

发布:09/05/2024 10:51 更新: 10小时前 ☆ 收藏



南洋理工大学和杜克国大医学院展开的一项研究显示，投入志愿工作的年长人士，生活更美好。经常从事志愿工作的年长者，能更好地掌控自己的生活，也更能感受到周围人士的支持。



听新闻 1:01分钟

此音频由AI生成

调查发现，跟不参与义工活动的乐龄人士相比，有参与义工活动的乐龄人士觉得获得更多社交网络支持，进而提升了他们的生活质量。

南洋理工大学和杜克-新加坡国立大学医学院的研究人员对2880多名、年龄在60岁及以上的本地乐龄人士进行调查后也发现，定期参加组织或俱乐部义工活动的乐龄人士认为，他们更能掌控个人生活，从而提高生活质量。

研究人员指出，随着人口老龄化和家庭人口减少等因素，单靠同住的家庭成员来维持晚年生活的做法可能变得不可持续。因此，乐龄人士可能需要通过其他管道的支持，来填补这个缺口。而参加义工活动就是其中一个可能性。