

## 搭子社交并非年轻人的专利 银发族“搭”出精彩生活



去年，“搭子”一词火爆出圈，成为年轻人的社交新密码。而如今，找搭子，不再仅仅是年轻人的专利。

唱歌搭子、旅行搭子、猜谜搭子、剪纸搭子……如今，银发族也“搭”出了精彩生活。



拍摄、自创“太极式”拍摄法的“继光哥”粉丝近10万，成为很多老年朋友争相邀请的拍摄达人。

“继光哥”本名李继光，他说：“我需要寻找不同类型的模特和活动，提升拍摄水平，上传优秀作品。对方想要收获美照与能记录他们友情和才艺的视频，双向的需求让大家‘搭’到一起，合作拍摄。至于后续能否成为深交的朋友，则要看相处期间彼此的态度与付出。”

由于家庭发生重大变故，很长一段时间，李继光一蹶不振。曾经找他拍摄过的樊城区老年大学模特班学员杨菊英，便带领她身边的朋友一同帮助、关心李继光，像阳光一般，照亮他的生活。

这些年，付昌安通过在美篇上发表一系列图文并茂的游记，收获了1800多位粉丝，有的更是成为了他志同道合的拍摄伙伴。

(据《襄阳晚报》朱月皎)

### 享受快乐 共同进步

“下午两点半，襄城，十人局，KTV鼓楼店门口集合，不见不散！”

“好嘞。”

“收到，报名！”

“50后”的朱阿姨是湖北襄阳市老年大学声乐班的学员。去年，朱阿姨和班上同学组建了一个练歌群，并在一个KTV办了下午场的年卡。如今，在共同爱好的驱使和群成员的口碑相传下，入群的学员越来越多。

由于目前练歌群里的人数已经超过100人，群主便按照襄城、樊城、襄州划分小组，组织K歌活动，群友在群里接龙报名，自愿结成K歌搭子。

朱阿姨说：“大伙儿出去玩都是AA制，由群主或管理员统一收费，没有金钱上的纠纷，大家也能享受到实惠。此外，和一群志同道合的同龄人一起歌唱，彼此间没有代沟，唱得也尽兴。”

去年，在看到《耄耋老人为襄阳民间谜语著书》的报道后，得知庞文德1984年就爱上谜语，至今已自编谜语数千条后，80岁的退休教师王凤灵立刻致电记者，询问庞文德的联系方式，希望能向他请教、学习。

王凤灵给庞文德发去了她编写

的文字谜语、生活谜语、地名谜语，并请教自编谜语的技巧。两人因此结为了谜语搭子，经常在线上交流，互相激励。

### 精准陪伴 彼此共情

除了寻找身边的搭子，一些愿意尝试新鲜事物的老人也开始在寻找年轻伙伴或网友的奔现里，体验“搭一族”的新奇与精彩。

退休后，付昌安带着两台单反相机，或与朋友结伴，或与陌生人同行，走过了大半个中国。

去年，付昌安终于去了自己一直想去的新疆。一路上，65岁的他玩转搭子社交，不仅与汕头小伙结为“房搭子”，一起拼房享实惠，还和5名年轻驴友结成“车搭子”，拼车看美景。

他告诉记者，相比熟人相处时，需要照顾到方方面面的人情世故，找搭子的社交方式，反而没有负担，更加轻松、自由。

“坐标杭州，出发！”上周三，张阿姨和在网络视频剪辑群里结识的搭子王阿姨相约前往杭州，一起旅行。

今年刚满60岁的张阿姨平日里特别喜欢拍视频。2022年，她在抖音上买了视频剪辑课程，并加入了视频剪辑学习群。在群里，张阿姨认识

了比自己两岁的网友王阿姨。因为年龄相仿，她们便互相添加了微信好友，还经常相约线上探讨视频剪辑的问题，并互相给对方发布的抖音视频和微信朋友圈点赞。两年相处下来，两人已经成为了无话不谈的好朋友。

今年春节期间，身在重庆的王阿姨就应张阿姨的邀约，来到襄阳旅行。这次见面后，两人更是一见如故。在得知两人都想去杭州旅行后，她们当即决定结成搭子，一起出游。

考虑到“五一”假期人太多，她们便分工在家做好攻略，“五一”假期结束后，她们分别从襄阳和重庆出发，在杭州相见。

“我们这个年纪，找到一位志同道合的伙伴是一件特别高兴的事儿。”张阿姨说，她和王阿姨的搭子社交，主打陪伴和共情，虽然身处两地，但网络拉近了彼此之间的距离，她们一起聊天、学习、旅行，不用像顾及身边人感受那般拘束，轻松又愉快。

### 期待邂逅“搭”出友谊

正如年轻人在B站“充电”，在小红书“种草”一样，上了年纪的叔叔、阿姨也在美篇、彩视等社交平台期待着邂逅。

在彩视上，年过六旬、坚持义务

### TIPS

#### 老年人找搭子 要真诚也要提高警惕

随着人口老龄化趋势加剧，老年人的社交方式也在悄然发生变化。

国家二级心理咨询师胡江涛表示，近年来，同学群、兴趣群等老年社群逐渐兴起，成为老年人的社交方式，填补了老年人的情感空缺。相比年轻人追求短平快的浅社交，老年人找搭子，更注重磁场和陪伴。他们经历了岁月的洗礼，所以在陪伴之余渴望更多真诚，也期待在彼此身上收获一段轻松又愉快的情感体验。

然而，不管是年轻人还是老年人，找搭子时都要提高警惕。襄阳市公安局高新技术产业开发区分局刑侦大队副大队长马献涛提醒，和搭子交往前尽量了解对方的身份，并辨别信息的真假；相处时要注意分寸，不要透露个人隐私或敏感信息，保护好个人信息和财产安全。

## “数字适老中国行”活动开展

记者近日从工业和信息化部获悉，工业和信息化部近日印发通知，组织开展2024年“数字适老中国行”活动，活动时间为5月至12月。

据了解，活动以“数字适老 温‘心’同行”为主题，包括政策宣贯、调

查研究、服务升级、技能教学、技术共享、惠老专场等6项内容。活动将深入企业、社区、乡镇一线，开展数字技术适老化发展调查研究，形成调研报告。同时，聚焦社交通讯、生活购物、医疗健康等领域，组织相关企事业单

位，开展互联网网站、移动互联网应用适老化改造，组织基础电信企业持续完善营业厅“面对面”服务，开展特色助老服务。

此外，活动将组织基础电信企业、互联网企业、终端企业等，开展“银龄

数字课堂”等数字技术应用教学活动，编制面向老年人的通俗易懂的教学手册、视频，普及反诈防骗知识，并充分发挥企业、高校、科研机构等力量，积极开展适老化技术创新研发。

(据新华社 张晓洁 张辛欣)