50年后相聚在黄埭

9月19日，原吴县黄埭中学初中2(2)班的47名同学，50年后相聚在新黄埭大酒店。许多当初16、7岁的黄毛丫头、懵懂少年，现在成了66、67岁的老头、老太。白发爬上头顶，皱纹跃上额头，相见恨晚，但是那份同学情还在。见面时依稀还可以认出当年的模样，大多可以直呼其名。但有的同学当时人比较大，现在却瘦了；有的同学当时比较瘦小，现在却人高马大，不敢相认。50年时间在人生的旅途中毕竟是最长的，有点变化不足为奇。

这次聚会最忙碌的要数组织者顾琴心、沈福曾、顾惠芬、沈荣发同学。他（她）们做好充分的前期准备工作。毕竟当时的同学都来自东桥、黄埭镇和农村的。50年过去了，如今人在何处？——在上海、在无锡、在苏州工业园区、高新区、相城区、吴中区；联络同学、编写通讯录、建立聊天群、再协调、确定聚会日期、联系饭店，真可谓忙得不亦乐乎，确实不容易。印才林同学还请来夫人帮忙，为同学聚会拍照，留下珍贵的纪念。

同学相聚拉拉家常，谈谈养生之道，聊聊子孙后辈。嗨嗨！我家青出于蓝而胜于蓝，相互很欣慰。虽然绝大多数同学因文化大革命原因，没能继续读书深造，基本上都去农村插队落户、回乡务农，但农村是个大学校，经风雨见世面，很多人磨炼了意志，经过自己的不懈努力，有的成了企业家，有的成了人民教师，有的参军转业当上了公务员；更多同学经历了下岗再就业，现在都退休颐养天年；有的还要为子女、后辈操劳，买、汏、烧、接送孙辈上学，比上班时还要忙。

同学见面有聊不完的话，回忆回忆同学少年时的趣闻逸事、课堂上的恶作剧，甚至叫叫同学的绰号，讲讲同桌课桌上的"三八线"，不亦乐乎，仿佛又回到50年前的课堂，笑声一片，顿时年轻了许多。

5个小时的相聚，时间很快就过去了，大家意犹未尽，都有点依依不舍之感。大家相约明年10月再次相聚黄埭，期待几个没有出席聚会的同学明年无论如何不要错失良机啊！（毛元华）

"双十一"到来之前　监管部门应提前介入

一年一度的"双十一"又来了，最让人印象深刻的不是"剁手"，而是铺天盖地的广告和有关部门发出的消费警示。"双11"带来的主要问题有两类：一是一哄而起的买卖让一些商家趁机浑水摸鱼，不规范行为集中爆发；二是交易过度集中造成爆仓，交货时效违约招致消费者投诉。

"双十一"的存在，肯定有其合理之处。网购在中国最流行，与中国网络、电商平台、网络支付走在世界前列有关。再加上年轻消费群体崛起，"双十一在中国成为一个"节日"，显得水到渠成。

但与其说"双十一"是一个节日，毋宁说它是一个购物的日子。这一天，全中国有数以百亿元计的商品成交量，并产生海量物流。正因如此，"双十一与春节、中秋这样的节日就有很大不同。春节重在庆祝，主体是城乡居民，而对"双十一"来说，交易规则、政府监管必须在场。这就像一场球赛，明星运动员引起欢呼，而裁判也是场上焦点之一。监管部门负有维护"双十一"品质的责任。

不规范的网购服务在"双十一"集中亮相，与监管难度大有一定关系。"双十一"这天，光淘宝2015年交易额就高达912.17亿元，对如此巨量而分散的交易进行监管，难度不容小觑。也正因为如此，一些商家主观或客观上有些不太规范。

"双十一"到来之际，监管部门提前介入，可以进一步加强监管。任何市场活动都应当纳入政府监管之下，在这个问题上，"双十一"并不享有特权。不要因"一管就死"，堵住不规范交易行为之路不是市场死去而是风清气正；能够造市场上死路的不是监管而是无法无天。监管不仅是发发消费警示，关键在事中监管、事后查处。证券市场的交易量比"双十一"大得多，但证监部门实现大数据监管后，接近于现场和实时化。

有社会学者提出"引导消费者理性消费"，这也是一个有价值的课题。消费产生于人们的日常需要，它本来是细水长流的。一些电商把它弄成一个"大呼隆"，实际上是一个电商形象工程，客观上给社会治理带来诸多难题。真正推动供给的是真实需求，而不是吸引人们参与"剁手"，"剁手"之后再后悔。现在或许是给"双十一"消消火的时候了，对于借机误导消费的行为，应当从严查处。

（双双）

老人消费要谨慎　理性购物莫忘记

随着"双十一"的临近又到了商家以各种促销、打折方式销售的旺季，也是消费者购物的高峰期。一些不法商家利用老年人信息不对称、对新生事物认知能力弱等特点，通过虚假宣传、设置消费陷阱等手段，骗取老年人财物。为了引导消费者在"双十一"购物高峰时段谨慎选择、理性购物、科学消费，特别提醒广大老年消费者要注意增强风险防范和自我保护意识，慎重对待健康讲座、熟人推销、免费体验等活动，依法维护自身权益。

有病切忌乱投医

生病要去正规医院就诊，保健养生也应到正规医院和机构去咨询，切不可有病乱投医，更不能轻信来路不明的"网络医生"。

免费承诺别轻信

老年人面对不法商家承诺的免费看诊、半价促销等手段要经得住诱惑，不贪图小便宜；虚假广告营销保健食品、药品广告已经成为虚假广告的"重灾区"。老年人在通过报纸、杂志、广播或电视等媒体接触广告时，要提高辨别意识，多了解、多咨询。

"专家"忽悠不上当

老年人因有病在身，特别渴望得到专家、医生指导，但要特别防范所谓"专家"趁机向老年人推销高价保健品。

养生讲座不购物

一些不法商家打着养生讲座旗号忽悠老年人，对老年人以赠送鸡蛋、面条、酱油等小物品相诱惑，达到推销商品的目的。

"政策补贴"不可信

某些不法商家冒充国家卫生部门给家境贫寒又久病缠身的老年人直接打电话，谎称能为他们向国家有关部门申请"政策补贴"和药费补助，进行欺骗诱导。

保健品与药品要区分清楚

保健品对治疗某些疾病有一定辅助作用，但不能代替治疗药物；"高利"诱惑防风险，高收益伴随高风险，面对金融商家高利率诱惑，老年人要谨慎识别，不受诱惑。（[illegible]）

从"上错菜餐厅"说起

日本东京有一家餐厅，服务员由6名老奶奶组成，上错菜是餐厅的"家常便饭"。

"请问您是点了拆卖面吗"？服务员老奶奶得到确认后，在纸上写下订单。"是拆卖面没错吧？"老奶奶又一次征求确认。"是的。"客人回答。一会儿，老奶奶给客人送上一碗面，并微笑地说："久等了，您要的乌冬面来啦！"

这就是"上错菜餐厅"！据试营业期间，60%的客人被上错菜，但是没人有不高兴的情绪，相反，90%以上的客人表示"希望再来"。

餐厅创意来自电视台制作人小国士朗。一次，他做一档以阿尔茨海默症患者为主题的节目，点了一份汉堡，患病老人却端上饺子。为了唤起社会对阿尔茨海默症患者的关心（2012年日本有462万患者，到2025年65岁以上患者，增加至700万人），他企划并组建团队，创办"上错菜餐厅"，并将于今年9月21日"世界阿尔茨海默症日"正式开张。

小国士朗向世人提出一个世界性的社会问题。

据资料显示，2010年，我国有阿尔茨海默症患者569万人，占世界第一。可是诊疗率与发病率反差最大，呈现就诊率、诊断率、治疗率"三低"现象。为了正确面对这种状态，缓解阿尔茨海默症给个人、家庭和社会生活带来的困扰，我提出做好三方面工作——

加强宣传。我们应该看到，比起糖尿病、艾滋病等疾病，人们对阿尔茨海默病的宣传和认知要少多了。由于这是一种隐匿的进行性发展的神经系统退行性疾病，一些人对老年人失忆、失语、失用、失认等功能障碍，以为这是老人机体自然退化的现象，而错失诊断和治疗时机。阿尔茨海默病是可以通过药物治疗控制的，能够帮助患者改善认知功能、延缓疾病进展，不至于发展到重度后将完全丧失基本生活自理能力。

加大帮扶。家庭人员应当要帮扶老年人远离阿尔茨海默病，帮扶他们有良好的兴趣爱好，健康的生活方式；一旦发现行为异常要及时诊治，防范安全事故。国家和社会更是要从人财物等方面加大投入，不妨学习国外先进有效的办法，从帮扶阿尔茨海默病患者的规划、设计和组织、培训等方面做好工作，特别是从政策上鼓励社会人士，像小国士朗那样开设"上错菜餐厅"实体活动，组织更多阿尔茨海默病患者力所能及地参与社会生活，既受到尊重又有益身心。

加快科研。诸如天花、霍乱和艾滋等许多疾病都可以预防和治疗，我相信凭着中国如今的人力、物力和财力，防治国人自古以来称之"痴呆"的老年性疾病，是应该有信心和能力的。关键是发挥我国社会主义制度优越性，重视并加快科研工作，中医和西医、科研和临床形成一盘棋和大协作攻关队伍，以最短时间和最快速度探明发病机制，研制治疗药物，小目标是减轻或延缓发病，大目标是预防或治愈，不断提高患者、家庭和社会安全度和满意度。（公晨）

老人维权案例

随着我国经济的高速发展，人口老龄化进程随之加快，涉及老年人维权的热点话题不断升温。近年来，在涉及老年人维权案件中，赡财、赡养、再婚、房屋确权等侵害老年人权益的案件表现为突出。对此，相关部门提醒老年人，当合法权益受到侵害时，要敢于和善于拿起法律武器，法律会为你们撑起公平和正义的保护伞。

近几年，60岁以上老年人作为被告人的赡养案件和老年人作为被执行人的案件呈明显上升趋势，这些民事纠纷扰乱不少老年人的晚年心境。

60岁以上老人作为被告人的赡养案件，往往集中于"老养老"即两辈人同时需要赡养的状况。原告一般在85岁以上，原告基本与三福儿子共同居住，并由其给付相应生活费用，单独居住或住养老院的较少，对同住子女的依赖性较大。因此，一旦60岁以上的子女以自己本身高龄且丧失工作能力为由，拒绝继续履行赡养义务时，原告没办法只好把子女告上法庭。当多名被告年龄差距较大时，老年子女也非常抵触均等承担赡养义务。

从江苏盱眙县法院近期已执结的10件老年人作为被执行人的案件看，被执行人基本上都在70岁以上，文化程度普遍较低甚至是文盲，根本谈不上有法律意识，也没有经济来源，基本上靠子女供养生活。其中除涉及老年父母与老年子女之间的赡养案外，涉及老年人离婚财产分配、分家析产、土地纠纷以及相邻关系案件等，这些被执行人，自身年龄大身体不好，道理不讲，拘留不宜，罚款无钱，给执行工作带来很大难度和负面影响。

面对老龄化的汹涌来势，加大帮扶高龄贫困老人应是社会关注重点。笔者建议，将经济能力审查与诉讼调解相结合，通过分配赡养义务，鼓励经济条件较好的子女适当多承担赡养义务；对拒不履行者，予以先予执行及依法拘留及罚款措施，以法律强制力切实保障老年人合法权益。同时，对老年被执行人确无履行能力，申请执行人生活困难符合救助条件的，呼吁社会适时给予救助，避免矛盾激化升级。

让老年人安度晚年，应是家庭与社会的共同责任。（苏永）

自说自话

做个阳光老人

做个阳光老人，健康长寿，这是每个老年朋友的心愿。而要实现这个心愿，我以为要做到以下四点，即放下包袱，自作多情，自寻其乐，老有少心。

放下包袱：人到老年，在思想境界上要有所升华，善于调节精神与情绪，放下成败荣辱、恩怨是非思想，切不可自我封闭，"作茧自缚"。而要顺应新时代，更新旧观念，培养自己的爱好，重返社会，扩大自己的交友圈。

自作多情：老年人多一点"自作多情"，不但会营造欢乐温馨的生活环境，还会对自身的延年益寿起到积极的促进作用。如同跳舞时，养成自哼自唱的习惯，别人唱歌时，自己也可以随声附和。与人交往中，学着回答别人的话题，恰到好处地幽默一下，也可以不时露一手擅长的"绝活"，还应主动热情地参与社会交往，志愿者服务，帮助他人，享受其中。

自寻其乐：要使自己快乐，则应以现实的眼光看待一切，做到自知、自信、知足，要胸怀宽阔、豁达，不要懊悔过去，也不要担忧未来。日常生活中，常会遇到一些不愉快的事，要善于自我宣泄，自我排遣，要得起，放得下。

老有少心：老年人要像孩子一样去接受现实，心气旺盛，怡然自得。给个老来俏，当个"老玩童"；玩玩年轻游戏，唱唱少时儿歌，"八十身犹健，生涯学灌园……"还可以"老夫聊发少年狂"，体会一把年轻时做过的带有刺激性又力所能及的活动。

做一个阳光老人，笑看夕阳红，幸福地享受每一天，何乐而不为？

（常玉华）

夕阳无限好

益智游戏在社区

姑苏区吴门桥街道盘溪社区的老年人，在社工的带领下，定期举办益智游戏，让她们在游戏中获得快乐和知识。

（范世琦）