

“老年人也应该与时俱进，跟上社会发展的潮流。”在车水马龙的长沙街头，82岁的朱元亮举着摄像机，一边取景一边对记者说。近十年来，他平均一周参加三次社会活动，自学了电脑和摄像，还出过影集，拍摄制作了近5000条视频……

新中国成立70年来，随着经济社会的繁荣发展，不少像朱元亮一样的老年人逐渐改变生活状态，他们不再整日“围着儿孙转”，开始为自己规划晚年生活。

## 有自己的追求，不再“围着儿孙转” “新老人”有了“新生活”

### 从“传统老人”到“新老人”

1997年刚退休时，朱元亮也尝试通过“打牌”消磨时间。“突然没事做了，人也难受。”他说，有时一坐就是一整天，腰酸背痛，加上老伴不喜欢，渐渐地，他也就没去了。

后来，小外孙的到来，让朱元亮和老伴又忙碌起来，带外孙成了他们生活中最大的乐趣。“我的两个外孙都是我带大的！现在一个读大二、一个已经大学毕业工作了。”提起孙辈，朱元亮满脸幸福。

中国是世界上人口老龄化程度较高的国家之一，60岁以上老年人口数已突破2.5亿，占总人口数的17.9%。在这群人中，像朱元亮这样出生在20世纪50年代之前的老年人，历经动荡，年轻时因为基础设施和物质生活的匮乏，生活十分艰苦。

“他们子女众多，自我意识相对较差。”专门服务于老年群体、于2009年9月创刊，如今已成为中国发行量最大的市场化报纸之一的《快乐老人报》社长赵宝泉告诉记者，他们曾专门针对受众做过调研，将20世纪50年代之前出生的称为“传统老人”，20世纪50年代之后出生的称为“新老人”。

赵宝泉说，由于成长环境的变化，“传统老人”和“新老人”在特点和心态上有一定差异。“但随着‘新老人’群体的增长和社会环境的变化，当代中国老年人对生活开始有了新的追求。”

因为爱好文学，年轻时朱元亮就常常给报纸、杂志投稿。退休后，利用带孙儿的空档，他还曾用铁笔、钢板、油纸一笔一画刻录下“个人回忆录”，油印了好几本送给亲友。

随着孙辈长大，朱元亮有了更多空闲时间，看着孩子们一个个生活安定，他这才静下心，开始思考做点“自己喜欢做的事情”。写作便是其一，看到周围开始有人使用电脑打字，速度快且字迹工整，于是他每天都跑去跟别人学习。

2003年，朱元亮有了第一台自己的电脑，虽然因为“总是记不住五笔口诀”，导致他用电脑打字还没有手写一半快，却丝毫没有影响他写作的激情。

“很多报纸都登过我的稿子，《快乐老人报》创刊第一期就登了我的文章。”朱元亮自豪地说。



资料图片

### “新老人”有了“新生活”

退休后就收到丈夫的离婚协议书，曾让65岁的“鱼尾巴”（网名）产生轻生的念头。“那段时间特别难熬，空虚，觉得日子过不下去了。”她说。

在家闷了很长一段时间，一次偶然的机会，朋友带“鱼尾巴”参加了由《快乐老人报》发起的长沙老年人同城聚会，聚会上，她认识了不少同龄人。渐渐地，她跟着大家一起跳舞、学摄影、学乐器，生活多姿多彩。

“我专门买了一台智能摄影机，他们有活动我就去帮忙。”“鱼尾巴”告诉记者，她最近又加入“快乐老人大学”开始学扬琴，为了方便练习，她买了两台扬琴，教室一台、家里一台。

9月20日，在《快乐老人报》创刊十周年庆典上，拿着摄像机在现场帮忙拍摄的“鱼尾巴”，穿着时髦的明黄色连身裤，完全看不出年纪。“老年人一定要心态好，心态好身体才会好，这才是真正给子女减轻负担。”她说。

“十三五”期间，中国加快建设以居家为基础、社区为依托、机构为补充的多层次养老服务体系。在湖南，为了满足当前老年群体文化养老的需求，2017年，在当地政府部门的支持下，《快乐老人报》创办了集老年资讯、教育、社交、购物、旅游、健康等功能于一体的开放式“快乐老人大学”综

合服务平台。目前，在省内外已有近百个校区。

和“鱼尾巴”一样，朱元亮也是“快乐老人大学”的学员之一，他所在的校区位于长沙豹子岭社区居家养老服务中心，距离他家仅需步行4分钟。中心除了给老年人提供学习场地，还设置了小超市、食堂、法律咨询和棋牌娱乐室等。目前，主要服务于居住在周边13个小区的近万名老年人。

“长沙非常重视老年教育工作，社区免费将场地提供给我们做老年大学。”豹子岭社区居家养老服务中心副主任尹堂龙介绍，为了满足老年人文化养老需求，中心注册成立了长沙市天心区新天艺术团，鼓励老人参加各类文艺活动，目前已有220名团员，平均年龄60岁以上。

“主要来跟人交流。”朱元亮说，他通过“快乐老人大学”认识了很多本地的同龄人，《快乐老人报》还号召他们成立同城会，老人们经常聚集在一起搞活动，他主要负责为活动写稿录影，为了做好这个“工作”，他又自学了视频剪辑还有微信、抖音等社交软件。

“老年人需要倾诉，需要‘被需要’，需要‘人生永不落幕’。我们要做的就是尽可能地满足他们这些需求。”赵宝泉说。

### 老年人有自己的追求

中国老年大学协会统计显示，

截至2018年底，中国共有各级各类老年大学和老年学校6.2万所，在校学员800多万人，参加远程学习的学员500多万人，已基本形成省、市、县、乡办学网络。

除了“上学”，如今，越来越多老年人开始重视自身需求，用多彩的精神文化生活充实闲暇时间，提升晚年生活质量。

某海军部队转业军人吴先声退休后，将大半时间花在社会公益活动上，曾为不少报刊、电视台提供过手稿和资料。如今已87岁高龄的他身体依然硬朗，不久前他又跑去为单位欢庆国庆节、重阳节举办的老年门球赛当裁判。“人要有追求，才能越活越年轻。”他说。

和吴先声一样，一直从事摄影工作的谢卓勋在退休后也依旧没有放弃这份“事业”，如今已70岁的他，把摄影从工作变成了日常的爱好和习惯，还经常义务教“学生”，“遇到有同龄人跟我请教如何摄影，我都会手把手教他们。”谢卓勋说。

新中国成立70年来，党和政府把老年人的福祉记挂在心，一项项惠老政策陆续出台、一处处为老年群体的服务设施加快建设，为老年人带来了更多获得感、幸福感、安全感，“养儿防老，积谷防饥”的老旧传统逐渐成为历史。

现在只要出门，朱元亮必须携带的不是手机而是一本《湖南省老年人优待证》。“我已经用了12年，节省了不少钱。其实，也不是用价来论，它体现了政府对老人的一份情和一份爱。”他说。

在中国，还有这样一群“特殊”的老年群体。他们倾其一生为国家奉献，将自己的名字镌刻在共和国的丰碑上。为了把中国人的饭碗牢牢端在手中，90岁的“杂交水稻之父”袁隆平始终没有停下自己再攀高峰的脚步。“这个奖分量很重，对我是一个鞭策。”刚刚获得国家勋章的他乐观地表示，“我现在是‘90后’了，干劲儿还足得很！”

目前，中国已建有各类养老服务机构和设施16.38万个、各类养老服务床位746.3万张；全国养老机构以内设医疗机构、签约服务等不同形式提供医疗服务的比例达到93%；高龄津贴制度已实现全国省级层面全覆盖，30个省份建立了养老服务补贴制度，29个省份建立了老年人护理补贴制度。

新华网10月8日电