

别忽视了老年人“节后空巢症”

本报记者 原文利

“春节期间，在外工作的儿女们回到家里，父母会感到很开心，他们的心理上也处于一种亢奋状态，会沉浸在团圆的喜悦中。但等到假期一结束，儿女们纷纷离家，家里一下子恢复空巢状态，老人就会感觉特别失落，难以适应。所以，当我们这些在外工作的人准备离家之前，一定要好好陪陪父母，帮助他们调整好心理状态。”日前，网友【悠然】就此话题发出了倡议。

从春节前子女即将回家所带

来的喜悦，到春节后子女离家所带来的失落，这样的心理落差对大多数空巢老人来说，很有可能带来心理上的创伤。那么，子女在离家前应该如何帮助父母调整好心态，避免“节后空巢症”的发生呢？近日，记者带着这个问题，咨询了我市相关心理学专家。

“老年人‘节后空巢症’近几年越来越普遍，主要原因是老年人本身就容易发生抑郁，而且节后子女们离家，给他们带来了精神上的失落感，甚至因情感失落而陷入抑郁状态，成了老年性抑郁症患者。”这位心理专家表示。老年性抑郁的病因与老年人的身

体状况、大脑功能、社会心理等因素都有关。对于空巢老人而言，他们更容易感到孤独寂寞，就算已经出现抑郁，往往也不容易被及时发现，所以更容易被老年性抑郁所侵袭。

这位专家认为，老年人之所以会患上“节后空巢症”，归根结底是因为他们在和子女短暂的团聚之后，子女又要匆匆离家，给他们带来了心理失落和情感空虚。所以说，要想缓解老年人群体在春节后所面临的“节后空巢症”，还需要子女帮助父母调整好心理状态，避免他们内心的失落和空虚。子女们离家前，应如何做好

父母的思想工作呢？专家建议，一方面，子女不能在假期一结束，就马上收拾行囊离开，而是应在离家返程之前，好好陪陪父母，和他们聊聊天、谈谈心，让他们对自己的工作和事业多些理解与支持，把自己离家带给父母的失落感降到最低的程度；另一方面，即便子女为了工作和事业不得不离开父母，但也要通过其他方式来完成对父母的精神抚慰与精神赡养的责任，在一定程度上缓解父母对子女的思念之苦。

网友【轻舞飞扬】说：“可以教父母使用QQ、微信等现代通信工具，等子女们离家之后，可以经常利用这些通信工具和父母通电话、发视频，给父母一个缓冲时间，让父母能顺利过渡到平时生活中，别让他们患上‘节后空巢症’。”

网友【勇敢的心】说：“子女们在离家之前，可以帮助父母把家里的生活设施检查一遍，以免父母在以后的生活中遇到不必要的麻烦，以缓解他们心理上对子女的思念和依赖。”

总之，子女们应该把对父母的关爱贯穿到日常生活中来，采取各种有效的办法，帮助父母走出这种情感困境，有效缓解老年人的“节后空巢症”，让老年人晚年生活得更加幸福、美满。

关注无偿献血

元宵佳节献血忙

本报记者 张 冬
本报通讯员 刘孟春

车外乍暖还寒，车内温暖如春。停放在蒙牛乳业（焦作）有限公司职工餐厅门前的献血车内，挤满了前来参加无偿献血的该公司员工。

“请出示你的身份证。”“吃早餐了没？”“最近睡眠好吗？”面对热情的员工，市中心血站体采一科的工作人员仔细地询问。

“3月5日是学雷锋活动日和中国青年志愿者服务日，每年这个时候，我们都会和市中心血站联系，组织员工参与无偿献血。今年3月5日，恰逢元宵佳节，无偿献血更有意义。”负责组织此次活动的蒙牛乳业（焦作）有限公司党工团专员张静说。

“去年公司组织无偿献血的时候我就报名了，但是因为身体不适错过了，今年再也不能错过了。”该公司设备处员工牛小娟一边接受护士的初筛和体检，一边对记者说。

该公司员工梁小华是第一次献血，在工作人员准备为他扎针时，他还有点紧张。“放松，没关系的，有什么不适告诉我。”负责采血的工作人员安慰他。

因为组织有序，采血车上充满了欢乐的气氛，同事之间也经常用开玩笑的方式化解紧张的情

绪。

记者离开时已近中午，但仍

有员工陆续前去献血，大家挽袖助人，一幕幕感人的画面不时上映，让人感慨无处不在的雷锋精神在这个元宵佳节绽放。

下图为参加无偿献血的蒙牛员工在采血。

本报记者 张 冬 摄



官方微博:@焦作日报(新浪、腾讯) 新闻热线:8797000 编辑:聂 楠 | 校对:梁秋菊 | 组版:杨 杰

“环保新常态”仍有攻坚战

□梁云凤

3月2日，在环保部就新《环保法》实施生效以来进展情况的新闻发布会上，环保部副部长潘岳说，环保部要对存在多年的问题进行强力整改。据悉，新《环保法》生效两月，共实施了15件按日计罚案件，罚款数额达723万元。

（据《新京报》）

新《环保法》实施之前，由于缺乏强硬执法手段，环保部门一直被公众诟病，被称为“没牙的老虎”。比如，环保部门没有强制执行权，一些地方环保部门在接到群众举报后，不能扣押、查封排污设施，这就出现了不少污染企业关门生产、环保官员被拒门外的事；同样因为没有强制执行权，环保部门开出的罚单也只能申请

法院强制执行，不仅降低了工作效率，也让执法权威性大打折扣。

今年1月1日新《环保法》正式施行，这部“史上最严厉环保法”赋予了环保部门多件执法利器，被称为上了“利齿”的老虎，承载着中国治理“堆积如山”问题的新希望。从发布会上公布的信息来看，新法生效两个月以来，实施了15件按日计罚案件，罚款数额达723万元，确实有利于倒逼企业停止污染。

但我们应该看到的是，新法虽然已经实施，但强制整改“堆积如山”的环保问题依然需要攻坚战。

我们首先要应对的是避免环保工作成为环保部门的单独战场。不得不承认，在如今的高压态势下，很多污染企

业都开始转入隐蔽方式生产，要挖出这些“害虫”，必须发动全社会的力量进行监督。

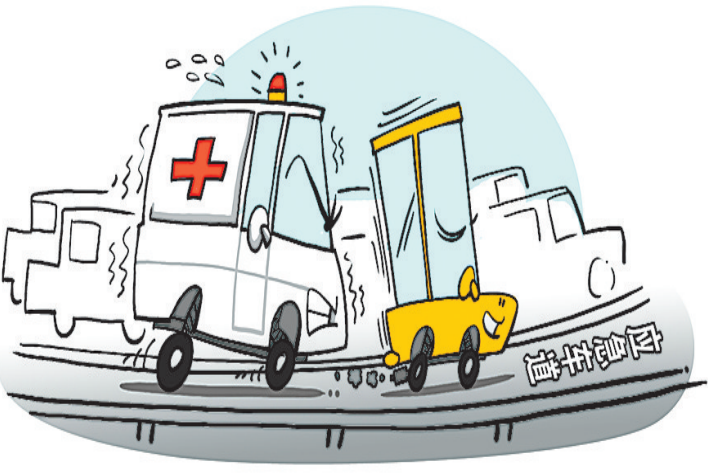
我们还要破除地方保护主义的壁垒。过去，很多地方政府片面追求GDP的高速增长，忽视了环境问题，造成了法不责众的局面；而很多污染企业是地方政府的纳税大户，出于地方利益考虑，地方政府会隐瞒实情，甚至消极对待。环保部副部长潘岳说，现在仍有八九个省区没有查处一起环境犯罪案件，而这些地方实际上都存在着比较严重的环境污染问题。

公众对“执法不作为”的问责也是攻坚点。“不作为”其实可以分为两种，一是依法应当作出责令停业、关闭的决定而未作出的；发现污染或者接到

举报未及时查处的，环保部门的责任官员将面临引咎辞职的严厉追责。二是不敢作为，环保官员作为地方职能部门，如果受到地方主管或者上级部门的影响而不敢作为的，也应该倒追上级领导的责任。

有了强有力的法律保障，有了强力治理污染的领导集体，有了治理污染的社会共识，新《环保法》给环保执法带来了契机，正如媒体所言，之前的法律还不完善、执法手段不足、领导不重视等等借口也没有了，中国的环保事业到了形成拐点的时候。但必须指出的是，环保问题实际上是一个发展方式问题，治污必然会带来短期内经济的阵痛；环保攻坚战是一个中长期的过程，我们应该给相关部门足够时间。

世相漫话



“拦路虎”

近期，各地交警曝光了一批非法占用高速公路应急车道的机动车号牌并施以处罚。在交警抓拍的“盲区”，热心群众也将自己拍摄的“罪证”提交给相关部门。

大 巢 作（新华社发）

网友支招

遇见“碰瓷儿”要掌握证据及时报警

本报记者 付凯明

前几天，一位网友驾车到塔南路某银行办事，当拐弯走进停车场时，突然一位老大爷歪倒在他车上，说该网友的车碰到了他。幸亏这位网友车上安装有行车记录仪，完整地记录下了事件的整个过程，后来老人才悻悻而去。该网友将此段视频发在了网上，点击率直接爆棚，对此事件广大网友也是议论纷纷。

随着“老人碰瓷儿”问题的社会关注度越来越高，人们既对那些见老人摔倒不扶的路人失望，更对那些靠摔倒和碰车讹钱的老人愤慨。很多时候，若不是好心的乘客帮忙作证，若不是部分车主安装有行车记录仪，也许真有一种跳进

黄河也洗不清的感觉了。

网友【飘零】是一位律师，他说：“我国法律对老人讹人案件还存在着漏洞，老人本身就是社会中的弱势群体，当弱势群体犯错之后，能否对其进行合情、合理的处罚是社会公平、正气的关键。法律既要让讹人的老人受到应有的惩罚，又要保护那些确实被撞的老人的合法权益。”

“老人故意摔讹人的事情毕竟是少数，首先我们应当尊重老人，在生活上多关心、帮助他们，让他们感受到社会的温暖。若真是遇到恶意‘碰瓷儿’的老人，网友们也不必惊慌，可以请周围的热心群众作证，同时要及时录像或是照相机来掌握充足证据，最后还可以选择报警进行处理。”网友【平安焦作】建言。

网眼拍客

一阵鞭炮声 引来喇叭鸣



晓 荷 摄



焦作新浪微博

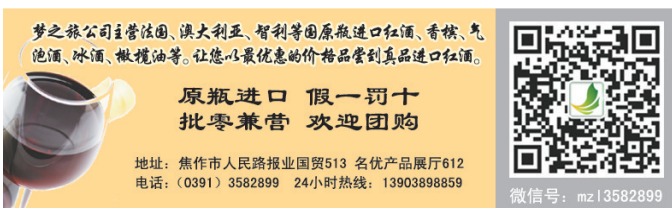


焦作腾讯微博



焦作网微信公众号

话题



【今日话题】

“逃”“补”之间

3月3日8时30分，在南昌开往北京西的T168次列车上，一女子谎称儿子才上小学一年级身高没有超高不用买票，因儿子不“配合”逃票而对列车长破口大骂。更过分的是，在列车长出面劝阻后，这位母亲竟然将儿子推给列车长。就在列车长左右为难之际，一直没出声的男孩从自己的口袋里拿出一个红包说：“我今年11岁，已经上四年级了，这是我的压岁钱，我可以给自己补票。”随后，他从红包中抽出一张百元钞票递给列车长。对此，你怎么看？

【观点1+1】

@z531312762：父母是孩子最好的老师，希望父母把正能量传递给善良的孩子，别让孩子的心灵沾染社会的不良习气。

@学苑范梦园：那女子即使逃票成功，省的是钱，丢的却是人！身为母亲，她应该感到脸红。

@蔡甸王启东：我们从男孩的补票行为可以解读出许多东西，其中的诚信意识最可贵，为年轻一代点赞。

@老吕飞刀：现在，不少家长只想着把孩子培养成“考试机器”，让孩子考名牌大学，找稳定工作，却不懂得教孩子如何为人。该事件给公众上了一课，希望广大家长引导孩子当一个诚实守信的人，这样我们的社会才有希望。

@单建华江苏：请不要谴责那位母亲，因为孩子的身高并没有明显超出免票“身高线”，可买票，也可不买票，母亲就想省点钱。在火车上，不买票或不补票的乘客大有人在，又有谁去监督和追究呢？所以，问题的关键是相关人员执行规则要一碗水端平。

@苏懿凉凉凉：独立之思想，自由之精神，有主见的孩子定会大有作为！

@文静1078：父母是孩子的一

面镜子，这位母亲不仅自己撒谎，还要求孩子“配合”，实在不应该！做人要讲诚信，父母对孩子的教育不能只停留在口头上，更要落实到现实生活中。

@萧春融的微博：我们在该事件的“逃”与“补”之间，看到了成人与孩子自身素质方面的巨大差异。由此可见，我们的社会在提倡加强孩子素质教育的同时，也应该加强对成人的基本素质教育。

@方鸣1121：对该事件，我在感动之余也有心酸。还好，我们的下一代没有受到社会消极因素的影响，而这也从另一个角度印证了，我们的社会教育还是很成功的。

@美女配英雄喽：少年强，则中国强！为孩子的行为点个赞！

@夜间列车：小男孩主动提出给自己补票，可谓“中国好乘客”。他不仅以自己的行为为母亲的“失分”行为挽回一局，而且在列车这个流动的小社会传递了正能量。也许，孩子不懂成人世界的“游戏规则”，但他的行为实实在在地给大家长上了一课，应该引起公众的深思。

【下期话题】

好人就在你我身边

春节前，李女士乘坐公交车前往长沙火车南站赶火车，因时间紧迫，得换乘出租车才行，但当时身上零钱不够，公交司机刘立平掏了100元钱给她，叫她赶快换乘出租车，李女士走得急，没有打听对方的姓名和电话。日前，李女士专程从老家赶到长沙，几经周折找到了那位公交司机，归还了100元钱，送上了一面锦旗。对此，你怎么看？

（参与热点话题讨论，请关注《焦作日报》官方微博：@焦作日报）

本期栏目主持人 本报记者 麻 醇