

# 警惕儿童智能手表“手机化”倾向

“碰一碰”加好友、主页面点赞、养电子宠物,孩子像着了迷一样,天天捧着手表玩儿。“不买手表担心孩子会被孤立,买了又担心孩子过度沉迷”……近来,不少读者来信反映,儿童智能手表的功能越来越繁杂,出现“手机化”“成人化”倾向,部分社交功能催生庸俗、攀比之风,滋生刷赞、卖号、破解系统等灰色产业链,一些不法分子甚至利用手表的私密聊天功能,向孩子传播不良信息。

北京市家长陈女士说,孩子从幼儿园到三年级,使用过两代智能手表,最初是为了随时了解孩子的位置、和孩子通话,但现在手表的社交、娱乐等功能越发突出,手表里预装了聊天软件、益智游戏、红包支付等应用,还有虚拟装扮、积分点赞、社交圈排名等功能,“像个小手机一样”。

根据中国产业研究院发布的《2022—2027年中国儿童智能手表行业深度调研及投资前景预测报告》,目前中国5岁至12岁的儿童数量约为1.7亿人,儿童智能手表的市场普及率约为30%,基本上每3个孩子当中就有1个孩子有智能手表,在城市儿童的市场普及率至少过半。

记者采访发现,儿童智能手表好友可以聊天、视频通话、互相点赞或评论,甚至能通过群聊添加陌生人加好友。重庆读者徐女士表示:“早上起床睁眼,女儿就去看好友圈



有没有人更新,有没有人留言。写作业的时候她心不在焉,总想看有没有好友发来消息。”

不少家长担心智能手表功能繁杂,孩子沉迷其中、影响学业,同时,使用手表过早开展“网络社交”,可能降低儿童在现实世界与人交往的意愿。浙江绍兴的张先生说,他刚给上四年级的孩子买了一款最新款儿童智能手表。“孩子买了手表以后整天听故事,有时候叫他都没反应。”

湖北读者严女士来信表示,有的儿童智能手表以点赞数量作为社交

“成果指标”,推出不同的等级徽章鼓励孩子做任务。为了排名靠前、成为所谓“大佬”,孩子投入大量时间忙于“交友”与相互“刷赞”。“每天刷满3000赞,也要连续近半年才能达到60万。”一名六年级学生说,为了冲级,他曾在暑假期间每天花费4—6小时活跃在手表社交圈中。

主页圈功能甚至衍生出代养号、刷赞、账号租赁等产业链。记者在二手物品交易平台“闲鱼”查到,一个主页63万赞的账号成交价600元,获得100多万赞的账号可卖出上千元。

部分手表内置了家长监控功能,然而,为帮助孩子摆脱“约束”,部分商家竟推出破解服务,家长设定的使用时长限制、应用禁用等功能均可被解除。

调查发现,尽管部分手表品牌在聊天软件中设置了关键词屏蔽,但一些不良分子或商业推广机构,仍然能绕开屏蔽,通过私密聊天传播不良信息。比如,传播涉黄涉暴内容,要求孩子拍摄身体部位照片;将经典诗词歪曲篡改成搞笑段子;利用人名谐音恶意取外号、进行人身攻击等,这些内容严重威胁未成年人身心发展。

近日,《儿童手表安全技术要求》强制性国家标准获批发布,将于2027年1月1日起正式实施,标志着我国儿童智能手表行业迈入规范化、安全化的新阶段。

上海市教育科学研究所普教所学生发展研究中心主任王枫认为,一方面,家校应协同加强对儿童青少年的关心关爱,注重培养多元兴趣爱好,提供“线下社交”机会;教会孩子如何使用电话手表,让孩子充分理解数字社交的边界、隐私的意义与网络行为的责任。另一方面,监管部门要强化对儿童手表生产商、销售商的全链条监管,从源头上遏制并铲除诱导儿童参与灰色交易、攀比消费的产业链,让儿童智能手表回归安全工具本质,发挥正向功能。

□ 来源:人民日报

## 慧语人生

### 强者心向阳光 人生自有光芒

□ 黄企生

生活如四季,有风雨阴霾,亦有阳光灿烂。真正的强者,从不是未遇困境的幸运儿,而是在泥泞中依然心向阳光的跋涉者。他们以信念为光,以乐观为翼,以坚韧为剑,在岁月长河中劈开迷雾,让生命始终绽放温暖而明亮的光彩。

#### 信念如光,照亮绝境之路

强者的阳光,源于内心永不熄灭的信念。司马迁因李陵之祸遭受宫刑,这一奇耻大辱曾让他“肠一日而九回”,却未摧毁他“究天人之际,通古今之变”的志向。他忍辱负重十三年,在竹简上刻下“人固有一死,或重于泰山,或轻于鸿毛”的铿锵誓言,终以一部《史记》立起史学丰碑。正如他在《报任安书》中所言,是“草创未就”的信念支撑他穿越黑暗。信念是强者的精神灯塔,即便身处深渊,只要心中有光,便能在废墟之上重建生命的乐园。

#### 乐观如阳,驱散生命阴霾

强者的阳光,藏在面对困境时的豁达心境中。苏轼一生宦海沉浮,从京城贬至蛮荒之地,却始终活得“一蓑烟雨任平生”。被贬黄州时,他于赤壁之下感悟“江上之清风,与山间之明月”的永恒;谪居岭南时,又以“日啖荔枝三百颗”的诙谐消解愁苦。他的乐观不是逃避现实,而是在认清生活真相后依然热爱生活。当同僚因贬谪怨天尤人时,他却在黄州东坡开垦荒地,自称“东坡居士”,把苦日子过成了诗。这种“莫听穿林打叶声”的豁达,正是强者让阳光常驻心间的智慧。

#### 坚韧如钢,淬炼生命锋芒

强者的阳光,在与命运的抗争中愈发耀眼。海伦·凯勒自幼失明失聪,却在黑暗寂静的世界里,以“假如给我三天光明”的渴望叩开知识之门。她在老师莎莉文的帮助下,用手指触摸盲文,用喉咙感受震动,硬是从一片混沌中学会说话、写作,成为哈佛大学首位聋盲毕业生。正如她在《假如给我三天光明》中写道:“世界以痛吻我,我却报之以歌。”这种在绝境中破土而出的坚韧,让她的生命比健全人更富光彩,也让世人明白:真正的强者,是把所有的“不可能”都活成“不,可能”。

#### 超越自我,追逐永恒朝阳

强者的阳光,更在于对卓越的不懈追寻。博尔特在田径赛场上一次次刷新人类速度极限,当他以9秒58的成绩跑完100米时,连对手都笑着说“他不属于这个星球”。但很少有人知道,这个“闪电侠”曾因身材瘦高被教练质疑“不适合短跑”,是日复一日的加训让他突破生理极限。他说:“我每一次奔跑,都是在和昨天的自己比赛。”这种超越自我的追求,让强者的生命如同逐日的夸父,永远朝着阳光的方向奔跑,在突破中收获属于自己的万丈光芒。从司马迁到苏轼,从海伦·凯勒到博尔特,强者的故事早已印证:阳光从不因风雨而缺席,只因信心的朝向而永恒。

当我们在生活中遭遇暗夜,不妨以信念为火把,以乐观为行囊,以坚韧为阶梯,像强者那样劈开阴霾:因为真正的阳光,从来生长在不甘沉沦的心底,只要心向光明,人生自会光芒万丈。

## 让养老服务更专业 老人生活更幸福

(上接1版)在区民政局和区卫生健康委的推动下,全区18个乡镇社区卫生服务中心与养老机构签订医疗服务协议,34个养老机构设置家庭医生服务点,让老人享受全方位医疗保障,构建起“医养一体”的养老服务新格局。

此外,崇明积极推动养老服务向数字化、智能化转型,新增4家“智慧养老院”,并在7家养老院推广“养老院+互联网医院”模式。老人入住即可生成健康档案,每日诊疗数据有记录监测,体温、血氧等数据可实时采集……在崇明民福养老院,智能化管理贯穿入住登记、健康监测、生活照护、安全防护等全场景,不仅为老年人提供实时、快捷、高效的养老服务,更助力养老机构实现精细化管理。而在长兴第二养老院、新河敬老院等养老机构,市区医院的优质医疗资源正通过互联网逐步引入到养老服务机构中,实现了线上挂号、配药、远程复诊等功能,为老人健康保驾护航。

### 社区养老优化升级 15分钟服务圈触手可及

上午9点30分左右,陈家镇永逸社区长者食堂里,热气腾腾的饭菜刚出锅,工作人员就赶紧装盒保存,放入保温箱。随后,送餐员们分区开始送餐到村居助餐点,再由村居送餐员逐一发放到老人手中。“年纪大了做饭力不从心,现在中午、晚餐不用愁,三菜一汤荤素搭配,比自己做的还丰盛,孩子们在外工作也放心多了!”捧着热乎的餐盒,李阿婆笑着说。

据悉,此前,陈家镇仅有一家为老助餐点,覆盖范围有限。2024年6月永逸社区长者食堂启用后,实现了镇区老年助餐服务的全覆盖,老人吃饭不再愁。目前,该食堂已为358名老人提供常态化助餐服务,日供餐最高达500客。

“十四五”期间,崇明聚焦老年人“食”事刚需,大力推进老年助餐服务场所建设,新增9家社区长者食堂。除陈家镇永逸社区长者食堂外,位于人民路的城桥镇社区长者食堂、通富路的堡镇社区长者食堂、新河党群服务中心的新社区长者食堂等也纷纷亮相。这些食堂均提供送餐服务,部分食堂还兼顾堂食功能,以丰富菜品、惠民价格,让老人在家门口乐享幸福“食”光。

助餐服务只是一部分,更全面的社区养老服务网络正在不断织密。围绕“15分钟养老服务圈”建设目标,五年来,崇明持续完善硬件设施,在镇区新建一批社区综合为老服务中心(分中心)、长者照护之家、社区日间照料中心,将日间照料、康复理疗、文化娱乐、助浴便民等服务送到更多老人身边,让养老资源更加方便可及。同时,加速推进认知障碍友好社区创建工作,目前,已有9个乡镇成功创建,构建起“宣传教育-风险筛查-早期干预-家庭支持-网络建设-阵地覆盖”的全链条认知障碍服务体系,为认知障碍老人及其家庭撑起了坚实的“保护伞”。

养老服务触角更向村居延伸。在港沿镇合兴村家门口养老服务站,工作人员正带领老人们做健身操。“每逢周二活动日,我都会来这里,做做运动出汗,对身体有好处。”村民陈阿姨说。记者了解到,每月,服务站都会精心策划各类活动,另外,还提供血压、血糖等智能检测,以及康复辅具租赁、理发、日间照料等便民服务,让农村老人在家门口就能享受到贴心的健康守护与生活便利。截至目前,全区已建成60家家门口养老服务站,凭借距离近、活动多等特点,成为老年人经常打卡的“宝藏”新去处。

从城镇到乡村,从助餐便民到康复娱乐,崇明正以精准化供给、网络化布局、品质化服务,持续优化社区养老生态。如今,漫步崇明的社区村落,综合为老服务中心里有专业照料,长者食堂里有暖胃饭菜,家门口服务站里有欢声笑语,“15分钟养老服务圈”正

逐步从蓝图变为现实。

### 居家养老夯实基础 暖心服务守护幸福晚年

“十四五”期间,崇明区从适老化改造、志愿关爱到人才培养等方面多管齐下,筑牢居家养老保障网,让老人居家生活更舒心、安心。

家住堡镇花园村的宋阿婆,曾因行动不便,面临如厕、洗浴难题。得益于居家环境适老化改造政策,她家的卫生间加装了扶手,增添了可折叠沐浴凳,马桶更换成轻智能款,让宋阿婆感到十分安全和便捷。“扶手能借力,沐浴凳可坐着洗澡,马桶座圈能加温,真是太方便了!而且改造还有补贴,自己没花一分钱。”宋阿婆对此赞不绝口。

据区民政局工作人员介绍,适老化改造主要是对老年人家庭的通道、居室、厨房、卫生间等生活场所,以及家具配置、生活辅助器具等作一定调整或改造,旨在提升老人居家生活的安全性与便利性。本市户籍60周岁及以上老年人均可申请改造,符合条件的家庭还能享受补贴。改造产品涵盖多种品类,能充分满足不同老人的个性化需求。“十四五”期间,全区已累计为5000余户老年家庭完成适老化改造。

如果说适老化改造为老年人撑起了生活便利的“保护伞”,那么持续推进的“老伙伴计划”则为老人注入了情感温暖的“强心剂”。该项目组织招募50至70周岁的低龄老人,与75周岁以上高龄独居、纯老家庭老人结成帮扶“伙伴”,通过上门探访、情感支持、心理疏导、社区活动等多种形式,为老人送去贴心关怀,让他们居家无忧。

近日,向化镇“老伙伴”志愿者季浩来到与他结对的老人家中,仔细询问老人的身体状况与生活起居。“去老人家里,主要就是跟他们说说话、聊聊天,看看身体情况。最近天气冷了,我还会帮着检查家电安全、叮嘱老人注意防寒保暖。”季浩告诉记者,不少老人独居久了,特别愿意倾诉心里话,“除了每周上

门,我还会经常打电话问候,生怕他们遇到难处没人搭把手。”据了解,目前全区已组织2950名低龄老年志愿者,为14750名高龄、独居老人提供常态化结对关爱,切实将温暖送进老人家中。

养老服务既要“有温度”,更要“有专业度”。一支高素质的服务队伍,是提升居家养老质量的关键支撑。“十四五”期间,崇明区着力夯实养老服务人才根基,通过职业技能竞赛、常态化业务培训等机制提升护理人员专业能力,目前全区养老护理员职业技能等级证书持证率已达95%。依托这支专业队伍,全区11家居家养老机构的1503名护理人员,已累计为10429名老人提供生活照料、康复护理、精神慰藉等全方位服务。

此外,“十四五”期间,崇明区立足生态岛定位,推动养老服务创新突破,打造具有崇明特色的养老服务模式:

——建成区级养老服务综合监管平台和“崇明养老”小程序,以数字化转型推动养老服务监管规范化、精准化、智能化,实现“服务无感、管理有感”,提升为老服务效能。

——政企合作打造全市首个商业综合体居家环境适老化改造样板展示点——崇明养老服务体验中心,创新共享共建模式,整合优质养老服务资源,为老年人和家属提供“看得见、摸得着”的适老化产品体验场景。

——创新开展“三五”助老服务活动(每月5日“便民服务日”、15日“上门探访日”、25日“义务照护日”),累计服务老人9万余人次,切实解决老年人日常难题,获得广泛好评。

展望未来,崇明区将全面贯彻积极应对人口老龄化国家战略,聚焦养老服务供需结构性矛盾,优化“居家为基础、社区为依托、机构为专业支撑、医养相结合”的供给格局,强化失能老人照护等基本养老服务,构建普惠可及的养老服务体系,为积极应对人口老龄化提供崇明方案。