

长沙一老龄化社区开办银发微信课堂三年,内容涵盖智能手机应用的方方面面

八旬老人也过上智能生活

编者按

根据国家统计局数据,截至去年底,我国60岁及以上老年人口总数达到2.54亿,占人口总数的18.1%,65岁及以上达到1.76亿,占总人口的12.6%。新中国成立后第一个生育高峰期即上世纪50年代出生的人口,悉数步入老年人行列。换言之,老年人已经不是特殊群体,而是日益庞大的普遍群体,不应该因为缺少掌握智能化工具的技能,而被智能化社会拒之门外。

其实,教老年人和教小孩子非常类似。同样容易忘记之前所学,需要反复教反复练;同样会提各种各样的问题,需要抽丝剥茧循循善诱;同样身体机能有限,教给他们的技能应当是简单易行的。不同的是,不论是家庭成员还是其他社会成员,往往对懵懂的孩子有着无穷的耐心,却对渴望学习新技能,融入新生活的老年人缺乏耐心。

从家庭到社区,从社区到社会,都应当对尝试智能生活的老年人多一些耐心和包容,多一些具体方法,当然,在安全性上也要多一些保障。

平的3倍。”

徐音和龙玲霜都没想到,“微信课堂”竟然和声乐课、模特课、形体课等老年大学课程一样受欢迎。

“我不要成为社会淘汰品”

“几乎每节课都有二三十位老人来听,虽然他们上了年纪,腿脚不好,眼睛也花了,但学习热情却一点不减。”龙玲霜告诉记者,来上课的老人大多在70岁到80岁之间,最大的有85岁。三年来,共计有100多名老人报名学习,如果加上偶尔来“蹭课”的,参加人数超200人。

老人们对待这门课都很认真。龙玲霜记得,独居老人张尧卿,生病住院期间不忘发来短信,请教“网络连接不可用”怎么办;78岁的章阿姨,因为照顾老伴缺了两次课,为此专门跑来向龙玲霜解释;70岁的赵阿姨,今年的“微信课堂”更是一期没有落下……

从如何语音聊天、视频通话、发朋友圈、收付款,到怎样预约挂号、出示健康码,再到制作手机相册、阅读新闻资讯,“微信课堂”的授课内容并不止于微信,而是涵盖了智能手机应用的方方面面。“尤其是如何防范电信诈骗,每次讲课提及,我们都会重点强调。”龙玲霜补充道。她教过的老人中不乏“优秀学生”。

82岁的袁泳宾,4年前就买了智能手机,但却只会打电话发短信。上了“微信课堂”后,如今已能熟练用微信发语音、视频通话、转发新闻、调出健康码,甚至还会制作动态相册。“我不要成为社会淘汰品。”她的下一个目标是学会网购。62岁的丁创业,拍摄的照片甚至在某个手机摄影大赛上拿了一等奖。

“用我所学专业的术语来说,‘微信课堂’应该算学习型成长小组。”毕业于长沙民政职业学院的龙玲霜,说起自己从事的行业头头是道,“老人在刚开始学习时,会感到压力,产生焦虑,不懂的也不好意思问,甚至会担心用坏手机或者过多花钱,并因此产生排斥心理。

理。”每当遇到这种情况,龙玲霜和同事总是拿出十二分的耐心,一遍又一遍地教。

赋能老年人,帮他们建立自信

龙玲霜发现,老人和小孩一样,面对智能产品时,迫切的学习愿望总能战胜胆怯,“关键是要帮助他们建立自信”。龙玲霜的朋友圈,总会收到“银龄同学”的点赞和热情评论;路上偶遇,老人也总爱拉着她攀谈许久。

这些微不足道的细节,却让龙玲霜颇感暖心。“老年人作为弱势群体,往往面临孤独、失能等问题,易诱发心理疾病。尤其是那些空巢老人,需要我们多一些关爱。”她觉得,养老需要扶老,扶老就像扶贫,关键要赋能。

根据长期的社区老人服务经验,龙玲霜和同事将中南院社区的老人,分为了低龄活力老人(50到80岁)和半自理老人(80岁以上)两大群体。对低龄活力老人,鼓励他们参加社区乐龄学院,学习包括“微信课堂”在内的各类兴趣课程;对80岁以上的半自理老人,尤其是独居高龄老人,则开展自理能力评估,定期上门提供服务。

中南院社区是中国电建集团中南勘测设计研究院的老旧住宅区,退休职工从单位“剥离”到社会,多为空巢老人。“针对社区特殊情况,我们想了不少法子。”徐音说。这些法子包括:在社区发展中老年志愿者,探索年轻长者结伴帮助年长老人的“近邻互伴”模式;推行“社区自治”,激励老人主动参与,老有所为,实现自我价值;倡导“隔代关爱”,利用“银发族”的学生志愿者资源,开展公益活动,让年轻人走到老人身边,关注、关爱社区老人……

湖南省社会工作协会会长史铁尔教授认为,“在智能技术和产品高速发展的今天,老年人到底该何去何从?这是一个重要的社会课题。”他建议,智能工具的操作要更便捷,让老人一看就懂,一用就会,社会力量要动员更多青年人帮助老年人学习智能化工具。

一起跨越“数字鸿沟”①

本报记者 王鑫 方大丰

12月13日下午2点,76岁的曹阿姨像往常一样,准时到社区二楼会议室“上课”。和她一起参加学习的,还有十来名同一社区的“银龄同学”。湖南省长沙市雨花区中南院社区为期6次的“微信课堂”,迎来结课日。

早在2017年,长沙的这个社区就已探索引入社会组织,帮助曹阿姨这样的老年人群体熟悉、掌握、运用智能技术,共享信息化发展成果。“视频通话、发语音……这些我现在都会。”曹阿姨颇为得意地给记者演示。

独居的曹阿姨,平时和子女聚少离多,主要靠微信联系。前不久,她76岁生日当天,子女们纷纷发来微信红包。如今,她已能熟练使用收到的钱出门买菜,也会时不时发个红包给晚辈。

“微信课堂”像声乐课一样受欢迎

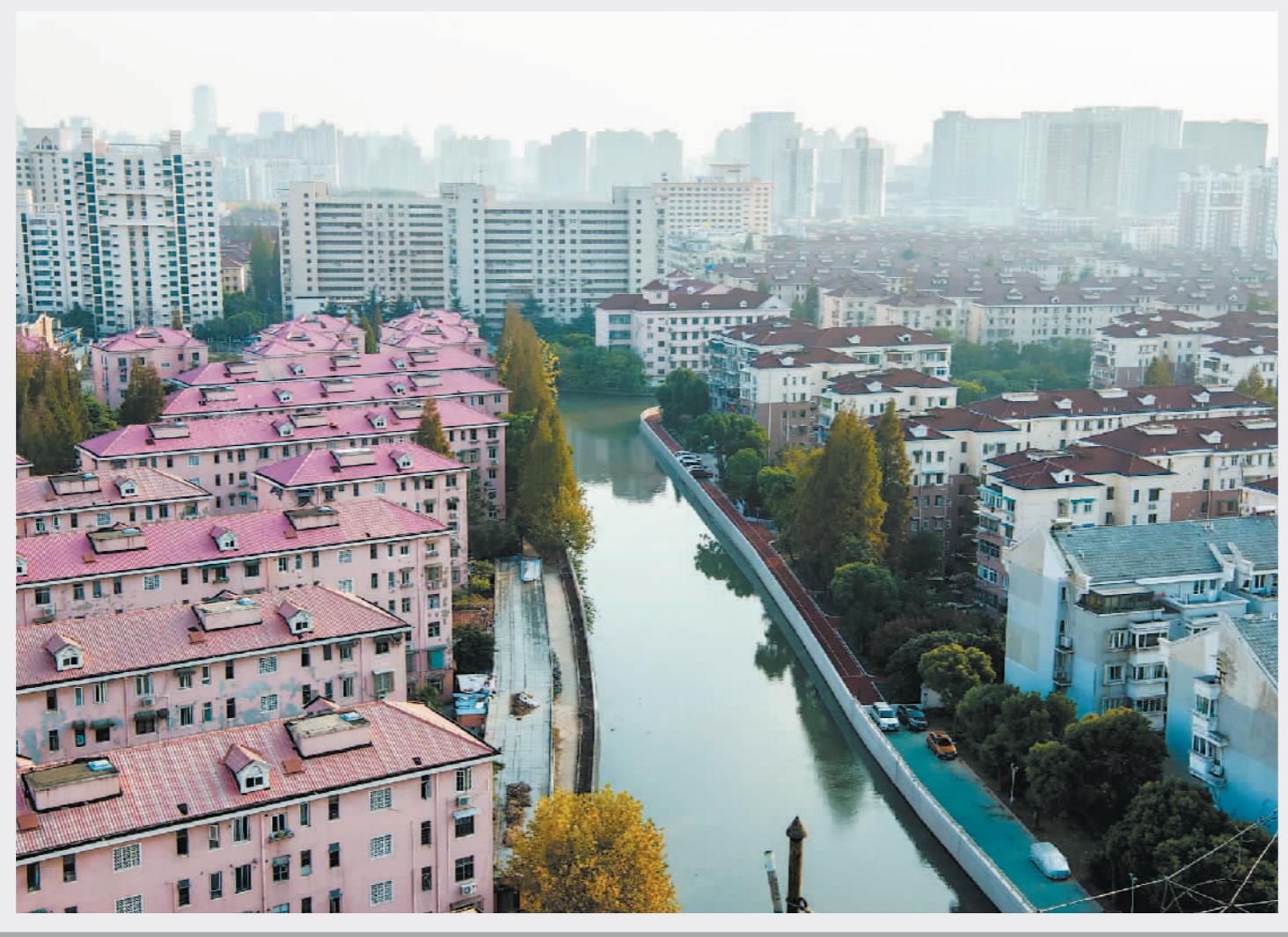
在中南院社区二楼会议室,龙玲霜一边大声讲课,一边将要点仔细写在小黑板上。“这一步怎么操作?”“我怎么加不了微信好友?”即使是“微信课堂”最后一节课,台下的“学生”依然有许多疑惑待解。

三四名身着红马甲的志愿者,来回穿梭在十几位老人中间,手把手指导具体的操作

焕然一新的工人新村

图为经过改造后的上海市普陀区曹杨一村。这里曾是新中国建设的第一个工人新村,经过近70年的光阴,曾经的“明星”社区已经变成了名副其实的老小区。为此,当地启动了旧房改造工程,将曹杨一村打造成更加和谐宜居的花园社区。

本报记者 王伟伟 摄



秦岭小慢车打造“点灯大讲堂”

“你们快看,好漂亮的蝴蝶和鸟,太美了,像真的一样。”金艳突然看到了工作人员递过来的蝴蝶标本,激动地告诉小伙伴们。原来,这是一些鸟类、植物、昆虫标本,被装裱在精美的相框里,和500本崭新的图书一起集中摆放在桌板上。孩子们一时间兴奋不已。

“这个羽毛艳丽的叫红腹锦鸡,是一种驰名中外的观赏鸟类,这个长耳朵的猫头鹰叫长耳鸮,还有漂亮的凤蝶、长尾水清蛾和极其珍贵的植物标本等,都是生长在秦岭深处的国家级保护动植物。”陕西自然博物馆的郭瑞一边翻着标本向孩子们展示,一边讲述着每一副标本的特性。孩子们都睁大了眼睛,聚精会神地听着,这堂生动的列车“公益课”——《开阔眼界赏秦岭》让小朋友们激动且难忘。

中国铁路西安局集团有限公司联合华商网,以“承载梦想为Ta点灯”为主题,邀请陕西省图书馆、陕西自然博物馆、西北农林科技大学等专家教授、知名讲解员担任“梦

想点灯人”,在6063/4次“秦岭小慢车”上举办了这次大讲堂,对宝成铁路秦岭沿线通勤学生进行生态、文化等科普授课,为列车“梦想图书馆”捐赠书籍,用知识点亮希望的“小桔灯”。

“听说这边很热闹,我们也都挤过来看一看,就不想走了。我们天天在都在秦岭大山里,却不知道这山里还有这么多珍贵的东西。”听到同行的老乡说6号车厢在讲课,56岁的阳平关老大爷党中林挤过来看热闹。

“秦岭,是中国南北气候的分界线,素有‘中国国家公园’及‘绿色基因库’的美誉,这里是中华文明的精神标识和中华地理的自然标识,是我国乃至世界都极为罕见的生物资源宝库,蕴藏着大量珍稀野生动植物资源。我们要像保护自己的眼睛一样保护秦岭野生动植物。”西北农林科技大学副教授刘朝斌利用半小时时间向大家介绍了生态秦岭,运用通俗的话语和浅显易懂的例子向学生和老乡们诠释了秦岭林区森林资源保护的意义和“绿水青山就是金山银

山”的理念。

“火车上的读书人”“开阔眼界赏秦岭”“森林的作用”……一堂又一堂精彩生动的“公益课”吸引了车厢里的其他旅客们,6号通学车厢一时间被挤得满满当当,热烈的掌声不时响起,车厢里充满了欢声笑语。

为秦岭山中的“公益慢火车”,自2017年底,西安铁路局对6063/4次列车进行了重点改造。专门在列车上设立了“通学车厢”,为孩子们定做加大加宽的小桌板,方便学生在列车上学习使用。同时设立列车书架,通过社会捐赠、在职工内部捐书等方式,为孩子们共筹集到1200余册图书,每月定期更换图书,供孩子们免费借阅。

此次活动首次广泛寻找“知识点灯人”,后期将由报名的志愿者们逐个登上6063/4次列车,为孩子们在列车上举办形式各异、内容丰富的知识小课堂。同时,还将邀请更多专家学者、行业精英为孩子们登车授课,并组织他们前往西安等地研学,以激发他们走出大山、梦圆大学。

哈尔滨冰雪大世界开园迎客



这是12月24日拍摄的哈尔滨冰雪大世界园区一角(无人机照片)。

当日,第二十二届哈尔滨冰雪大世界开园迎客。

新华社记者 谢剑飞 摄

G 民声

对“两头婚”

多一些开放心态

舒年

近几天,“两头婚”一词上了热搜。据媒体报道,近一段时期,江浙一带悄然兴起了一种“两头婚”。所谓“两头婚”,就是结婚后夫妻双方既可以住在娘家,也可以住在婆家,两家约定小夫妻生育两个孩子,一胎跟男方姓,二胎跟女方姓。结婚过程中“不进不出”“两家拼拼”,男方不用出彩礼,女方也不用陪嫁妆。将来,两个孩子各自分别继承父母一方的财产。

对于“两头婚”,网友们有不同态度,有的认为此举不仅减轻了嫁娶经济压力,小家庭也没有“冠姓”矛盾,独生女家庭不会有“断香火”之感,但也有人认为,这样的做法会不会让小家庭内的夫妻和子女因为分属“两头”而产生隔阂?

我国的婚姻制度实行的是婚姻自由、男女平等。“两头婚”一来并不违法,二来也没有公序良俗。在姓氏方面,《民法典》第1015条规定,“自然人应当随父姓或者母姓”,也可以“选取其他直系长辈血亲的姓氏”,并非强制要随某一特定方,也没有要求兄弟姐妹必须同姓。在婚姻地位上《民法典》第1055条规定,“夫妻在婚姻家庭中地位平等”,并没有谁高谁低一说。在继承方面,法律规定“自然人可以立遗嘱将个人财产指定由法定继承人中的一人或者数人继承”,哪一个孩子继承哪部分的财产,父母有权通过立遗嘱来决定。

换言之,夫妻平等才是婚姻原则。一方比另一方地位高,没有男孩没有冠姓就“断香火”,甚至于娶了独生女就是“吃绝户”的想法,才是要不得的。

事实上,所谓“两头婚”,其实是两个独生子女家庭通过联姻,过渡到“422”双独二宝家庭后采取的家庭生活方式,既是一个特有的社会现象,也是两个家庭经过平等协商后,对于子女冠姓和财产继承采取的一种分配方式。这种生活方式既不违反法律,也不违背公序良俗,更是遵循了婚姻自由、夫妻平等的基本原则,还对财产的归属进行了合理分配,避免日后手足争产。只要这个方式是尊重夫妻双方意愿,平等协商产生的,只要夫妻双方和子女都愿意维持这样的生活模式,就应该以更开放的心态来祝福他们。

当然,并不是说“两头婚”就一定比其他家庭生活方式好,不“棒杀”的同时也不必“捧杀”,双方的四位老人更不必强制指定小夫妻一定要住在谁家,彩礼嫁妆几何,子女冠以何姓。只要双方都觉得过得幸福,就是好婚姻,好家庭。

128名环卫工获赠过冬棉服

本报讯“最近天冷,收到企业送的棉服心里挺开心,感到很温暖。”拿着崭新的棉服,环卫工人唐继增高兴地说道。日前,山东冠县斜店乡爱心企业——山东聊城通盛塑胶制品有限公司为128名环卫工人赠送过冬棉服,以实际行动助力人居环境整治,助推脱贫攻坚。

当天受捐的环卫工人中,有23名是斜店乡建档立卡贫困户,唐继增就是其中一位。唐继增今年61岁,作为环卫工人已有5年时间,他尽职尽责,通过自身劳动提升家庭收入,成为“不等不靠”自主脱贫的榜样。

近年来,冠县通过开展“百企联百村”行动,为爱心企业和贫困户架起连心桥、致富桥。爱心企业根据贫困户家庭情况和实际需求,因地制宜,通过搞合作社、提供就业岗位、修路、捐赠等多种形式助力贫困户脱贫致富,取得显著成效。(赵金鑫 王辉)



新华社记者调查发现:随着考研时间临近,一些地方宾馆、酒店的“考研房”价格暴涨5倍至10倍之多;有的宾馆、酒店为获暴利,恶意对已预约的消费者毁约;还有的将大厅沙发、值班室按客房价卖出,甚至将不具备安全卫生经营资质的空间高价出售给考生过夜,攫取暴利。新华社发 徐骏作

本报通讯员 于海 本报记者 毛浓曦

巍峨秦岭,层峦叠嶂,宝成铁路宛如钢龙穿行于青山绿水。6063/4次小慢车走走停停,将秦岭沿线的老乡和孩子们“接”上列车,助他们赶集、上学、回家。

列车行经陕、甘、川三省,沿途停靠白水江、两当、略阳、阳平关等37个车站(乘降所)。山区每周有上千名孩子坐火车去县城上学。几十年来,小慢车风雨无阻,每天都准时在站台上等候孩子们的到来。

当6064次小慢车到达陕西凤县车站,早就等候在站台上的凤州中学初一年级学生金燕和50多名同学,怀着少有的兴奋登车,因为今天的列车上为他们准备了专门的“大讲堂”。“同学们,大家好,我是陕西省图书馆的老师,今天下午想和大家一起分享一段列车上的阅读时光。”讲解员王晓以“火车上的读书人”为题,向孩子们讲解中国的文化、民俗,开启了列车大讲堂。