

“知识付费”实现自我提升

“我不打牌，也没别的事，就花一两百元上网课，学习新知识，自己觉得过着一种比身边同龄人更有档次的生活。”湖南长沙55岁的采采（网名）告诉记者。采采口中的“上网课”，用时髦一点的话说，叫“知识付费”。跟采采一样，如今，越来越多的老年人开始尝鲜知识付费，通过上网课实现自我提升、丰富生活。

中老年线上知识付费成趋势

三年前，采采就已经开始跟着快乐老人大学的小乔老师学习手机摄影。

退休前，采采是一名普通的企业工人。她向记者聊起自己热心上网课的原因：性格喜静，加上受疫情影响出门少了，便开始在家里上付费网课。说起自己上的网课，采采挺满意：“这个课声音比较清晰，速度也不快，我一直在跟。”上网课这三年，采采的摄影技术进步不小，在实践中非常实用。除了快乐老人大学



的手机摄影课，采采还购买过某中医药大学一位教授开的在线中医课。她还说，如果以后发现比较好的中老年服装穿搭网课，她也会买单。“年龄大了，身材不那么好了，希望有这样的课，教我们穿出自己的风格。”

在网上搜索近两年的新闻报道，会发现一个现象：中老年线上知识付费成趋势。主观上，老年人有“文化养老”的需求；客观上，一是疫情影响了线下教学活动，二是老年人跨越“数字鸿沟”的行动有了很大成效。再加上消费理念的改变，越来越

越多的老人尝鲜知识付费，就成为一件很自然的事。

课程还可以“私人订制”

从老年教育机构方面，能更清楚地感受到老年人线上知识付费的热情。记者了解到，目前在快乐老人大学网校注册的学员有130多万，年龄跨度从40岁到90多岁不等，学员来自全国各地，其中不乏海外华人。他们每天一般在线时长达2—3小时。这些学员中，女性多于男性，且以一、二线城市的老年人居多。

快乐老人大学网校刘校长介绍，

网校从2016年开始做网课，近两年发展迅速，已开设1000门课程。网课有录播和直播两种形式。其中，兴趣爱好类课程（如手机摄影、声乐、画画、舞蹈）、健康养生类课程最受中老年人欢迎，总占比达30%以上。“几十元到一两百元区间的课程是主流，但现在也有部分学员有些个性化的需求，我们会为他们量身打造更专业、优质的网课和服务。这样的课程价格可能达到千元以上。”刘校长说。比如，手机摄影课程会根据学员对手机操作的熟练程度以及生活中常见的场景，来设计个性化课程。“伴随着一拨新老人的到来，将来的网课将对专业程度、服务质量提出更高的要求。”

跟刘校长的观点一样，多个中老年教育领域的创业者均表示，专业度高的课程往往更受老年人欢迎，付费意愿也更强烈。

擦亮眼睛挑选可靠平台

不过，网络上鱼龙混杂。前不久，就有一则新闻说，辽宁大连一名66岁的男士要支付1万元费用，学习一门讲《周易》的网络课程。这其实是一个骗局，最后还是民警上门，才让他避免了损失。

无疑，开始尝鲜知识付费的老年人要擦亮自己的眼睛。记者了解到，在一些网课平台或小程序上，存在营销广告太多、违规直播卖保健品、用低价课引流等情况。采采说，一定要挑选靠得住的平台，“在买课时多和子女沟通，避开不良服务商的课程陷阱”。

刘惠（据《老人报》）

岁月真情

为邻居点亮生活希望

俗话说，远亲不如近邻。在鞍山市立山区沙河街道沿河社区，王秀敏一家人就为患病邻居李波点亮了生活的希望。

10月28日，王秀敏在厨房里忙活着，炒鸡蛋、炒土豆片，王秀敏手快，一会儿两道菜就先后出锅。套上保鲜膜趁着热乎气，王秀敏把菜送到邻居李波家里。李波看到王秀敏来，亲切的喊她三姨。“今天做了你最爱吃的土豆片，趁热赶紧吃。”放下手中的饭菜，王秀敏张罗着让李波吃饭，她又把前一天拿来的盘子碗收拾好准备拿回家去。

从2019年，李波被王秀敏一家人从养老院接回来后，王秀敏就担负起每天给李波送饭的任务，风雨无阻。

2015年，34岁的李波突发脑出血，抢救后留下后遗症半身不遂。失去生活能力的李波一直与母亲一起生活，屋漏偏逢连夜雨，2018年李波的母亲检查出了癌症，让这个原本就不幸的家庭更是雪上加霜，为了给母亲看病，李波卖掉了两人居住的房子。

王秀敏与李波的母亲关系一直很好，平时经常在楼下坐着聊天，知道了家里的情况，王秀敏也一直宽慰母子俩。李波的母亲身体每况愈下，一次她找到了王秀敏哭着说最放心不下的就是儿子，家里没有房子了，鞍山也没有亲戚了，儿子生活不能自理，就只能给儿子找一家养老院，可她还是不放心，才30多岁，未来的路那么长，让他怎么生活啊。看着眼前哭得绝望的老邻居，王秀敏一边跟着掉眼泪，一边承诺：“你放心，我们都能帮忙，我们都能照顾他。”就是这句承诺，王秀敏一家人在李波母亲去世后，成为了他的“家”人。



王秀敏帮李波穿好衣服

刚到养老院不到一个月，李波就给王秀敏打来了电话，适应不了养老院的生活。王秀敏赶紧和家人到养老院把他接了出来。

李波没有房子，每个月只有1000多元的低保金来生活。王秀敏帮着他在家附近挑租金最便宜的房子，一个月只需要300元钱。一天三顿饭，王秀敏都会做好了给李波送过来，让他能够每天都能吃饱穿暖。王秀敏帮着收拾房子，带他出去走走活动身体。王秀敏的老伴身体也患有残疾，腿脚不方便，她就经常陪着两个人一起在楼下散步。

不仅是王秀敏无微不至的关怀着李波的生活，她的妹妹也经常帮着照顾。王秀敏的妹妹开一家超市，平时经常让李波上超市去吃午饭。生活上也能帮衬的，也都全力以赴的帮忙。

慢慢的，李波与王秀敏一家成为

了新的“一家人”。王秀敏在家排行老三，李波叫她三姨，叫她妹妹四姨，每天三姨、四姨就成了他嘴上、心里最亲的人。“没有我三姨、四姨，我们不可能有现在的无忧生活。他们对我的帮助和爱，真是太多太多了，我没法报答。”李波说。

2020年的春节，王秀敏的女儿希望接老两口到自己家里过年，王秀敏却拒绝了女儿的邀请，老两口把李波接到家里三个人一起过的年。在春节团圆的饭桌上，李波哭了。“那是家的温暖，是我继续生活下去的动力。”李波说。

面对采访，王秀敏总是说，我做得这些没有啥。“他跟我女儿年龄相仿，在我眼里他也是孩子，谁都有难的时候，我就是伸把手帮帮他，这是我能为他做的，我就做了。他也没有家人在这了，我们就是他的家人啊。”

据《鞍山晚报》

三言二拍

几十年，已经习惯了那种规律性工作和生活；还有人在退休前是领导干部，对“人走茶凉”的外部环境难以适应，闷闷不乐过着离群索居的日子……

退下来的老年人一定要学会玩、学会找乐；玩要适度，乐要愉悦心情；把老伴照顾好，不要因玩乐影响邻居和社会秩序，人人开心、事事如意，才是把晚年当“玩年”的根本！

牛润科（据《老人报》）

家庭

夸得老伴任劳任怨



河南洛阳81岁的老李在家里家务全包，老伴是他家附近出了名的懒人。周围人都觉得，照他老伴的做派，他家的日子肯定过得鸡飞狗跳，可让人想不到的是，他们的生活很幸福。

老李和老伴结婚50多年了。家里做饭、洗衣、打扫卫生，全是他的活。用老李的话说，除了老伴吃饭、上厕所他替不了，剩下的事儿都是他干。老伴想要做什么，只需要动动嘴就行。

因为老伴的懒，老李没少跟她生气。可是他生气也没用，因为老伴的脾气实在是太好了。“有时我忍不住冲她发火，她在一旁咯咯地笑，还冲邻居说：‘俺家掌柜发火了，我得赶紧做飯去，表现表现……’我一看她认错态度极好，也不好意思再说她了。”

老李对老伴发不了火，还有一个原因：“别看她身子懒，嘴巴可不懒，爱夸人。”老伴爱夸孩子们，对老李也是极尽所能地夸。老李擀面条，她边吃

边略带夸张地说：“你擀的面条咋这么好吃啊！你看看，一根根比轧的还均匀，吃着还筋道！”老李洗衣服，她也夸到了天边：“你咋把这件衬衣洗得这么白啊，跟用了漂白剂一般，谁洗衣服都没你洗得干净！”她甚至当着邻居们的面不无自豪地说：“我看咱周围，谁家的男人都没我老伴好！”

尽管老伴夸得有点过头，但老李心里还是美滋滋的：“最起码，我的付出人家都看到眼里了，我干得值！”

邻居觉得老李照顾孩子一样照顾老伴，肯定很累很委屈；说他老伴这一身“公主”做派，换了其他男人，日子早就过不下去了！老李却不觉得。他说：“年轻时我确实感到有些委屈，但老伴为我养了一群勤快、有出息的儿女，已经是劳苦功高了。她还天天称赞我，让我身心舒畅，感觉良好，就冲这，我也得对老伴好点再好点！”

据《洛阳晚报》

八姐弟半世纪骨肉深情

黑龙江省大庆市68岁的司丙艳家兄弟姐妹8个，有6个都在大庆，大家有事相互照应，没事时聚会旅游，生活得有滋有味。

司丙艳在兄弟姐妹中排行老四，上面三个姐姐，下边一个弟弟三个妹妹。最大的78岁，最小的也已经56岁了。司丙艳的母亲去世得早，当时8姊妹抱团取暖，感情非常深厚。后来，司丙艳和三姐、3个妹妹先后来到大庆工作安家，到2001年，司家大姐也随儿子来到大庆。至此，司家8位兄弟姐妹，除了尚在老家黑龙江省海伦市的二姐和远在江苏省徐州市的弟弟，6姐妹齐聚大庆，其乐融融。

以前，大家都上班，加之孩子小，没太多时间聚到一起。现在，司家最小的妹妹也已退休。姐妹几个隔三差五聚到一起，包顿饺子，

炒上几个家常菜，有时打上几圈扑克、喝点小酒，日子过得有滋有味。

二姐一家一直在老家海伦，大庆6姐妹有机会便约好，几家人一起开上车，组成车队，老老少少浩浩荡荡开赴二姐家。几个小时的车程后，二姐的农家小院便真真切切地成了农家乐。赶上孩子们假期有大块时间，姐妹几个还会约好，一起奔赴千里之外徐州的弟弟家。

这样的团聚被近几年的疫情打乱，司司家的聚会并没有停止，而是转移到了另一个阵地——微信群。在微信群里，姐妹几个可以随时“见面”。

司丙艳说：“兄弟姐妹是父母留给我们最好的礼物，在我们的大家庭，真正体现了这一点。”

据《大庆日报》

40岁女儿想请父母放手

浙江金华40岁的欣美（化名）遭遇丈夫的背弃，是父母的爱支撑着她走过了刚离婚那段艰难的日子。4年过去，欣美还在努力淡化前夫移情别恋带给她的伤害和痛楚，父母过多的关爱却又让她陷入亲情带来的困扰……

欣美和前夫曾是众人眼中的恩爱夫妻。被深爱的人背弃，欣美在刚离婚时整夜整夜失眠，几乎整个人都垮掉……在她最痛苦的时候，父母主动住到她家来，张开双臂呵护她和当时才5岁的儿子小伟，陪她走过了那段最艰难的日子。

今年2月开始，欣美尝试学习新技能、结交新朋友。她觉得，该换自己来积极应对生活中的一切，努力

培养照顾自己和家人的能力。对于欣美的变化，父母是欣喜的。然而，随着欣美花在社交和业余爱好上的时间增多，父母又开始限制她。不少朋友给欣美介绍对象。欣美没想到，父母坚决反对她恋爱、再婚，“他们担心我上当受骗，担心我儿子将来受苦……”更让欣美烦恼的是，父母很反感她的前夫与小伟接触，常跟小伟说他父亲怎么狠心地抛弃他。欣美怕这样的评判会影响儿子今后的人生态度，面对白发苍苍却仍努力张开羽翼想要尽力护卫自己的父母，欣美心怀感激又很无奈。

据《金华晚报》

让古董钟恢复生机

在湖北武汉曹庆吉家阁楼，墙上、地上、家具上，到处是古董钟。伴着钟声，曹庆吉修理从各处收集来的古董钟，让它们重新恢复生机。

曹庆吉今年65岁，年轻时曾在武汉市楚剧院从事道具制作，懂得机械修理。1988年，他开始收藏并试着修复各种古董钟。拆卸机芯、洗油、提升重锤、修补雕花……许多产自国外的废弃古董钟，在曹庆吉手中一一恢复生机。几十年来，他修复的钟多达500余座，家中也收藏了近300座古董钟。对曹庆吉来说，这些古董钟是他的“老朋友”，而他的任务就是让它们恢复生机。

林楚吟（据《武汉晚报》）