

## 看过的《辽宁老年报》实现了“再就业”

我和家人很早就成为《辽宁老年报》的热心读者与忠实订户了,时间一长,家中看过的报纸越积越多,我们便每隔半年把看过的报纸处理掉。然而,后来发生的一件事改变了我们的做法,也就是从那时候开始,我家把看过的《辽宁老年报》全部留下来,然后让它们左右邻居中“再就业”。

那是前年初的一天下午,几位朋友来我家做客,此时正逢我家人把一叠看过的《辽宁老年报》与其他旧报刊一起打捆。其中一位朋友顺手拿起一份《辽宁老年报》翻了翻。他此前从没读过这份报纸,翻阅后觉得报纸内容丰富、知识面

广、实用性强。于是,他向我提议:“你家这样处理看过的《辽宁老年报》有点可惜,如果拿出来给周围邻居们传阅,他们肯定会喜欢,更重要的是能让更多老人从中受益。”

这位朋友的提议让我深受触动。是啊,我家过早地把看过的《辽宁老年报》处理掉确实不妥,也造成了资源的浪费。时下,喜欢阅读各类纸质报刊的老人很多,他的提议不但能让报纸物尽其用,而且也是一种资源共享。于是,我和家人当即决定,今后就按这位朋友提议的那样做。几位老年朋友听了连声叫好,并风趣地说:“你家这样

做就是让这份老年报‘再就业’,就是让它们继续发挥余热。”

打那以后,我家把看过的《辽宁老年报》都留下来,每隔一段时间就送到周围的邻居家,并嘱咐他们看过后再转给亲戚朋友阅读。如今我们已经坚持两年多了,虽然日常里会麻烦一些,但能让更多的人读到这份报纸我也乐在其中。其实,最让我高兴的是,我的做法让《辽宁老年报》新增了不少粉丝。

今后我家会继续保留这个传统,同时也希望更多《辽宁老年报》的订户都如此仿效,让更多的老人从中受益。 杨汉祥

去年12月30日,贵报在一版刊登的《老人走路最好别背手》,是一篇关爱老年生活、科普健康知识的好文章。

针对老人走路背手这个普遍存在的生活习惯,文中通过医生的专业分析,通俗易懂地告知读者走路背手习惯会对健康造成不良影响,温馨提示老人走路最好别背手。针对如何改善老人走路体态,文中也给出了“靠墙站立训练”“肩部拉伸运动”“胸部扩展运动”“使用助行工具”等简单易行的方式方法。文中有告知,有提示,有建议,读后让人有种情暖人心、体贴入微的感觉。

石玉晶

温馨提示  
情暖人心

### 三招看清「试吃卡」骗局

胡欣红

据报道,全国多地出现了一种“试吃卡”新型骗局,一些不法分子打着知名超市“免费福利”的幌子,为电信网络诈骗引流。

近期,山东公安机关接连侦破多起“试吃卡”诈骗案件,部分做线下推广营销的地推人员受诈骗团伙遥控,引诱群众下载陌生App或加入“福利群”,实施刷单返利、盗刷银行卡等诈骗行为。

精心设计的“试吃卡”骗局,本质上是犯罪分子对数字时代技术红利的扭曲利用。面对不断升级的诈骗手段,“天上不会掉馅饼”的警示是个人防护的第一道防线,要坚守不扫陌生二维码、不下载非正规App、不向陌生平台泄露个人信息的“三不”原则,更不能因贪图小利参与此类“地推兼职”,沦为诈骗分子的帮凶。社区应织密基层治理网络,通过网格员巡查、防骗讲座、邻里提醒等方式,对老年群体等重点对象开展针对性宣传。相关平台、二维码服务商、电信和金融机构要加强涉诈信息监测,从源头阻断诈骗链条。

建言献策

## 药品说明书适老化更应体现服务和关爱

前几日,正要下楼,邻居陈老叫住了我,说买了一种药,因看不懂说明书,想让我帮忙看看。日常生活中,这种情况时有发生。老年人随着年龄增长,用药需求也不断增加,但药品说明书往往内容繁杂,印刷字比米粒还小,内含的大量专业词汇更是让人看不懂。

药品说明书终究不是给专业人士参考和使用的。很多非处方药允许直接出售给患者,不少年轻人都难从中迅速提取用法用量、使用风险与禁忌等关键信息,更别提需要长期服药的老年人。

尽管2023年10月国家药监局发布了《药品说明书适老化及无障碍改革试点工作方案》,决定在部分口服、外用等药品制剂中开展药品说明书适老化及无障碍改革试点,但在实际生活中,仍有一些药品的外包装上往往

很难找到有效期及药品批号标注,不是字号太小,就是模糊不清,药品说明书也很难满足老年群体阅读需求。因此,让药品说明书更清晰易辨只是基本要求,把生产日期和有效日期字号放大并标黑,让现有药品说明书更通俗易懂,减少老年群体阅读药品说明书障碍,体现以人为本的服务理念,才是真正做到关爱老年患者。 冯燮



读者之声

关爱老人·公益广告

积极应对人口老龄化

携手托起幸福“夕阳红”



辽宁省养老服务业联合会 辽宁老年报社 宣