

预计到2026年,中国正式进入老龄社会

专家:健康老龄化是应对的必由之路

新华社北京1月29日电 日前发布的一份报告显示,与“边富边老”和“先富后老”的发达国家不同,我国在刚迈入老龄化社会时处于“未富先老”状态,专家表示,实现和推进健康老龄化、积极老龄化是我国应对老龄化高速发展态势的必由之路。

26日,北京协和医学院、中国老年保健协会等在北京共同发布了《老年健康蓝皮书:中国老年健康研究报告(2018)》。中国老年保健协会会长、《中国老年健康蓝皮书》主编刘远立对蓝皮书解读时指出,迅速到来的老龄化社会给中国带来了巨大挑战。

他表示,2000年至2018年,我国60岁及以上老年人口从1.26亿人

增加到2.49亿人,占总人口比重从10.2%上升到17.9%。预计到2026年,65岁以上人口占比将超过14%,中国正式进入老龄化社会。目前我国老年人口快速增长、老龄化压力日益凸显,老年健康服务发展面临着严峻挑战,为应对“挑战大、问题多”的现状,应该“补短板、建体系”。

他表示,“健康老龄化”是我国应对人口老龄化的必由之路。其核心理念是老年人身心健康、心理健康、适应社会良好。

报告指出,促进健康老龄化和积极老龄化对社会经济的发展有重要意义。首先,为老年人提供可用、可及、可接受和优质的健康服务,可以促进社会和谐与稳定。其

次,提升老年人的健康预期寿命和生活质量,为其提供支持性的养老、预防、医疗、康复、照料环境,通过预防疾病、促进健康来极大地减轻政府和社会的财政负担。此外,措施的实现会使健康、活力的老年人增加,带来人力资本折旧率的降低,有利于形成第二次人口红利。

刘远立说,应科学看待人口老龄化的发展过程,全面建立有利于老年健康事业发展的政策体系,全面开发人力资源、推动医养结合、推进长期照护保险和服务体系建设、构建老年友好环境,使老年人及其家庭能够享有更高的生活质量,促进代际关系的和谐,努力实现老龄化背景下的可持续发展。

80多岁的马旭荣获“冰城楷模”

穿15元的鞋却给家乡捐出1000万元

新华社哈尔滨1月29日电 她,是一位跳伞女兵;她,创新研究,造福一代空降兵;她,省吃俭用,却将一千万元积蓄捐献给家乡……这位80多岁的老人名叫马旭,一位空军离休干部。

28日,马旭荣获“冰城楷模”、2018“感动龙江”年度人物,再次走进公众视野。她那满头白发、身穿迷彩的照片,又一次让她在朋友圈火了。

1933年,马旭出生于哈尔滨市木兰县。14岁就加入中国人民解放军,先后参加了辽沈战役、抗美援朝。回国后,作为优秀卫生员,马旭被保送到第一军医大学深造,并以全优的成绩被分配到原武汉军区总医院工作。1961年,马旭作为军医加入中国人民解放军空降兵,开始从事跳伞训练的卫勤保障。

那时,不足1.5米的个头,不足70斤的体重,

要想成为伞兵,简直是幻想。不甘心、不服输的马旭就用几张桌子搭起DIY跳台,每天晚上都上上下下独自练习几百遍……不懈的努力终于让她突破身体条件的限制,成为一名伞兵。此后20多年间,她跳伞140多次,创造了多项纪录。

为了帮助空降兵在着陆时避免扭伤,马旭和丈夫颜学庸潜心研究,创新开发出“充气护踝”。此后,马旭又研制出“单兵高原供氧背心”。

离休不离研究,本该安享晚年的年纪,马旭依然在医学科研上下功夫。她与丈夫刊发了100多篇学术论文和科研体会,一些研究填补了我国在相关领域的空白。

为了跳伞,马旭在结婚后的第二个月就做了节育手术,一生无子女。她和丈夫都是师级离休干部,却果断放弃部队安排的住房,搬到武汉市远

郊区。如今,他们住的是农家小院,吃的是土豆、地瓜,穿的是缝了又缝的旧衣,过着极为简单朴素的生活。马旭说,她最好的一双鞋就是花15块钱买的红棉鞋。

就是这样攒下的工资和科研报酬,马旭全部捐献给家乡哈尔滨市木兰县,全部用作木兰县的教育、文化和科普事业发展。马旭说:“如果不是父老乡亲,我早就饿死了。虽然回家乡的次数少,但对这里的一草一木都非常有感情。”

有网友说,马旭带给人们的是挥之不去的感动,是对理想信念的坚守,她用行动诠释着家国情怀。

“和那些已经远去的战友相比,我能活着就是无上的幸福。人的一生是有限的,而为祖国作贡献是无限的,只要生命不息,就得奋斗不止。”马旭说。

天南地北 老少同春



河北永清:
剪纸迎新年

1月29日,河北省永清县组织社区居民开展“送福迎新春,剪纸庆佳节”活动,通过多彩民俗喜迎新春佳节。

左图:社区居民参加剪纸活动。 新华社发

吉林舒兰: 冰雪旅游唤醒山村

吉林省舒兰市马鞍岭村二合屯是远近闻名的雪乡。近年来,当地政府充分挖掘区位优势,打造“吉林雪乡·舒兰二合”旅游品牌,使得这个昔日“人迹罕至”的小山村日渐变为“人声鼎沸”的旅游目的地。随着乡村冰雪旅游的发展,屯里外出务工的年轻人也陆续返乡创业,开民宿、建景点、到景区上班……原本冬日里“猫冬”的村民们都忙碌了起来,以冰雪资源为抓手致富增收,用“白雪”换“白银”。



游客在二合雪乡购买冰糖葫芦(1月10日摄)。 新华社发

浙江省湖州 太湖古村团圆饭



1月29日,村民丁连庆一家在义皋村老屋的天井内吃团圆饭(无人机拍摄)。

春节临近,浙江省湖州市织里镇义皋古村内灯笼高挂、“福”字盈门,呈现出一派浓郁的节日气氛。近年来,织里镇启动义皋古村历史文化村落保护工程,重新

展现了村落内外的稻文化、鱼文化、浚港文化等历史文化景观。古村焕发新生,成为当地古村落保护和美丽乡村建设的典范。

新华社发

旅游部门提醒: 春节假日有备而行文明出游

据新华社上海1月29日电 春节脚步渐行渐近。携程等旅游机构预计,即将到来的猪年春节黄金周期间,将有约4亿人次出行,其中出境游人次将近700万;人们将前往约90个国家和地区。

上海市文化和旅游局29日发布春节黄金周出游提示,呼吁游客有备而行、文明出游:春节黄金周是传统的出游高峰期,对于人流量较大、等候时间较长的情况,

需提前做好准备。冬季受低温、雨雪、冰冻、寒潮、大雾等灾害性天气影响,高铁、航班都存在延误甚至取消的可能,游客须及时通过相应平台加以关注并调整行程安排。游客选择出境目的地,行前应通过外交部、文旅部网站了解目的地的安全形势,留意当地天气、卫生、路况、饮食、住宿情况及应急救援等信息,妥善安排行程,保持通讯畅通。