

“民宿+养老”，银发族的“诗和远方”？

春暖花开，正是出游好时节。不少人开始计划着“逃离”城市喧嚣、归隐田园。

如今，民宿早已不是年轻人的专利。“老朋友”们也表示，喜欢看最美的风景、住最酷的民宿、听最动人的故事，乡间的粗茶淡饭比任何药方都养人。

银发经济快速发展，民宿行业也纷纷向个性化、特色化转型，准备迎接更多“银流量”。“爆改”民宿渐热，能否为养老生活开辟一片新天地？近日，记者实地探访寻解。

建一栋怀旧民宿 描绘95岁祖母的最美青春

国内某第三方机构报告显示，听民宿老板讲述独特经历和故事，是不少自由行游客钟爱民宿的一大原因。

在杭州，沿着京杭运河进入大兜路历史街区，不少民宿就沉浸其间。早些年，凭借民国风建筑设计，一间叫花驿的民宿在社交媒体上很出圈。遗憾的是，因为店主私人原因，这家店在不久前关门谢客了。

店主敏儿与记者讲起，这栋民宿的由来，是为了圆95岁祖母的梦，纪念一段跨世纪的爱情。敏儿祖母出生于大运河畔殷实人家，1937年夏天，16岁的祖母在酒会上与一位青年才俊相恋成婚，从此离开家乡。人生坎坷无常，历经纷乱战火、时事变故，祖母一直忘不掉家宅的模样。敏儿一手开办花驿，复刻祖母儿时的故居。民宿是江南大户人家格局，天井边上左右厢房对称排布，青砖铺砌的房间和老旧雕花石柱的阳台。公共空间被各色鲜花装饰，客房里采用中式花格窗、红色帷幔与白色纱帐，还有核桃木梳子、蓝花布拖鞋，都是敏儿煞费苦心从周边古村落里淘来的。

在这里，早餐也是老杭州的味道，白粥、煎蛋、小馒头，再来一碗最地道的杭州虾皮紫菜小馄饨。“想让游客体验到最纯朴的江南滋



资料图片

味。”敏儿说，如今她的微信上还会收到很多老顾客的留言，“都是希望我能‘重出江湖’。”

木屋、农家乐、老洋房 60岁以上预定客流增长五成

花驿的故事告一段落，但留下的“灵魂拷问”却值得深思：从“歇脚处”变“心归处”，“民宿+养老”真能成为50+人群的“诗和远方”吗？

据全球公寓民宿预订平台途家民宿的数据显示，2024年10月我国国庆出游高峰结束后，银发族的预订量显著提高，这其中，60岁以上用户预订木屋、农家乐、老洋房等高端特色房源的占比均比去年同期增长五成以上。

“公司银发板块出客人数以每年10%-20%的增量上升，中老年游客正提升淡季民宿入住率。”中国国旅（绍兴）国际旅行社项目负责人陈林涛注意到，银发族的旅居集中在三四月、夏末、春节后等非假期时段，前往广州、云南、三亚、北海等南方地区的人较多。出于对价格、气候环境、服务、交通的考量，民宿在中老年群体往往卖得更好。

北京市民云云与记者谈起，每年九月都会和姥姥前往郊区民宿避暑。“小院位于山脚下，老房子又高，即便是盛夏，室内也只有26摄氏度，是老人家最舒适的温度。”云云说，管家大姐会询问姥姥的口味，用心烹饪三餐。最重要的是，民宿的设计与姥姥小时候的四合院有着异曲同工之妙，在那里和其他旅客一起制作手偶，仿佛回到了童年时光。

“新老年群体有更强社交需求，更加爱玩、敢玩。”陈林涛表示，60岁-65岁老人出游率高，且更看重文化内涵和情感互动，民宿往往能带来难忘体验。

民宿适老化“爆改” 子女探望可免费住宿

庞大的中老年客群，刺激民宿经济持续升温。越来越多民宿对配套设施进行适老化、个性化的升级与改造。

湖州安吉溪客院民宿主理人朱兴梁就在今年计划着“转型”，“民宿业竞争压力太大，我们正逐步增加中老年适玩的项目与服务，吸引这批客源来填补旅游淡季的空缺。”

朱兴梁将溪客院定义为“退休老人的理想栖居地”，内部配备防滑地板、紧急呼叫器、数字监护系统等设施，保障老人的安全；将闲置空地开辟成菜园和果园，定期组织下地插秧、采摘等活动。此外，入住老人不但享有价格折扣，子女探望还可以免费住宿。

细分赛道上，民宿老板们也深谙“极致体验”。有康养民宿提供中医药膳、开展养生功法课、中医健康诊疗咨询，老板亲自上阵教八段锦；有民宿打出“宠物友好”标签，允许老人带爱犬；有的把手工制茶、织布机、油纸伞等非遗项目搬进房间，让人重温旧梦……

“我们希望让民宿逐渐从简单的住宿场所，演变为一种充满活力的养老选择。”陈林涛表示，银发市场与民宿业的融合将会是大势所趋，以民宿为载体，融入养老服务元素，综合性为老年人提供短期居住、旅游体验与健康管理的“轻养老民宿”模式也会被更多人接受。

当银发族在民宿中感受到乐趣与关爱，“民宿+养老”能否成为银发族的“心之所向”？可期可待。

来源：浙江老年报

“AI算命”，靠谱吗？

专家揭秘：本质是心理测试

“腰部有块浅色胎记都被Deep-Seek算出来，它还说未来老公在西南方工作……”近日，马晓宇（化名）翻开“AI算命”结果的截图，向记者介绍。

在社交平台上，记者看到大量“算命”分析帖，一些热门视频的点赞、评论、转发量多达数十万人次。

心理学博士、浙江工商大学硕士生导师李瑜认为，“AI算命”基于采集

到的数据得到“心理画像”。用户提供信息越丰富、越真实，“心理画像”就越丰满、越接近真实“命运”。

此外，经过训练的AI大模型产品精通“模糊的艺术”，能够输出看似个性化、但放之四海而皆准的内容。李瑜表示，人们常常认为一种笼统的、一般性的人格描述，十分准确地揭示了自己的特点，这种典型的认知偏差行为，是心理学中

著名的“巴纳姆效应”。

“系统通过个性化叙事生成技术，将统计结论转化为有文学张力的‘人生剧本’，使模糊描述产生高度共鸣，强化巴纳姆效应。”李瑜说，这会引发用户共情，感觉到被摸准以往人生节点和家庭痛点。有研究显示，即使模型准确率仅65%，通过概率模糊化表达，用户感知确定性仍达82%。

在李瑜看来，“AI算命”本质上是一个心理测试过程。与传统心理测试相比，它能采集到更丰富、及时、动态的信息，实现信息增益最大化。此外，还可对测试结果实时校准。研究显示，12轮AI对话达到的心理测量精度，相当于200题的心理量表。

也有人认为，虽然半信半疑，但“AI算命”提供巨大情绪价值。李瑜建议，用户应理性看待“AI算命”结果，以此为契机，开始自我觉察和反思，也可不断自我成长，突破现状，朝着更健康的生活前进。但若过于相信“AI算命”结果，将不幸和痛苦归咎于外在，就会进入到自证不幸的悲剧中。

来源：浙江老年报