

“孵化”健康观念找回健康

余寒



今日论语

由卫计委、世界抗衰老生物学学会等单位主办的世界抗衰老论坛在北京举行。随着人口老龄化加快,由衰老导致的慢性病已成为当代医学面临的新课题。按照世界卫生组织的健康标准,我国60岁以上老年人口中身体健康的比例只有43%左右,而青壮年人口中亚健康普遍存在。

健康状况改善,人均寿命提高,是收入增加、饮食改良、环境改善以及医疗水平提升综合作用的结果。但亚健康的存在,却是现代工作和生活方式使然。这里面有些是文化习惯所致,比如饮食

上喝牛奶的基础薄弱、口味重荤腥;有些是历史问题,比如以前生产力水平低,许多当今的成年人童年时却吃不饱饭;有些则是经济发展理念的问题,比如一些地方过去走先污染后治理的路径,衍生出一系列环保问题。

好在,从国家层面,环境治理和医疗改革被高度重视,在社会治理的层面,发展群众文化和公共空间等,也成为“重头戏”。但社会的老龄化正在不可阻挡地来了。火爆的公立医院,不可能提供再多的床位来应对。在此状况下,令人欣慰的一面是,那些正在衰老的中老年人,他们已经有足够的危机意识,于是风雨无阻地涌向公园、广场,见缝插针占领每一块公共领地,跳起广场舞,

回到家还会打开电视机盯着养生节目,买保健药品、器材,喝蔬菜汁,在朋友圈转发那些爆款养生文。

在代际鄙视链上,老年人的这套养生做派,被青壮年一代百般嫌弃。但奈何未老先衰也像病毒一样传染了他们。当年黑豹乐队铁汉一般的男人,如今照样端着保温杯缓缓走来,这是中年危机最真实的写照。与此同时,在互联网新形势下,意图在身体垮掉前挣够多的钱的年轻人,突然发现,“第一批90后已经秃顶了”。

社会节奏越来越快,工作更加疲于奔命;信息技术飞速演进,但地铁刷手机的低头族,似乎揭示了慵懒和身体被奴役的事实。身体危机的感知,和生病乱吃药的盲目混

杂在一起。人们像坐月子一样打理着自己的身体,看似无比爱惜,实则方向凌乱。活跃在互联网的年轻网民,瞧不起笃信养生哲学的老年群体,但同时他们在凌晨三点还刷着朋友圈。他们不知道,把身体交给不断更迭的信息技术,和把身体交给“神医”,共享着同样的逻辑:你不爱自己的身体。

当然,也许不该从观念层面过于苛责。居民健康水平的提升,首先是个公共工程,它指向医疗保障的健全完善,指向养生经济乱象的整治,指向环保理念的更新,更指向全民体育的普及。但是,在这一切不断改变的同时,你我的健康观念,难道不是应该更早地被“孵化”,以维护我们自身的健康吗?



新民随笔

何必“须知”?

吴强

服役10年的老版《出租汽车乘客须知》将被新版《乘客须知》取而代之,目的是“为提高出租汽车行业服务质量,进一步发挥社会监督作用”。用意良苦,工作辛苦;一个“须”字,一下漏气。

既然说服务,就要有服务的样子,表里如一,不能嘴上说服务,行动上盛气凌人。我坐出租车,是去享受服务的,不是去受教育的。就不说乘客顾客是上帝这样老套的话,至少,我付钱,总让我付得舒心吧。然而,我一上车,就要被“教育”,就要被“须知”。这哪里是服务,这分明是恩赐。感谢你坐我的车,所以你要“须知”。

这样的语气和心态,或许是过去无意的残留。以前出租车少,打车难,能打到车,是乘客的荣幸。须知,就须知一下吧,坐到车才是王道。现在,各种专车、快车服务都在抢出租车生意。过去一统江山的市场,正在被大量地蚕食和瓜分。享受他们服务的乘客,从来不需要读什么“须知”,但服务质量多有保证、监督作用多能体现,不服不行。反倒是出租车,各类服务投诉还时有耳闻。老实说,当下这市场,出租车行业已经觉得有些气喘吁吁、难以为继了。试问,有多少底气可以让乘客“须知”的呢?

我这样说,出租车可能要叫屈——拜托,我们是企业,企业要赚钱、要生存,我们是诚心诚意想提供服务的。你看清楚,这个“乘客须知”,又不是我们制订的,而是有关管理部门。对哦。那我更不懂了,管理部门,虽然不是企业,难道不一样是以为为人民服务为最高追求的?

既然是服务,关键就要打心眼儿放下身段、放下架子,切切实实、时时处处为被服务者着想。硬件软件,都要让被服务者真觉得赏心悦目、宾至如归。其实,这一点都不难。乘客须知,改成“友情提醒”“温馨提示”“敬请留意”,不都比冷冰冰的“须知”强?

君不见,一些银行费用、公用事业催付,都会写上“如已付费,可能在途”,而不是“我没收到,你咋回事?!”

没别的原因,真的想服务。

权威声音

兼职干部不能当摆设

冬奥会冠军当选北京团市委兼职副书记、“农民发明家”履职北京市总工会兼职副主席,温州共青团首批来自基层一线的兼职副书记到岗……最近一段时间,各地团组织换届,一批来自不同行业、不同身份的兼职干部走马上任,引发社会广泛关注。

自2015年7月中央党的群团工作会议召开以来,探索符合群团组织特点的干部管理方式,打破年龄、身份、学历、职级壁垒,吸纳优秀群众代表进入群团组织担任班子成员,成了重点改革任务。一大批基层经验丰富、懂得群众语言和习惯、熟悉群众愿望和心声的优秀代表进入工青妇领导班子,但实践中,由于兼职干部大多无需脱岗、不用坐班、职责分工相对灵活,容易出现“出工不出力”的“花瓶干部”,兼职身份异化为荣誉头衔,这类现象需在不断深化的改革中引起重视。

兼职干部应该是群团组织敏锐的“传感器”,在走进群众、读懂群众中,尽可能地反映群众的心声和诉求,同时也将群团组织的工作辐射到更广阔的人群。个别兼职干部一进群团组织的大门,就认为自己有了身份、成了干部,对群众所想所盼不热心、不用心,甚至变得高不可攀。这样一来,兼职干部难免失去代表性、影响力。

在涉险滩、啃硬骨头的改革攻坚期,兼职干部因为利益牵绊较少、思考方式更接地气,更应在刀刀向内的自我革新中走在前列,做敢想、敢言、敢拼、敢闯的改革鲑鱼。但也有个别兼职干部早早地产生了明哲保身的看客思维,把任命书当成了“嘉宾证”,工作中遇到急事就躲、遇到难事就推、遇到矛盾就绕道走,甚至将兼职岗位看成积累资源、捞取好处的跳板,该说的不说、该争取的不争取、该冲在前面的缩在后面。如此这般,鲑鱼效应就可能演变成“温水煮青蛙”的后果。

兼职干部要经常省思自己的本色、本分、本职,防止被捧得飘飘然;同时要真正地走进群众,结合自身优势,在事业所急、群众所盼、自己所能的改革一线精准发力。(杨子强刊今日人民日报 本报有删节)

日报观点

又到一年吃蟹季。据报道,随着公款消费被遏制,大闸蟹高端礼券、礼卡满天飞的情况已明显改观,高端蟹销量较少,价格亲民的“平价蟹”走进寻常百姓家。

中央八项规定出台5年来,神州大地涤荡起一股清风,粽子、月饼、大闸蟹这些一度被“天价”异化的食品,重回百姓餐桌。中华传统节日不再是送礼品、拉关系的借口,人们开始真正体味节日的民俗特色和文化底蕴,不少党员干部也从迎来送往中解脱出来,有更多时间陪伴家人。

中央八项规定短短600多字,却让“舌尖上的浪费”“会所中的奢靡”“车轮上的歪风”等沉痾顽疾得到根本治理,开启中国共产党激浊扬清的作风之变。一年一个样,五年大变样。党内政治生态得以改善,政商关系回归正常,勤俭节约的良好道德风尚蔚然成风。

风清气正,气正则心齐,心齐则事成。党风政风直接影响社会风气,直接关系改革发展大局和民心向背。作风建设是攻坚战,也是持久战,而中央八项规定是激浊扬清之剑,必须以锲而不舍、久久为功的精神常抓不懈,持之以恒推动全面从严治党,实现党内政治生态的“青山常在、绿水长流”。

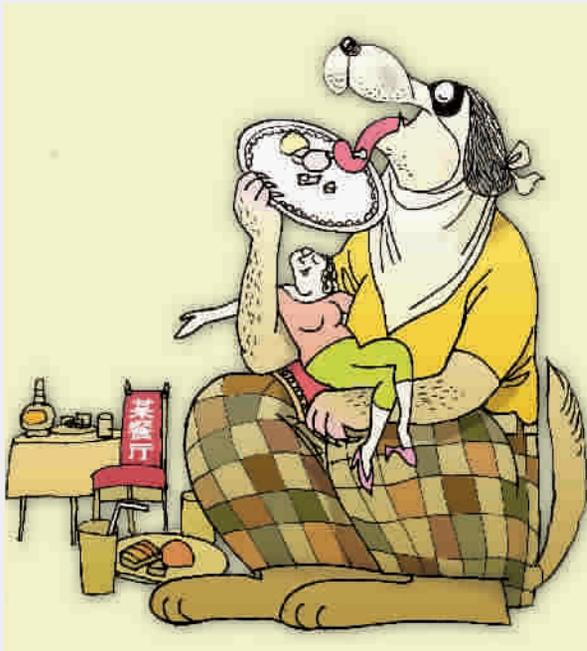
(岳钟 刊光明日报 本报有删节)

自由谭

近日,某知名主持人发微博称,“高铁上很多熊孩子发出的噪音其实远不如他们爸爸妈妈奶奶外公外婆哄孩子发出的噪音。国外已经有女性专用车厢,中国高铁为什么不可以有熊孩子和父母的专用车厢?”一时间,这一吐槽再次引发人们对“熊孩子”的关注。

“熊孩子”一词指代调皮捣蛋的小朋友。说起来,这一概念似乎是随着公共生活的互联网化而流行起来的。遥想当年,别说70后、80后一代,就是现在已经年逾花甲的老人家,也都有过追猫逗狗撵羊毛的孩提时代。为什么曾经的我们,并没有被叫做“熊孩子”;为什么可能也淘气出天际的孩子,并没有站在“鄙视链”的最底端,成了低

“平价蟹”显清正风



来,来,来,一起进餐!

无锡市惠山区一家餐馆里,一名牵着条狗的五十多岁的阿姨,竟把自己的盘子给狗舔起来。有医生表示,如果餐具消毒不到位,餐盘里残留狗嘴里的病菌,会通过口腔的粘膜等处进入人体内,很容易受到病菌感染。

天呈 画

被标签化的“熊孩子”

文澜

素质没教养的代名词?

变化的原因,可能源自两个方面:

其一,人们更多置身于公共空间。时间倒回三十年前,小长假、黄金周还没有出现。高铁、飞机乃至自驾游,对很多国人而言还是新名词。人际关系的互联互通,也没有今天这般便利。而随着消费水平的提升、公共假期制度的设立,天南海北的人们才能在同一时间踏遍千山万水。当公共空间的有限性,遭遇人们不断觉醒的权利意识,两者之间的冲突,让“熊孩子”成了话题的引爆点。

其二,教育方式的改变。上世纪70年代以来,我国实施计划生

育政策而出现的第一批独生子女人口,已经成长为“为人父母”的主要一代。棍棒底下出孝子的教育观念,早已被这一代人所抛弃,而“宠而不溺,爱而不娇”的理想教育模式尚未实现,无论是家庭教育还是学校教育,都更偏重于学习成绩的提高,或多或少地忽略了品格教育。

今年十一长假的最后一天,有一则网络视频被许多微信群转发。在深圳某商场的儿童乐园里,四位家长及其朋友互殴,场面十分暴力,一位家长还倒地不起,起因仅仅是两个孩子争抢玩具,妈妈们互有心智都尚不成熟,教育子女更是

少了一份淡定从容。

与此同时,互联网空间特有的扩音器效应,也可能无形中放大了个体间的矛盾和争执。“一言不合就生气”的网络空间氛围,充满戾气的言论表达方式,不明就里的火上浇油……这些都让负面情绪堵塞了人们求真向善的本心。多一分包容谅解之心,多一分理性交锋之念,不少问题都会迎刃而解,实现从争议到寻找最大公约数的转变。

“熊孩子”现象是一则内涵丰富的社会话题,如同一面公民素质之镜,每个角色都能从中照出个体的缺陷与不足。无论是现实的公共空间,还是虚拟的网络社会,只有各方都保持冷静克制,尊重他人的权利边界,守住自己的底线,尽到应有的教育之责,才能共建良好秩序,不单纯被“熊孩子”的概念遮望眼。