



中国百强畅销报刊 总9769期
年长者的精神家园 今日16版

老年日报



中国邮政发行畅销报刊

2026/05/18 星期一 丙午年四月初二 国内统一连续出版物号:CN23-0018 邮发代号:13-18

“00后”助老人以菜易物

清晨六点半,湖南省郴州市桂阳县樟市镇高塘村的党群服务中心开始热闹起来。老人们挑着担子、提着竹篮,三三两两往这里赶。黄瓜还挂着露水,芹菜和香葱鲜嫩水灵。他们把菜往易货超市一放,登记、称重,当场兑换米面油或现金。

这个易货超市的“掌门人”,是一个“00后”姑娘。她叫谢瑶,2024年从国外研究生交换回国后,一头扎回了家乡,和爱人路祥翼张罗起帮村里老人“以菜换物”的营生。

谢瑶小时候常见路边卖菜的老人,从清晨守到日落,午饭就两个冷馒头。后来出国,看到外国老人开车去跳蚤市场交换旧物,心里猛然被击中:“咱们村里的老人,连车都没有。菜卖不掉,还得挑回去。”

回国后,恰逢桂阳县委组织

部和县供销社正着力破解偏远山区“买卖难”问题。双方一拍即合。2024年9月,“城乡易货”模式在高塘村试运行,谢瑶主动对接,敲定了第一个试点。依托党群服务中心设立易货超市,一头收菜,一头供货。村里老人把自家种的菜送来,兑换生活用品或现金;谢瑶团队统一收菜、检测、贴上溯源码,再送往城里。

话虽如此,做起来才知道艰难。收菜是第一道坎。谢瑶不忍心拒绝,菜都照单全收,结果卖相不好的菜无人问津。于是她和合伙人制定了收菜标准,专人分选,对特困、高龄农户适度兜底。收菜时,也会叮嘱老人种菜的技巧,提高菜的品质。

菜收上来后,怎么卖出去才是真正的考验。传统的流通环节多、层层加价,到了城里消费者手里已价格不菲,而农户得到的却

很少。谢瑶决定另辟蹊径。她在县城开设了供销生鲜超市,省去中间商差价。

在桂阳县供销社支持下,冷链车也配齐了,固定线路进村给易货点补货、运回新鲜蔬菜,经过检测生成溯源码,再配送到城区。谢瑶说:“溯源码,是一份看得见的诚实。”

偏远山区是另一道难关。桂阳县白水瑶族乡是“流动供销”民生工程重点关注的“三区”,那里的白萝卜清甜可口,却因长得“丑”很难卖出。谢瑶请来省里种植专家进村培训,又流转了100多亩地发展高山蔬菜。散户种的菜,她也照收。

如今,这套模式已在全县22个乡镇、30多个易货点铺开,累计交易额超100万元,农户收入普遍提高10%到15%。

胡用梅

北京收废品有了“正规军”

担心路边收废品的“游击队”回收价格不透明、缺斤短两?家里有淘汰下来的大衣柜、长沙发等大件垃圾却无法自行清运?腿脚不便的老人想卖废品下楼难?在北京,“收废品”也有官方“正规军”了。只需动动手指,就能预约上门回收可回收物、大件垃圾以及装修垃圾,明码标价,绝不缺斤短两,对老人和行动不便人士尤其友好。

“京彩回收”小程序已在微信及“京通”平台正式上线运行,为市民提供全市统一的回收物交投、大件垃圾及装修垃圾线上预约回收服务。小程序功能清晰、操作便捷。点击“回收物交投”按钮,手机屏幕上立刻出现了多个选项。对于老年人和行动不便者等用户,小程序贴心地提供了在线“预约交投”服务。各类可回收的物品均明码标价。用户既可单选某一个品类,也可多选不同品类。若想更省事,也可以将所有可回收物打包成一袋,按“一袋式”回收。《北京晚报》

山水画卷



浙江温州乐清雁荡山鸭落洞背,薄雾如纱轻笼群山,晨光穿透云层,将层峦叠嶂晕染成一幅灵动的山水画卷。央视

三道防线守护医保救命钱

国家医保局发布《医疗保障基金监督检查五年行动计划(2026年-2030年)》,剑指欺诈骗保隐蔽化等难题。

计划明确未来五年监管框架,推动监督检查全面覆盖,国家、省级飞检层层深入,首次探索长护险专项飞检。技术赋能成亮

点,加强大数据监管模型研发应用,推进“三道防线”建设。同时,构建长效监管格局,完善法规制度体系,建立信用管理机制。国家医保局将全面强化医保基金监管,严查违法违规,守牢人民群众“看病钱”“救命钱”,助力“三医”高质量发展。新华社

标题新闻

时政

★外交部:世界上一切爱好和平的国家和日本人民都应共同抵制日本右翼势力“再军事化”妄动

经济

★工信部:一季度我国数字产业收入9.5万亿元 同比增长12.9%

★央行:前四个月人民币存款增加14万亿元

社会

★南水北调东中线一期工程已累计向北方调水880亿立方米

国际

★世界动物卫生组织呼吁增加动物卫生体系投入

★欧佩克下调今年全球石油需求增长预期

今日微推荐
扫码更精彩



老年日报
微信

这种平价食物
稳血压 血糖 血脂



龙健康

内脏有炎症
这里一按就痛

老年日报 维权热线
13796087938
13936697319