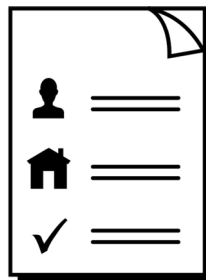




## 框架化年龄

如何谈论和写作关于变老的话题



**Easy Read**

Easy Read

易读版

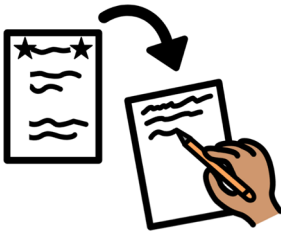
## 关于这本小册子



这本小册子由南墨尔本预防虐老网络（Southern Melbourne Elder Abuse Prevention Network）制作。



这本小册子写得通俗易懂。



我们在\*难以理解的词语\*前后加了一颗星号。然后我们解释这些词语的意思。



您可以让别人帮您阅读和理解这本小册子。



联系方式在这本小册子的末尾。

# 如何谈论和写作关于变老的话题



我们希望在我们的社区里，人人都受到尊重和重视。



我们希望改变人们对老年人的看法。



我们想要帮助人们谈论和写以下话题：

- 年龄和变老



- 影响老年人的问题。



我们希望鼓励人们积极看待变老的问题。





我们做过“研究”，以了解人们对以下话题的想法和讨论方式：

- 变老
- 老年人。

“研究”指的是我们学习到某些知识。



我们发现“年龄歧视”是虐老行为的很大一部分原因。



“年龄歧视”指的是人们因为年龄而不被公平对待或尊重。

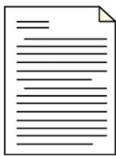


我们发现有很多方法来谈论老年人，从而

- 帮助大家理解变老是什么感觉



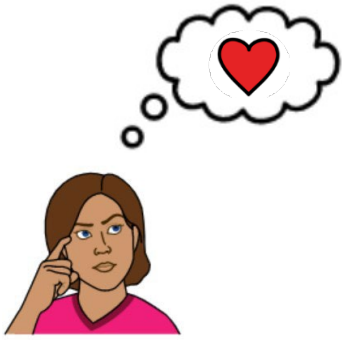
- 使老年人得到公平和受尊重的对待。



我们制作了一本指南，帮助人们以更好的方式谈论和写关于变老的话题。



比如，记者如何写有关老年人服务的话题。



## 注重\*价值观\*

当谈到“变老”的话题时，需注重价值观。



价值观指的是看重的事情。例如，人们可能重视

- 选择自己人生道路的自由



- 在任何年龄受到平等对待的权利。



注重价值，而不是\*事实\*。

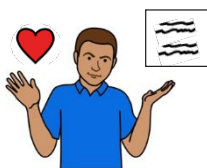
事实指的是来自研究和报告的信息。



例如，27%的老年人表示他们在工作中没有受到公平对待。



有时候事实是很难理解的。



有时人们没有把自己的感受和事实联系起来。

## 注重\*平等\*

当谈到“变老”的话题时，需注重平等。



平等指的是不论年龄多大，每个人都能得到他们需要的支持。

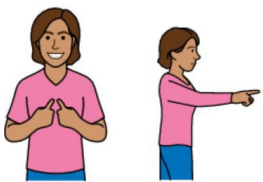


您可以谈论和写下对任何年龄的人来说都是一样的事情。



在谈到老年人时，最好用以下方法：

- 使用“人”而不是“老年人”来指代



- 使用“我们”而不是“他们”来指代。

## 注重支持\*多样性\*



当谈到“变老”时，要注重多样性。



多样性指的是差异。例如，宗教或年龄。



不要使用“刻板印象”。

刻板印象意味着您认为一个群体中的所有人都是一样的。



例如，您也许认为**所有的**老年人都需要帮助来记住事情。

## 专注于您想让人们知道的事情



当谈到“变老”的话题时，**不要**把注意力集中在\*传闻\*上。

比如，老年人应该住在养老院里。

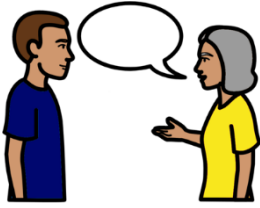
传闻指的是**没有事实根据**的信息。



当谈到“变老”的话题时，要用真实的例子和真实的人。

如果您谈论真实发生的事情，人们会理解您想传达的信息。





您所传达的信息应该是

- 清晰的

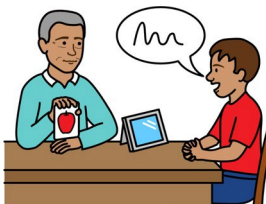


- 真实的

- 有益的。



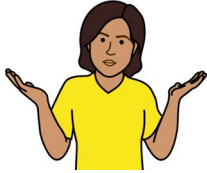
用真人真事来帮助人们理解和记住重要的信息。



例如，分享老年人如何成为好员工的故事。

## 注重\*解决方案\*而不是问题

如果您希望别人听取您所传达的信息，您需要谈论：



- 问题

以及



- 解决方案。

解决方案指的是如何解决问题的方法。



例如，您可以向人们展示解决年龄歧视问题的方法。



## 如需获得更多信息

如需获得更多信息，请联系南墨尔本预防虐老网络。



电话 9556 5339



网站 [eapn.org.au](http://eapn.org.au)



电邮 [enquiries@eapn.org.au](mailto:enquiries@eapn.org.au)



如果您需要听力或说话方面的帮助，请联系  
全国中继服务（**National Relay Service**）



电话 1300 555 727



网站 [communications.gov.au/accesshub/nrs](http://communications.gov.au/accesshub/nrs)



Easy Read Australia 于2023年3月使用图片沟通符号（Picture Communication Symbols - PCS）创建了此易读版（Easy Read）文档。PCS 和 Boardmaker 都是 Tobii Dynavox LLC 的商标。版权所有。经许可使用。您必须获得许可才能使用本文档中的图像。

如需获得更多信息，请浏览网站：[easyreadaust.com.au](https://easyreadaust.com.au)