



老年生活报

全国助老服务热线
0532-66610000

银发主播们的网课:满满都是正能量

一根网线,隔着屏幕连接你我。如今,网课学习已逐渐发展为一种新的潮流趋势。新形势下,中老年人不甘寂寞,纷纷当起网课主播,在各自擅长的领域,讲着货真价实的网课。

教养花
“家庭花王”讲授养花技艺

在湖北省武汉市江岸区东方花都小区,73岁的李元炎和老伴儿常常一起在自家阳台和露台上打理300多株花草。李元炎有着四十多年的养花经验,专门拜师学艺过园林、苗圃的专业养花技术。但家庭养花与园林、苗圃养花不同,他摸索出了一套家庭养花心得,并在实践中不断完善。

除了自己在家养花,李元炎还热衷向同好者传授“养花经”。2004年江岸区老年大学得知李元炎的这项技艺,便邀请他登台讲授养花技艺心得。从2006年起,他还在武汉市汉阳区老年大学授课。“我们在班级微信群外,还建立了直播课群,非学校学员也能进群上课,还能随时观看回放,让更多人受益。”

除了课堂教学,李元炎还会在课余时间,与学员在群里互动、答疑解惑。此外,他时不时还受邀去学员家上门指导植物养护,并抽空带大家一同去花鸟鱼市场选花、选盆。



李贵江在免费教孩子们学习书法

传乐理

克服技术难关开声乐直播课

上海69岁的郑心慈酷爱声乐,作为上海市徐汇区天平街道社区学校的资深声乐教师,十多年来,她的课始终是学校的明星课程。为了取得更好的线上教学效果,郑心慈克服技术难关,开起了直播声乐课。

“我一开始是不同意开线上课的,因为声乐需要双方的现场交流。录播课有一个时间差,我示范时学员听不到,学员的练习如果不是我想要的也没法及时指出。”郑心慈说,和学校几番沟通后,考虑到学员在家里也需要练声、自娱自乐,唱歌又特别能释放情绪,最终她邀请两位学员当助教,现场教唱、练习、纠错,好比讲台上的演示,声乐直播课就这样开了起来。

有示范、有纠错、有演练的直播教学营造了沉浸式的云课堂,线下学员也从互动学习中获得了体验

感。课后郑心慈还会布置作业,鼓励大家把练唱的录音发到学习群里,互相点评,直播课学员已从几十人扩大到百余人。

讲书法
街头书法老师学生遍天下

在河北邯郸的街头,一位名叫李贵江的白发老人,因为热爱书法,在退休后将兴趣和教学融合到了一起。如今,李贵江已经做了七年的“街头书法教师”,免费教孩子们学习书法。

李贵江的街头教学,从最初的几名学生,很快就吸引了越来越多的人加入其中,如今更是累积到2000多个。

李贵江的街头教学紧跟时代,71岁的他在各个短视频平台都开设了账号。他也建有微信群,平时会在群内通知上课时间,如果遇上下雨天,他会在群内告知课程取消或更改时间。李贵江一天有两节课,上午一节,晚上一

节。从2020年冬天开始,因为天气寒冷无法现场教学,他便开起网络直播,以便让更多的人参与进来。到现在,他的学生遍布全国各地。“哈尔滨都有看直播的,广州的、佛山的、深圳的都有。”

看现状
银发主播在各自领域开讲

这些年,网络上开直播的中老年人逐渐增多,他们纷纷在感兴趣的领域进行展示和分享。

62岁的张泽军是一位退休媒体人,为了能让晚年生活充实起来,他开始录制历史杂谈类视频——均哥杂谈,以短视频的形式为大家讲解历史知识。

内蒙古呼和浩特73岁的姚利生喜欢学习和制作美食,练就了一手好厨艺。一年前,看到美食主播通过短视频或者直播的方式传授美食制作教程,姚利生很受启发,她也将自己制作本地美食的过程拍成短视频,分享给亲戚朋友以及更多不会做饭的年轻人。

在很多人的印象中,老年人跳广场舞、带孩子,似乎与数字时代有着难以逾越的鸿沟。但银发主播们或自带精英范儿,或有返老还童似的可爱率真,或像家人一样讲述有趣丰富的人生哲理,颠覆了社会对于中老年人的刻板印象,他们的网课内容更是货真价实。综合

质量强国建设纲要
关注养老服务质量和提升

据新华社电 建设质量强国已经成为国家战略。近日中共中央、国务院印发《质量强国建设纲要》,明确提出着力提升产品、工程、服务质量,并对增加优质服务供给作出一系列部署。

在提升公共服务质量效率方面,围绕城乡居民生活便利化、品质化需要,加强便民服务设施建设;加强养老服务标准与评价体系建设,扩大日间照料、失能照护、助餐助行等养老服务有效供给,积极发展互助性养老服务;健全医疗质量管理体系,完善城乡医疗服务网络,逐步扩大城乡家庭医生签约服务覆盖范围。

青岛长护险资金增加
财政补助每人每年30元

本报讯 日前,青岛市医保局对《关于推动长期护理保险提质增效实现高质量发展的意见》进行了政策解读。据悉,该《意见》自今年起实施,居民长护险资金增加财政补助每人每年30元,并适时确定居民个人缴费标准。

《意见》旨在进一步健全完善我市长护险制度,推动长护险提质增效精细管理,不断满足失能(失智)人员长期护理保险服务保障需求。

青岛市医保局将整合培训资源,拓宽培训渠道,利用就业培训等方面资金组织开展照护人员培训,倡导社会力量参与培训;推动照护队伍职业技能评价,推动实现照护人员持证上岗,促进照护队伍专业化建设。 (本报记者)

山东省老年国际旅行社 电话:66988549 55715169

向春天出发,2023年中老年春游季

线路2:今年春天青岛的首趟专列

云南、贵州、湖南、江西四省空调旅游专列14日游

A线:云南昆大丽+玉龙雪山—千户苗寨、黄果树瀑布、小七孔、凤凰古城、韶山、九江庐山

价格:3280元/人起

B线:云南版纳+景洪—千户苗寨、黄果树瀑布、小七孔、凤凰古城、韶山、九江庐山

价格:3480元/人起

青岛北站始发,一站游历四省,中老年人的福利

发团日期:3月12日左右

分享会时间:2月15/16/17/21/22/23上午10点 地点:市北区延安三路190-4号
人数:每场限定15人,订位从速。到场即送伴手礼;现场报名立减现金,另额外好礼相送。

线路3:登琅琊胜境
观山海风光

琅琊台风景区、
海军公园一日活动

2月17日 69元/人

线路4:传承红高粱文化

唱响红色歌声

走进红高粱影视基地、
莫言故居一日活动

2月23日 69元/人

纯玩 满30人发团