78岁,她仍在“峡谷”里战斗

在广东梅州,“电竞老太”单枪匹马当起游戏主播;在四川成都,一支电竞战队9名队员平均年龄超过65岁;在浙江杭州,成百上千位“活力老人”报班学习玩网络游戏……这群“银发玩家”,有的是在晚年闲暇时邂逅网游,有的是网游爱好者老当益壮再“亮剑”。



BSG战队训练时的合照,右一为刘淑华。

1 继续“战斗”

78岁的刘淑华还在峡谷里战斗。峡谷是网络游戏《英雄联盟》里一张经典对战地图,全称召唤师峡谷。在这张地图上,双方各有五名玩家,分别选择不同英雄,承担不同位置的任务,分工配合,直至摧毁对方基地取得胜利。

对刘淑华来说,这并不容易。2024年11月加入战队之前,她从未接触过电竞。为了学会游戏,她看教学视频,还向AI请教。刘淑华是成都BSG银龄电竞战队年龄最大的队员。如今,这支队伍共有9名成员,年龄从五十多岁到七十多岁,职业经历各不相同。他们中有人退休前从事法律工作,有人做过护士、会计、工程师等。他们每周聚在一起训练、比赛,会因为战术分歧吵架,也会为一场胜利高兴。

老年人玩游戏并不新鲜。伽马数据《2019中国游戏产业半年度报告》曾测算,国内55岁以上游戏用户超过2500万。但从个人娱乐到组队比赛,老年电竞仍不多见。

2 打游戏让大脑保持活跃

比赛打多了,刘淑华感觉晚年生活也有了变化。她说,和一些同龄人,甚至比自己小十来岁的人相比,自己还能独自出门,这让她有些优越感。她身边有些年龄比她小的亲戚,没人陪同便不敢出门,只能叫家里的孩子接送,但孩子们也有自己的事情要忙。

“打电竞让我过得挺开心的。”刘淑华认为,打游戏让自己的大脑保持活跃,也让她更愿意接触和使用新的技术。如今,她能自己用手机地图查路线、叫网约车,也会骑共享单车、网购,还能通过手机银行转账。今年4月,她还买了机票,飞回母校参加校庆。

“老年人应该自立自强”“老年人不是家庭和社会的负担”“老年人应该发挥余热,参与社会发展”……《第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查基本数据公报》显示,超过七成的老年人认同上述观点。

2025年,刘淑华的老伴去世了。老伴在世时,一直支持她参加电竞。如今只剩她一个人,她更不愿整天待在家里。“如果不走出家门,一个人待在家里,难免会胡思乱想。我不能整天悲悲切切的,让孩子跟着担心。”刘淑华说。 **陈佳慧**

第九届“寄语祖国 永怀初心”主题征文火热征集中

由青岛市市南区老教育工作者协会、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”主题征文活动投稿踊跃,为给广大作者充足的创作打磨时间,经主办方研究决定,征稿截止时间顺延至2026年12月15日。

本次征文以“银龄志愿服务,践行初心使命”为主题,面向广大离退休老教育工作者征稿。活动自2018年创办以来,已成为老教育工作者知名文化品牌,多年来吸引千余名老园丁提笔撰文,书写教育初心与家国情怀。

征稿要求:体裁为散文、诗歌,字数800字以内,要求情感真挚、文笔精炼,可结合执教生涯回顾、银龄志愿经历和生活感悟创作。本次仅收原创电子稿,谢绝AI生成稿件,来稿须注明姓名、退休单位及联系电话。投稿邮箱:snljxzw@126.com。本次活动将由主办方及专家团队统一评审,设置一、二、三等奖、优秀奖及优秀组织奖,获奖者将获颁荣誉证书,后续统一开展表彰及颁奖活动。展评时间为2026年12月底至2027年1月初。欢迎广大老教育工作者踊跃投稿,以文抒怀、续写银龄风采!

本报记者

数独

		7				5		
	1		9		2		8	
6				4				3
	2						1	
		5				7		
	9						6	
3				5				9
	5		7		1		2	
		8				4		

答案见2版中缝

博览

太空会师第一餐吃什么

北京时间2026年11月25日08时18分,搭载神舟二十四号载人飞船的长征二号F遥二十四运载火箭在酒泉卫星发射中心点火发射,约10分钟后,飞船与火箭成功分离,进入预定轨道,航天员乘组状态良好,发射取得圆满成功。专家揭秘太空会师第一餐吃什么。

中国航天员科研训练中心吴斌表示:“巴基斯坦航天员经过训练之后,应该是逐渐适应了中方菜品的一些情况,包括他比较爱吃的白米饭、宫保鸡丁、西红柿炒鸡蛋等,这次也带了。针对民族特点,我们也新研了一些像羊肉焖饭、牛肉抓饭、鹰嘴豆等等。”

据介绍,飞船入轨后,将按照预定程序与空间站组合体进行自主快速交会对接,神舟二十四号航天员乘组将进驻中国空间站。任务期间,将在空间生命与人体研究、微重力物理科学、空间新技术等领域实施多项实(试)验与应用任务,包括多项中外合作科学实验项目。 **据新华社**

找不同

两幅图中有八处不同的地方,请读者朋友找出来。

答案见2版中缝。 **绘画/点点**

