,当面临海量信息时,老年人由于受教育程度、思维定式和生活经历所限,表现出对信

息的选择、理解、质疑以及思辨的反应能力也较为有限。

老年人对手机依赖的程度如此严重,和在现实生活中无人关照,易感孤独,缺乏现实寄托有关。网络填补了部分老年人在现实生活中的情感缺失,成为了他们的情感寄托,有网友评论:“这种原理就跟某些人打着卖老年保健品幌子骗老人的钱一样,老人也不至于不知道那些药没吹的那么好,只不过是想要被关心罢了。”

然而据了解,相对于农村留守老年人容易在网络上迷失自我,城市老年人由于受教育程度和收入稍高,媒介素养也相应提高。课题组在城市家庭入户调查时,向受访者展示了8条典型的网络谣言,结果显示,老年人能够识别其中4.01条,中年人能够识别其中的4.11条,年轻人能够识别其中的4.67条。

有研究显示,老人控制情绪的能力随着大脑皮层控制的减弱而减弱,与孩子大脑皮层情况相似。在互联网面前,老人和孩子的自制力几乎一致,因而老年人上网也要“防沉迷”。相关手机软件应在使用时长、用眼健康、视频内容等方面加以调整来保护老年人,达到防沉迷的目的。

帮助老年人理性上网的功夫不仅在网上,还在网

下。儿女和家人应该多花时间和心思,来满足老人沟通、陪伴的需要,合理引导老人的上网行为并为他们提供

更多替代性选择,让他们有动力放下手机,回归现实生活。

(央广网、新民晚报)

重金筹集
无锡站

各种陈年老酒 老茅台

征集范围：1953~2020年各种茅台、五粮液以及2000年以前的各地老酒、老药丸阿胶虫草，本着公平、公正、公开的方式面向全国收购。为了方便广大市民朋友可安排专业人员上门鉴定收购。

交易成功报销车费，交易额达到一万元以上送100-500元购物卡，先到先得送完为止。

周边县市均上门鉴定收购，酒店以外均为假冒，以防上当。

整箱价更高 可上门回收 联系电话长期有效

活动时间：5月25日-6月5日

工作时间：全天不休 节假日不休

以下是茅台酒收购价格表，品相好、不跑酒、53度包装齐全 1965-1953年 价高面议

年份	价格	年份	价格	年份	价格
2018年	3000元/瓶	2001年	7900元/瓶	1983年	35000元/瓶
2017年	3100元/瓶	2000年	9500元/瓶	1982年	35300元/瓶
2016年	3200元/瓶	1999年	10500元/瓶	1981年	35400元/瓶
2015年	3300元/瓶	1998年	10600元/瓶	1980年	36000元/瓶
2014年	3400元/瓶	1997年	10700元/瓶	1979年	36500元/瓶
2013年	3600元/瓶	1996年	15000元/瓶	1978年	38000元/瓶
2012年	3800元/瓶	1995年	18500元/瓶	1977年	40000元/瓶
2011年	3900元/瓶	1993年	20500元/瓶	1976年	46000元/瓶
2010年	4100元/瓶	1992年	22500元/瓶	1975年	47000元/瓶
2009年	4500元/瓶	1991年	22700元/瓶	1974年	13万元/瓶
2008年	5300元/瓶	1990年	24500元/瓶	1973年	14万元/瓶
2007年	5500元/瓶	1989年	27000元/瓶	1971年	17万元/瓶
2006年	5700元/瓶	1988年	29000元/瓶	1970年	24万元/瓶
2005年	6200元/瓶	1987年	29500元/瓶	1969年	26万元/瓶
2004年	6700元/瓶	1986年	30500元/瓶	1968年	27万元/瓶
2003年	7300元/瓶	1985年	32500元/瓶	1967年	30万元/瓶
2002年	7700元/瓶	1984年	33500元/瓶	1966年	34万元/瓶

活动地址：江苏省无锡市梁溪区中山路401号君乐酒店18楼贵宾室1825

公交路线：16.112.609.603.102.208解放西路（县前街）下

联系电话：13752760910 刘先生 15256817797 郭先生