



“时间银行”是由瑞士联邦社会保险部开发的一个养老项目——人们把年轻时照顾老人的时间存起来，等将来自己老了、病了或需要人照顾时，再拿出来使用。

## “时间银行”养老

2008年，我移居瑞士。考虑到我所读的大学离住的地方比较远，我就在学校附近租了一个小房间。房东克里斯蒂娜是一位独身老太太，退休前在一所中学当教师。

瑞士的退休养老金是很丰厚的，足以让克里斯蒂娜在晚年过上衣食无忧的生活。但令我不解的是，她居然找了一份“工作”——照顾一位82岁高龄的老教授。

我问她，是不是因为钱才去工作的？她的回答让我十分意外——“我去工作并不是为了钱，而是把我的时间存进‘时间银行’，等到我老得不能动了，就可以支取了。”

第一次听说“时间银行”这个概念，我按捺不住心中的好奇，不断向房东追问。听完她的简述，我真是大开眼界。

“时间银行”是由瑞士联邦社会保险部开发的一个养老项目——人们把年轻时照顾老人的时间存起来，等将来自己老了、病了或需要人照顾时，再拿出来使用。

申请者必须身体健康、善于沟通、充满爱心，每天有充裕的时间去照顾需要帮助的老人，其服务时数将会存入社会保险系统的个人账户内。

克里斯蒂娜照顾的老教授叫利萨。她每周去利萨家两次，每次两个小时，帮老人做些整理房间、推老人出去日光浴、帮老人到超市购物、陪老人聊天等事情。

按照协议，克里斯蒂娜的工作期限是一年。一年后，“时间银行”会

将克里斯蒂娜的工作时数统计出来，并发给她一张“时间银行卡”；

当她需要别人照顾时，可以凭借“时间银行卡”去“时间银行”支取“时间和时间利息”。届时，“时间银行”的工作人员在验证过“时间银行卡”的信息后，会指派义工到医院或她家中去照顾她。

如果她在去世前没有使用完“时间银行卡”中的“时间”，“时间银行”会把这些小时数折合成一定的金钱或物质奖励给她的遗产继承人。

有一段时间，克里斯蒂娜特别忙碌，而要利萨家去时更是神采飞扬。每次回来后，她都会跟我讲一些她和利萨在一起的经历，从语气中我能感受到她的愉悦心情。

就这样，克里斯蒂娜一做就是一年。我以为一年下来她会结束这份工作，她却向“时间银行”提出再干一年的申请。

一天，我正在学校图书馆看书，突然接到她的电话，说她从楼梯上摔了下来。我匆忙赶回住处，将她送进医院。正在我筹划该如何护理她时，克里斯蒂娜告诉我不用担心，她已经向“时间银行”提出了支取申请。

果然，不到两个小时，“时间银行”的工作人员就给她安排了一位护工——22岁的姑娘维基。随后几天，维基每天都来照顾她，给她做可口的饭菜，陪她聊天。在维基的精心照顾下，克里斯蒂娜很快恢复了健康。

起初我还对“时间银行”的效用有所怀疑，但经历这件事后，我彻底

信服了，并且也想投身于“时间银行”的工作中。克里斯蒂娜知道我的心思后，就带着我向社区“时间银行”提出申请。

其负责人详细地向我讲解了“时间银行”的宗旨：用自己支付的时间换取别人的帮助，而银行是时间流通的桥梁。

一周后，我收到“时间银行”的回复，并且接到了第一份任务——帮助一对瑞士夫妇欧仁和莉莉娅学习中文。这对夫妇十分幽默，跟他们相处与其说是工作，不如说是在放松心情。由此，我也理解了当初克里斯蒂娜对“时间银行”的工作如此积极的原因。

通过做“时间银行”安排的工作，我的课余生活丰富起来，也认识了许多伙伴。他们当中有和我一样的年轻人，也有老年人。我发现，这里的老年人能和年轻人打成一片，看上去非常有活力。

“时间银行”每年都会召集参与者举行一次大派对，参加派对的老年人时而唱歌，时而跳舞，玩得不亦乐乎。“时间银行”在改善他们晚年生活的同时，也在他们的晚年生活中注入了年轻的活力。

2015年5月，我回到中国探亲，看到老年人不是跳广场舞就是打牌，晚年精神生活十分匮乏，与瑞士老人形成了鲜明对比。当前，中国“空巢老人”的数量在不断增长，正逐渐成为一个社会问题，瑞士的“时间银行”对我们或许是一个很好的借鉴。

摘自搜狐网

### 看天下



### 大熊猫宝宝亮相 小爪爪抱脑袋表情萌化

当地时间5月26日，马来西亚国家动物园，旅马大熊猫“靓靓”的第二个宝宝首次亮相，一脸呆萌超可爱。这只雌性熊猫宝宝出生于1月14日，目前还没有取名，是雌性大熊猫“靓靓”和雄性大熊猫“兴兴”的孩子。“兴兴”和“靓靓”2014年由我国租借给马来西亚，它们的第一只大熊猫宝宝“暖暖”于2015年8月18日出生。“暖暖”已于2017年11月返回中国。



### “飞跃”怒江 云南傈僳族村民溜索过江

在云南怒江傈僳族自治州，一些少数民族村民需要通过溜索到怒江对岸。说到了怒江如果不尝试溜索过河，就等于没有到过怒江。虽然横架在怒江上的桥梁越来越多，但溜索仍然没有退出历史舞台，人们将藤索变成了钢缆，溜板被滑轮所取代，溜索越来越安全。有的溜索已经失去原来的意义，而变成供游人娱乐的工具。图为一名40岁的傈僳族妇女背着她的女儿溜索离开村子。



### “讲习快车” 为群众量身定制“理论套餐”

晋城新时代讲习快车“沁水号”自4月28日开进张村乡易地扶贫搬迁安置点以来，先后来到龙港镇固镇村、中村镇中村村、柿庄镇枣园村、郑村镇赵庄村、十里乡河北村等20余个乡村，以理论宣讲为车头，搭载文艺节目、政策宣传、技术培训、便民服务等广受群众欢迎的丰富内容，打通十九大精神进基层的“最后一公里”，推动习近平新时代中国特色社会主义思想深入人心。

### 咬文嚼字

## 池鱼原来不是鱼

宋代周辉《清波杂志》卷九“池鱼”记：“张无尽尝作一表云：鲁酒薄而邯郸围，城门火而池鱼祸。”上句出自《庄子》，下句不知所出，以意推之，当是城门失火，以池水救之，池干而鱼死。《广韵》“池”字注说：池，水沼也，古代有个姓池名仲鱼的人，城门失火不幸被烧死。谚曰：城门失火，殃及池鱼。白居易有诗：火发城头鱼水里，救火竭池鱼失水。这

说明，当初池鱼是一个人的说法，并没有流行。但是，《广韵》里这样说，应该是有根据的。

张无尽是宋代的丞相。《广韵》是北宋官修的一部大型韵书。而白居易的说法，已经代表大众，按这个时间表推算，除非《广韵》编著者在前代的辞书里，找到强有力的证据，否则，说服力不强。

其实，白居易采用的说法老早就有

了。北齐杜弼《檄梁文》里有：“但恐楚国亡猿，祸延林木，城门失火，殃及池鱼。”东汉应劭《风俗通》载：“城门失火，祸及池鱼。俗说司门尉姓池名鱼，城门火，救之，烧死，故云然耳。”这样说来，《广韵》说池鱼是一个人，是有依据的。只是，后人在流传这一事件时，将名字理解成了“池里的鱼”，城门失火，殃及无辜的池鱼，比喻受到无辜牵连。

摘自《今晚报》