

半分钟弹窗跳转20次 老人手机上的“数字牛皮癣”怎么除

8月12日,记者在探访青岛市北区镇江路某居民家中的高龄老人时,发现其使用的智能手机暗藏严重安全隐患:老人并未主动下载任何应用软件,手机里却悄悄多出十余款伪装成天气预报、棋牌游戏的流氓软件,频繁弹出的广告让老人连正常拍照、接电话都屡屡受阻。

记者在现场看到,老人手机桌面上的“精准天气预报”图标和正规天气软件几乎一模一样,点击进入后先加载几秒正常天气界面,随即弹出“恭喜获得额外福利,限时领取”的广告窗口。老人尝试点击关闭,可非但找不到“关闭”按钮,甚至越

按手机,越会被加载应用,根本无法退出,反而直接跳转到“中国象棋大作战”的游戏界面,后续无论怎么点击,都会触发新的广告跳转,短短半分钟内屏幕就切换了近20次不同页面,完全陷入无法退出的死循环。“之前好几次想拍照,可就是无法关闭当前的内容。折腾半天一张照片都没拍成。”老人告诉记者,自己根本不晓得这些软件是什么时候出现在手机里的,只知道最近手机越来越卡,还经常莫名其妙收到各种“获奖信息”。

记者拿来手机,尝试帮老人解决难题,但遇到的情形一模一

样,最后,只得“重启”或“关机”。但即使重启后,如果不先卸载这些流氓软件,其他正常的拍照、微信功能还是会被随时侵扰。于是,记者只得第二次“重启”手机,然后直接进入“设置”,卸载这些软件。如此,老人的手机才得以恢复正常使用。

这些被卸载的除了多款重复的伪装天气预报应用,还有大量“免费听小说”“棋牌闯关”类的陌生程序。这些流氓软件普遍设计了隐蔽的权限机制,普通用户在桌面长按图标根本找不到卸载入口,只能通过系统深层设置清理。

记者 王丽洁

网络技术工程师给老年人支招—— 分层操作 定时清理

本报新媒体网络技术工程师丁世铎指出,当前老年用户面临的核心数字陷阱十分集中:流氓软件常伪装成天气预报、听书、棋牌类应用静默安装,搭配虚假关闭按钮、摇一摇诱导跳转,极易陷入弹窗死循环,严重干扰通话、拍照等基础功能,甚至威胁财产与信息安全。

丁世铎给出了分层实操步骤:首先不要只关闭总开关,要

逐个对浏览器、短视频、小说类App关闭“允许安装未知应用”权限;接着进入应用权限管理,批量关闭非必要App的悬浮窗、后台弹出界面、修改系统设置权限,在广告设置中直接关掉摇一摇跳转功能;遇到长按桌面找不到卸载按钮的顽固软件,不要直接点开,先重启手机,立刻进入设置-应用管理,在全部应用列表里找到陌生软件先强制停止

再卸载。同时要开启手机管家的骚扰拦截、广告拦截功能,在隐私设置里关闭广告跟踪。

在此提醒老年家属,要养成定期帮老人检查应用列表、清理陌生App的习惯,约定好“三不碰”原则:弹窗上“领取福利”“中奖”“免费领”一律不点;模糊半透明的“关闭叉号”不要碰;遇到弹窗死循环直接长按电源键重启。

笔墨镌韶华 难忘执教路

第九届“新东方文旅——寄语祖国 永怀初心”市南老教协主题征文启动

本报讯 日前,由青岛市市南区老教育工作者协会与老年生活报联合主办的第九届“新东方文旅——寄语祖国 永怀初心”主题征文活动启动。本次征文以“银龄志愿服务,践行初心使命”为主题,号召广大离退休老教育工作者以文学形式歌颂党的光辉历程,礼赞祖国繁荣昌盛,回顾执教生涯难忘岁月,展现新时代美好生活。

自2018年首届赛事举办以来,“寄语祖国 永怀初心”征文活动已成为市南区老教育工作者文学交流活动的重要文化品牌。多年来,千余人次热爱写作

的老园丁们参与了征文活动,用细腻的笔触表达了自己深耕教育战线的初心,给难忘的执教岁月镌刻文字,抒发了浓浓的爱国、爱岗情怀。

本次征文体裁为散文或诗歌,字数控制在800字以内,要求语言精炼、情感真挚。可结合个人执教经历撰写回忆,或结合银龄志愿服务实践,记述个人经历、身边感人事迹与生活感悟。组委会仅接收电子投稿,谢绝AI生成稿件,组委会将运用技术手段严格排查。来稿请注明作者姓名、联系电话及退休单位。

征稿结束后,将由老年生活

报、青岛市市南区老教协及相关专家组成评委组开展评审,拟评出优秀组织奖7名,一等奖3名,二等奖7名,三等奖15名及优秀奖若干(奖项名额视投稿数量而定),所有获奖者将获得荣誉证书。青岛市市南区老教育工作者协会、青岛日报社银龄事业部(老年生活报)、青岛新东方文旅将在展评公示后,对优秀获奖者进行表彰,并策划举办颁奖典礼。

投稿时间:2026年8月21日——11月30日。展评时间:2026年12月底至2027年1月初。投稿邮箱:snljxzw@126.com。(本报记者)

75岁王石再创业: 首开健身训练馆



王石

75岁的万科创始人王石再度踏入创业赛场,这一次他选择的是健身赛道。据报道,王石在深圳大梅沙开设了首家“顽石”HYROX训练馆。

HYROX是一项起源于德国的全球室内健身跑赛事,也是当前国内增速最快的体能赛事IP之一。王石与HYROX的绑定,远不止于开设训练馆的商业投资。作为常年保持高强度运动习惯的企业家,王石全年训练天数超过300天,每日清晨五点半开始训练,常年维持64公斤体重与11%左右的体脂率,曾多次登顶珠穆朗玛峰。2026年以来,王石以参赛者身份先后参与HYROX北京站、上海站、杭州站与成都站赛事,均斩获对应年龄组冠军。

8月16日,王石在回应相关舆论时表示,此前网络上关于其“换心脏”“登顶珠峰是被抬上去”的传言始终无法平息,而亲身参与HYROX赛事后,“没人再说风凉话了”。他将HYROX称为“工业革命后室内健身的一次革命”,以75岁的年龄亲身参赛并取得成绩,也让这一小众赛事快速破圈进入大众视野。李科峰

数独

	9					5		
		4			9			2
		6	2				8	
	2		4			3		
6				9				4
		9			7		6	
	3			8	2			
5			3			8		
		8					5	

答案见2版中缝