

●民生一线

一些手机APP以下载返利、在线时长返利诱导使用 刷手机,老年人也要防沉迷

前不久回家,重庆市民钟先生发现,老家有些上了年纪的亲戚,即使在互相串门的时候,依然开着手机外放刷短视频。一问才知道,这些APP向用户提供返现奖励,他的伯父每天靠刷视频返现,每个月能有100元左右的收入。

以某短视频APP为例,视频界面会有一个小红包持续计时赚金币,1万金币可以兑换1元现金,看一条20秒的短视频大约可以领8个金币。这就意味着,刷1250条视频,花费约7小时,才可以挣到1元钱。不仅如此,平台还有拉新人返现金、玩游戏看广告赚金币等活动。花费大量的时间赚几元钱,投入与产出并不对等,为何部分老年人仍然沉迷其中?

西南大学心理学部邵景进教授长期从事老年人科技使用与心理健康研究,他告诉记者,APP下载返利或在线时长返利是一种商业营销模式,用蝇头小利增强用户黏性、增加平台流量,但其中不乏法律风险和用户风险。老年人更易沉迷其中,这需要社会与家属多方合力,帮助老年人群体跨越“数字鸿沟”。

有何隐患——

存在法律风险,影响身心健康



事实上,商家推出的这类营销手段,一开始并不是面向老年人的。过去几年,以在线返利增加用户和平台流量的情况,在部分APP大力推广“极速版”时屡见不鲜。

清华大学国家战略研究院特约研究员刘旭告诉记者,目前国内现行法律中并没有直接针对这类刷视频返利、下载返利的规定,这些营销手段可以说是打着法律法规的“擦边球”。实际上,这类行为涉嫌违反《中华人民共和国反不正当竞争法》第八条第一款:“经营者不得对其商品的性能、功能、质量、销售状况、用户评价、曾获荣誉等作虚假或者引人误解的商业宣传,欺骗、误导消费者。”而刷视频返利和下

载返利,是通过向部分用户返利的方式,人为地提高相关短视频访问数量和APP下载数量,误导其他消费者对这些短视频或APP的评价。

“老年人群体有大量的闲暇时间,因此成为这类‘返利’模式的主力军。”刘旭认为。

钟先生的伯父说:“几年前退休在家,闲着也是闲着,刷视频还能赚钱,虽然钱不多,但好歹是有事干。刷着刷着,买菜钱不就有着了吗?”他的几部旧手机都下载了部分APP的“极速版”,经常每天一起刷视频赚金币,“这两年这些公司没以前大方了,赚的金币越来越少。”

老年人有闲,商家有钱,看似两端得利,实则暗藏隐患。

“最直接的就是身体风险,不少老人在长期刷手机后出现视力下降、患上腱鞘炎的情况,时间长了甚至会损伤认知能力,阻碍社会交往,影响生活质量。”邵景进表示。

“不仅如此,部分不良APP可能会利用此类返利行为‘锁定’部分老年人,增加个人信息泄露和诱导消费的风险。”邵景进说。

2024年5月,中国消费者协会发布第一季度投诉热点,其中以低价或免费、中奖为诱饵诱导老年消费者购买,或体验后默认可开通免密支付、进行连续自动扣款等问题遭到密集投诉。

黑龙江省大庆市的刘奶奶告诉记者,自己用了很多年智能手机,很早就发现手机上有些广告提示有下载返利,但是她一直不敢点,生怕是诈骗。“我身边也有老年朋友看到过这些,大多数人还是不敢点的心态。”刘奶奶说。

“正规公司发布的应用还好些,也就由着老年人打发时间,就怕乱下载不知道哪来的应用,等发现问题时劝阻都来不及了。”钟先生担忧。

原因何在——

贪图小利,缺乏陪伴,数字素养不足



在采访中记者注意到,无论是专家还是老人,“孤独”一词是最常被提及的。

“在我们的研究中发现,很多老年人存在家庭、社会、身体健康焦虑,人上了年纪不知道该干什么,也担忧身体健康状况出现问题,家中子

女大多又有自己的事要忙,陪伴老人的时间变少,很多老人会觉得‘孤独’。”邵景进表示。

浙江省的张大爷退休后,坐在沙发上戴着老花眼镜刷短视频成为他的日常。“刷视频还能赚钱,何乐而不为?家里小孩结婚搬出去了,现在还没孙辈带,不然每天一个人不知道干吗。”

“根据‘网络使用的补偿理论’,面对退休后的‘孤独’,老年人现实中不能满足情感需求,就会在网上寻找替代性满足,这是他们转移注意力的方式。子女陪伴不够、缺乏社交,那就刷视频返利,给自己找点事情干。”邵景进说。

APP强大的算法机制同样是老年人爱上刷视频的原因。不像青少年群体有防沉迷机制,老年人在使用APP时并不存在限制。“现在这些应用太强大了,清楚地知道我喜欢看什么,不停地给我推荐,有时让我刷得停不下来。”张大爷说。

面对互联网海量信息,部分老年人缺乏鉴别能力,就容易被商家的“返利”手段吸引,甚至走进不法分子设置的网络诈骗陷阱中,“根本原因,还是数字素养不足。”邵景进认为。

据中国互联网络信息中心发布的第五十五次《中国互联网络发展状况统计报告》,截至2024年12月,我国网民规模达11.08亿人,其中60岁及以上网民占比达14.1%。“老年人群体是数字社会建设不可或缺的一部分,面对他们使用互联网存在的问题,我们要做的不是因噎废食,而是社会各界积极引导,提高他们的数字素养,让他们科学健康地融入数字社会。”邵景进说。



如何应对——
提倡健康上网,加强对APP监管力度

不久前,一场银龄触网反诈防沉迷宣传活动在重庆市江北区华新街街道华新社区举行。为预防老年人沉迷网络、倡导合理应对观看返利、下载返利等情况,网信、街道、公安等多部门和单位联动,定期在社区举办老年人反诈防沉迷宣传活动,通过分析真实案例,介绍刷单、返利等新型骗术及防范措施,提醒老年人“不沉迷、不下载、不转账”,健康上网。

“为帮助老年人融入数字社会,我们定期收集社区老人的上网需求,针对性地推出一系列‘银龄行动’培训课程,在手把手教他们如何使用智能手机的同时,做好防骗防沉迷宣传。”华新社区工作人员介绍。

“通过这类线上线下培训,反诈防沉迷宣传和技能培训两手抓,才能有效提高老年人的数字素养。”邵景进说。

相关执法行动同样重要。据了解,针对老年人上网常见的刷视频返利等问题,江北区结合“清明·巴渝”系列专项行动,加强“一老一小”领域网络行政执法,严厉打击破坏网络生态、扰乱传播秩序、超范围收集个人信息等违法违规行为,2024年累计开展网络检查153次,约谈不良APP、网站、自媒体23家,关闭违法违规账号6个,向有关部门移交案件线索19条,办理行政处罚案件2起。

“家庭成员的陪伴永远是有效的‘良药’。”邵景进说,“子女不仅要关心老年人的生活,还要帮助老年人主动融入数字社会,从教会老年人使用智能手机、正确下载应用、识别风险信息等做起。更重要的是,当老年人遇到不确定的信息时,要及时向子女求助。”

“从老年人自身来看,合理做好退休以后的生活规划同样重要,发展自己的业余爱好,充实自己的生活,现实中得到满足,网络上的需求就会减少。”邵景进建议。

2023年2月,工业和信息化部发布《关于进一步提升移动互联网应用服务能力的通知》,明确禁止欺骗诱导用户下载安装、阻挠卸载、擅自启动APP等问题。“相关规定给予明确指引,对于涉嫌违规的APP,监管力度要进一步加强,做好‘科技向善’引导,共同助力老年人融入数字社会。”刘旭说。



供图:尚凡

●健康顾问

春天是踏青赏花的好时节,天津市民黄女士却因频繁打喷嚏、流眼泪不得不戴上口罩、墨镜,“全副武装”地来到医院就诊:“每年这时候,眼睛就肿得睁不开,鼻塞得喘不过气。”

黄女士的困扰并非个例。花粉是春季过敏的“元凶”,不少患者常常会有疑问:我家里不养花,也从来不接触花,为什么还会出现花粉过敏?

天津医科大学总医院皮肤科病科主任兼过敏性疾病(变态反应)科主任王惠平解释,花粉主要分为两类:虫媒花粉(由昆虫传播的花粉)和风媒花粉(靠风传播的花粉),而引起过敏反应的主要是风媒花粉。春季主要的致病花粉以柏树、松树、杨树、榆树等树木花粉为主,花粉颗粒小、数量多,可以通过风传播到很远的地方,甚至进入室内。即使不去花园或公园,花粉也可能通过窗户、通风系统或跟随衣物进入生活空间。

为何春季是过敏高发季?王惠平解释,春季地气回升,植物开始繁殖,致敏花粉可长时间悬浮在空气中,部分地区霉菌、尘螨浓度也会升高,这些都是常见的过敏原。尤其是花粉,容易引起眼红眼痒、喷嚏流涕、皮肤红疹、瘙痒等症状,严重者还会咳嗽甚至哮喘。

过敏性疾病又称变态反应性疾病,是人体对过敏原产生异常免疫反应而引发的,过敏反应本质是免疫系统“防卫过当”。一般来说,过敏体质的人群更容易出现过敏反应,尤其是有家族过敏史的人,如父母有过敏性鼻炎、哮喘或湿疹等,子女的过敏风险会更高。此外,儿童、老年人以及免疫力异常、紊乱的人群也更容易过敏。过敏性疾病不能治愈,但是可以通过预防和治疗来控制,减少发作。

“为了防止过敏性疾病出现,寻找过敏原十分重要。”王惠平说,可以通过皮肤点刺试验、血清sIgE检测、斑贴试验等检查方法寻找过敏原。明确过敏原后,可以结合自身情况进行回避。花粉高峰期应关闭门窗减少空气流动,有条件的家庭可以配合使用新风系统或者空气净化器;佩戴防花粉眼镜能减少约65%的花粉颗粒与眼结膜接触,佩戴防花粉口罩、应用花粉阻隔剂,也能有效过滤花粉。

一天当中,午后往往花粉浓度更高。“过敏体质人群尽量选在花粉浓度最低的清晨、晚上或是一场绵绵细雨后出行。”王惠平表示,雷雨对空气中花粉颗粒的洁净能力差,且能使花粉颗粒溶胀破碎成致敏性更强的小颗粒,应尽量避免在雷雨前后外出活动。一般来说,羊毛衣服比棉布和化纤衣服更容易产生静电吸附花粉,因此外出尽量选择表面光滑材质的衣服,回家后要及时清理头发和衣物上吸附的花粉颗粒。

发现自己过敏了,应该怎么治疗?目前,常用药物包括口服抗组胺药(如氯雷他定、西替利嗪等)、局部对症药物(如鼻喷剂、滴眼液等)。对于症状较重的患者,尤其是出现呼吸困难、哮喘等情况,医生可能会使用激素药物,或者新型生物制剂等。此外,春季可以多吃一些富含维生素C和抗氧化物质的食物,如柑橘类水果、绿叶蔬菜等,这些食物有助于减轻炎症反应。

“心理调节也很重要。”王惠平说,出现过敏症状,不必过度焦虑,保持乐观的心态有助于缓解症状,若症状持续或加重,一定要及时就医,避免延误治疗。

●生活观察

让文明乡风 扎根村民心中

在山区赤岸镇,一场文化变革正在村落间悄然发生。当许多地方仍在为天价彩礼、攀比丧葬而困扰时,这座千年古镇用文化礼堂里的婚宴炊烟,勾勒出新时代乡风文明的动人图景。这里没有奢华的排场,却有金婚老人携手走过的岁月见证;不见铺张浪费的宴席,但闻邻里乡亲的欢声笑语,深深根植于村民心中的文明新风铸起了文明有礼的精神家园。

走访中发现,在赤岸镇不少文化礼堂里,传统建筑形制与现代文明理念实现了奇妙融合。飞檐翘角的戏台上,演绎的不再是陈规陋习,而是新时代的文明公约。这些由宗祠、书院改造而来的公共空间,既保留了乡土记忆的基因密码,又注入了移风易俗的时代精神。各村还根据自身优势,形成了各具特色的礼堂活动,金婚老人集体婚礼上,白发夫妇的相濡以沫胜过万语千言;乡厨大赛中,老师傅们用传统技艺创新健康食谱,传统八仙桌上摆上公筷公勺,古老戏台演绎垃圾分类小品,祠堂楹联书写社会主义核心价值观。这种文化融合智慧,使移风易俗既不失乡土本色,又充满时代气息,这些“示范效应”,让文明新规不再是冰冷的禁令,而是可感可学的身边榜样,真正实现了“老传统”与“新文明”的和谐共生。

还值得一提的是,赤岸镇吹动文明新风的主要“力量”之一来自政策引导与群众参与的有机统一。笔者了解到,赤岸镇政府通过制定宴席标准、培训乡厨队伍搭建制度框架,村民则通过自发成立红白理事会实现自治管理。这种“政府搭台、群众唱戏”的治理模式,既避免了运动式文明创建的弊端,又激发了民间智慧的能量。我们注意到,红白喜事节省下来的大批资金转化为产业发展基金,培育出乡村旅游、生态农业等新业态。当村民在文化礼堂学习政策、讨论村务时,当垃圾分类成为村民的生活习惯,当“婚事新办、丧事简办”内化为道德准则,公共空间自然成为培育公民意识的摇篮。这种物质精神的双向赋能,让移风易俗获得了持久生命力。

赤岸镇的实践告诉我们,乡风文明建设不是简单的破旧立新,而是需要在文化传承中创新,在制度建设中浸润,在群众参与中深化。当文化礼堂的炊烟升起时,我们看到的不仅是简朴的宴席,更是一个古老文明在新时代文明进程中的创造性转化。这种扎根乡土、扎根村民心中的文明实践,正在为乡村振兴注入深沉的文化力量,绽放出新时代精神文明之花。

尚凡

现场发布的为准
最终以彩票中心
以下彩票公告

中国体育彩票浙江省20选5第25074期开奖公告		
开奖日期:2025年3月25日		
本期销售金额:166968元		
本期开奖号码:12 14 16 17 18		
本期出球顺序:18 16 12 17 14		
本期中奖情况		
奖级	本地中奖注数(注)	单注奖金(元)
一等奖	5	8148
二等奖	354	50
三等奖	4674	5
0.00元奖金滚入下期奖池,本期兑奖截止日为2025年5月26日,逾期作弃奖处理。本信息若有误以公证数据为准。		

中国体育彩票排列5第25074期开奖公告		
开奖日期:2025年3月25日		
本期全国销售金额:23535798元		
本期开奖号码:1 9 6 2 1		
本期中奖情况		
奖级	中奖注数(注)	单注奖金(元)
一等奖	47	100000
二等奖	47	4700000
三等奖	47	4700000
54173531.18元奖金滚入下期奖池,本期兑奖截止日为2025年5月26日,逾期作弃奖处理。本信息若有误以公证数据为准。		
中国体育彩票排列3(浙江省)第25074期开奖公告		
开奖日期:2025年3月25日		
本期全国销售金额:60149682元		
本期(区、市)销售金额:3347908元		
本期开奖号码:1 7 9		
本期中奖情况		
投注方式	全国中奖注数(注)	本地中奖注数(注)
直选	11921	663
组选3	0	0
组选6	62777	1890
41958318.96元奖金滚入下期奖池,本期兑奖截止日为2025年5月26日,逾期作弃奖处理。本信息若有误以公证数据为准。		

中国体育彩票浙江省6+1第25032期开奖公告		
开奖日期:2025年3月25日		
本期全国销售金额:780540元		
本期开奖号码:4 7 5 2 6 5 1		
本期中奖情况		
奖级	本期中奖注数(注)	单注奖金(元)
特等奖	0	/
一等奖	0	/
二等奖	4	12590
三等奖	101	300
四等奖	1161	20
五等奖	15425	5
23748156.96元奖金滚入下期奖池,本期兑奖截止日为2025年5月26日,逾期作弃奖处理。本信息若有误以公证数据为准。		

树牢安全发展理念
守住安全生产底线