

超10万老年人日均上网超10小时 低头之间 百态况味

最近，“10万老年人每天上网时间超过10小时”的话题登上热搜，儿孙纷纷为家中“网瘾老人”担忧发愁。

有网友感叹“剧情反转往往比想象的要快”。当一部分老年人还在为跨越“数字鸿沟”咬紧牙关时，有的同龄人已经开始熬夜玩游戏、网购买买买、狂刷短视频，活成当年自己口中那个“不争气的娃”。

但除了“低头族”，很多老年人在网络上找到自己的空间，展现出积极向上的形象。年轻人说，这才是银发人群冲浪网络的正确打开方式。



少数老年人网瘾比年轻人还大

最近，蔡女士时常出入她家楼下的推拿店，因为整天刷短视频，她整个脖子都僵掉了。她说自己一天能刷五六个小时短视频，跟上了瘾一样。

自从迷上短视频，蔡女士每天做好饭菜的第一反应是掏出手机录上几段，然后等着别人留言，夸赞一下自己的手艺。如今，她对短视频的依赖程度远超过其他兴趣爱好，曾经热衷的广场舞、健身操都被抛到一边，好几次，小妹妹再三喊她出去逛逛都没能叫动她。

家里人发现，蔡女士常常会盯着手机屏幕痴痴发笑，有时候根本停不下来。她关注了76个博主，有心灵鸡汤、健康养生、搞笑视频等内容。只

要刷到一些符合心意的内容，她还会下载下来，转发到各个群里。

秦先生时常抱怨老爸，他说，老爸现在也不出去遛弯了，只要一没事就玩手机，一次忘了厨房里烧着水，差点把煤气灶给烧了。他发现老爸用手机熬夜玩斗地主，已经严重影响到了休息。

除了自己的手机外，老父亲还把家里淘汰下来的4部智能手机都翻出来，一个账号里的欢乐豆输完了，就换另一部手机开始玩。他还热衷上网看小说，最喜欢的是武侠玄幻类，最喜欢的电视剧是抗战题材。此外，老爸还特别喜欢用手机购物，哪怕是凌晨两点，还会在朋友圈、家人群里发砍价信息。

老年用户平均每天登录5次App

记者随机采访身边十几位年龄在60岁到80岁的老年人，他们中间六成是专科或本科学历。用手机做得最多的事情是拍摄、刷微信，其次，是看短视频、追剧，而用来打电话的仅占到两成。1/3被采访人一周网购一次，1/5的老年人会把玩手机当作逃避问题或释放不安情绪的方式之一。

据移动内容平台趣头条联合澎湃新闻发布的《2020老年人互联网生活报告》显示，我国60岁及以上群体的网络普及率为38.6%，60岁以上的老年用户日均使用手机时长达64.8分钟，平均每个老年用户一天登录5次App。

由艾媒研究院发布的《2021年

中老年群体触网行为研究报告》中提到，从手机使用时间段看，中老年群体在傍晚时段使用比例较高。相较45-59岁群体的App使用时间段聚焦在傍晚和深夜，60岁及以上群体的使用时间分布更为均匀，上午、下午、傍晚使用比例大体相当。

调研数据还显示，中老年群体在不同时间段使用的App类别也略有差异。社交通讯类和娱乐资讯类App的使用时间段主要集中在傍晚。健康医疗类App使用时间段则集中在早上，主要用于挂号服务。生活类App的使用时间段分布较为广泛，满足了中老年群体买菜、就餐以及出行等日常生活服务需求。

银发网红给出正确打开方式

抖音创作空间内容孵化浙江区相关负责人表示，这几年，老年人打开手机的频率成倍增加，在上面所花的时间不输年轻人，年龄之间的区隔和界限正在被打破。

精致的生活、时髦的穿着、优雅的气质，让75岁的“北海爷爷”圈粉无数。20多年前，爱人被确诊患有渐冻症后，“北海爷爷”无微不至地照顾，直到妻子离世。在短视频作品中，“北海爷爷”用自身言行告诉粉丝，对于美好的追求跟年龄、贫富无关，最重要的是积极、认真的生活态度。

很多中老年人在网上展现自己，他们依靠自己独有的风格和特点，捕获众多粉丝，成为名副其实的

“爱豆”。根据MobTech大数据显示，45岁以上的银发网民已接近1亿，同时催生出大批银发网红。“只穿高跟鞋的汪奶奶”“末那大叔”“济公爷爷”游本昌等具有代表性的头部网红，颠覆了人们对老年群体的想象，粉丝量均已突破千万。

“六七十岁的叔叔阿姨，一样可以焕发出青春的活力。”看了银发网红的风采，一位网友这样说。在一场关于老年网瘾的讨论中，多位网友表示，手机的各项功能缓解了老年人晚年生活的孤独，甚至成为他们精神生活的重要支撑。但老年网友应该学会适度使用网络，而正能量的老年网红，给了同龄人一个示范。（浙江老年报）

梁溪区人民政府 关于房屋征收决定的公告

因第三织布厂北侧地块旧城区改建项目(二期)建设需要,区政府决定对项目范围内国有土地上的房屋实施征收。根据《国有土地上房屋征收与补偿条例》(国务院令第590号)、《无锡市国有土地上房屋征收与补偿办法》(锡政规(2011)第3号)及相关规定,现决定征收下列范围内国有土地上的房屋及所有构(建)筑物,国有土地使用权同时收回。现公告如下:

一、项目名称

第三织布厂北侧地块旧城区改建项目(二期)。

二、房屋征收范围

国土撤组剩余住宅:梁溪区山北街道二泉社区新华村1号,新华村2号,新华村3号、38号,新华村9号,新华村10号,新华村11号,新华村36号,新华村41号,新华村47号,新华村58号,新华村61号,新华村63号,新华村65号,新华村66号,新华村72号,新华村73号,新华村78号,新华村79号,新华村91号,新华村93号,新华村94号,新华村100号,新华村101号,新华村103号,新华村104号,新华村105号,新华村108号,新华村126

号,新华村135号,新华村148号,新华村149号,新华村150号,新华村156号,新华村157号,新华村159号,新华村161号,新华村163号,新华村165号,新华村176号,新华村177号,新华村188号,新华村189号,新华村190号,九曲基11号,九曲基11号-1,九曲基16号,九曲基18号。

上述均含征收范围内的所有门号及构(建)筑物,门牌如有出入,以征收范围图确定的范围为准。

三、征收补偿方案:见附件。

四、签约期限:

自房屋征收决定公告之日起2个月。

被征收人对本征收决定不服的,可以自本决定公告之日起60日内申请行政复议,也可自本决定公告之日起6个月内依法提起诉讼。

特此公告

附件:1.项目征收范围图
2.第三织布厂北侧地块旧城区改建项目(二期)房屋征收补偿方案

无锡市梁溪区人民政府
2021年8月17日

大活脉管 作为中国脉管病泰斗,无锡籍海派名医,奚九一教授生前有个心愿,希望自己对脉管病的毕生经验,能够传给年轻一代,造福故里。

静脉曲张术后疮口大如鸡蛋 根源在“胫肿”引发“血瘀”

67岁的王老伯,5年前因静脉曲张左腿肿得厉害,挂水也消不了,导致行动不便。做了静脉曲张手术,但1年后就复发,还出现溃破,一直四处看病、换药,不见好转,干脆自己换药。

但越换疮口越大,从黄豆变成了鸡蛋大小,这让他慌得不行,想找能看这个病

的专科医院。最近,他找到了无锡易可中医院“奚氏脉管中心”朱成河主任。“你的症状是下肢静脉曲张功能不全合并炎症综合征,属于中医所说的‘胫肿’问题。”朱成河素有“无锡金手指”之称,视触扣听闻,一番诊断后他表示,“胫肿”是静脉曲张术后复发、病情反复的“根源”。

该院传承无锡籍“海派名医”

奚九一的“奚氏清法”,治疗静脉曲张炎症综合征(肿痛痒黑烂)及术后复发、老烂脚等独具特色,“用腿吃药”既注重解决疮口愈合,也解决血管问题,达到标本兼治的目标。

