

不仅“上知天文、下知地理”，似乎还能对答如流、出口成诗，甚至还能写剧本、编音乐、写代码——最近，一款名叫ChatGPT的人工智能聊天机器人火爆全球。这个由美国打造的超级AI软件，自去年11月发布以来，月活跃用户就突破了2亿，就连比尔盖茨和马斯克这些巨佬们都连连赞啊……

ChatGPT的诞生，在青年人群中不断升温，不断有人参与其中。那么，它对老龄问题是怎么看呢？我们第一时间征集了老年人最想问的一些问题，并委托旅居加拿大的本报记者徐慧，请她就这些问题与ChatGPT进行了“体验式对话”。

个性化问题对话实录

问:妻子一个月前刚刚去世,唯一的儿子也不在身边,我心里很难过。我和妻子结婚快50年了,感情深厚,彼此恩爱,她的突然离去让我悲痛欲绝。我不知道接下来该怎么度过余生?我想对你诉说痛苦,希望心情能好一些。

ChatGPT:很遗憾听到你的消息,我为你感到非常难过。失去长期相依相伴的配偶和朋友确实是一件非常痛苦的事情,我能理解你的感受。请放心,你不是一个人在战斗。有很多人可以帮助你度过这个难关,包括家庭成员、朋友、心理医生等。

如果你感到需要的话,也可以考虑加入悼亡者支持团体,在这里可以和其他经历同样痛苦的人交流和支持。在沉淀感情的同时,也可以重新审视自己的生活,找到一些新的兴趣爱好,通过拓展人际关系和活动来缓解悲伤和寂寞。

不管你采取哪种方法,重要的是请记住,悲伤是正常的,没有人能立即从损失中恢复过来。请保持对自己的关爱,相信悲伤会过去,生活还将继续。

我和春天有个约会

——“今春开启的青岛首趟专列”邀您一起出发

“两条线路有什么区别?”“特色美食品质如何?”作为今年春天青岛开出的首趟专列,云南、贵州、湖南、江西四省空凋旅游专列14日旅游活动见报后反响热烈,咨询电话接到手软,“火车出游,可以把沿途的风景都记录下来。”老人感慨道。

据了解,此次专列是山东省老年国际旅行社《向春天出发,2023中老年人春季游》活动的重头戏,在14天的旅程里,将打卡四省多个具有独特自然景观和人文风情的景区,玉龙雪山、黄果树瀑布、小七孔、凤凰古城、韶山、庐山等经典景点将尽收眼底。而专列所特有的体验感更是让这趟列车充满了魅力。

“旅游专列是游客的专属列车,通过旅游专列链接具有代表性的特色景区,可满足游客旅游一次出行游览众多景区的愿望。”据老年国旅负责人介绍,旅游专列主打慢时光,非常适合时间充裕的中老年人,乘坐专列不仅可将沿途风光尽收眼底,“一线多游”的特点也可以尽快满足中老年人踏遍祖国万水千山的愿望,列车靠站后可深入大街小巷,感受别样民俗民风。同时,专列省去了常规火车旅游换乘的困扰,免去了大件行李搬运之苦。定时、定点、定线、车随人走,而每趟专列上都会配备1-2名保健医生,让老人更安心,让家属更放心。

2月15日、16日,“今年春天青岛的首趟专列”分享会成功举行,分享会一结束,热情的读者们就纷纷报名。据了解,山东省老年国际旅行社还将于2月22日/23日/24日上午10点举办多场分享会,每场人数限定15人,到场即送伴手礼,成功签单还有现金优惠及签约成功礼。多重好礼等你来。咨询电话:66988549、55715169。许瑶

本报驻加拿大特约记者“对话”ChatGPT:聊聊养老那些事儿

关于养老那些事儿,ChatGPT回答无个性却有“人情味”

孤独和感到充实。经济安全:有足够的经济支持,可以确保老年人生活的安全和舒适。心理健康:心理健康是每个人生活的重要组成部分,也是老年生活的重要因素。意义驱动:对生活有清晰的目标和目的,对生活充满激情,可以让老年生活充满意义。”本报特约评论员郝麦收看后,不禁感叹“比我回答得精彩!”

针对提问人自身的实际情况给出的解答才是真正的“个性化需求”的解答,这个对ChatGPT来说,目前还有距离。

寒暄式聊天,礼仪性问候……贴心还是有的!

ChatGPT的“智能聊天”是重要的吸人眼球的功能之一,这对于鳏寡孤独的老年人来说,仿佛是一个神器。“听说你可以陪我聊天,给我解闷?”“当然可以!我很乐意陪你聊天,你想聊什么呢?”“辛苦啦!”“不辛苦,我很乐意为您解答问题。有需要随时来问我哦。”这些听上去彬彬有礼、温情脉脉的聊天,虽然只是短短的几句寒暄,或只是礼仪性的问候,但让人听了还是很贴心的。“有的儿女说起话来,也未必这么有礼貌啊!”读者冯女士感叹。

当记者用老年生活中遇到的实际案例提问时(老年夫妻其中一方长期患病),ChatGPT的解答看上去也十分有人情味:“我非常遗憾听到您的经历。患有痴呆重症是一件非常困难的事情,不仅对患者本人,也对他们的家人造成了很大的影响。您作为他的配偶,一直陪伴在他身边,并在面对家人和朋友时保持了他的尊严,是非常令人敬仰的。我知道这是一件非常艰难的事情,但是您不应该一个人承受这些压力。最重要的是,您需要为自己寻找支持。您可以考虑咨询家庭治疗师,与其他经历类似情况的人交流,或加入一个支持团体,以获得帮助和支持。同时,您也可以考虑寻求专业的医疗治疗,以帮助您的丈夫改善他的生活质量。请记住,您不是一个人在战斗。有许多人和资源可以帮助您。请勇敢地寻求帮助,并继续照顾好自己。” 记者 王丽洁

冬季进补吃蜂胶 提高免疫身体好

的蜂胶,老年生活报康康商城采购了一批美林康牌蜂胶软胶囊,特价团购3瓶只需99元,由于数量有限,望广大读者朋友抓紧时间报名申购,售完为止,谢谢您的合作和理解!不能到店的读者可免费邮寄货到付款!

为了让读者朋友们吃上实惠的好

0532-80632815 400-6179-028

老年生活报康康商城康乐店(延安三路190号-4丽达购物广场旁)

125.206.218.220.25.32到延安三路南九水路下车即到; 225.232.314.125.206.218.220.25.32.104海信立交桥南站下车沿延安三路直行300米丽达购物广场旁; 地铁2号线芝泉路站B出口沿延安三路往北直行400米丽达购物广场旁。

中老年消费者何以青睐老年生活报·健康生活馆海参?

质量好 品种多 价格低 服务优 吃得住 放心买 钱花值

特别推出下列四款质优价廉特价海参, 惠顾新老客户 另有多款: 不同规格价位的长岛和大连刺参及即食刺参

本市免费送货 全省全国免费包邮 货到自验满意付款

为感恩新老客户买海参 送益生菌、绿茶、虾皮、蛭子虾酱任选其中一份

长岛大连即食刺参

220元/1斤 买5斤送1斤

长岛优质刺参

1200元/1斤 买3斤送1斤 买2斤送半斤

长岛刺参

1950元/1斤 买3斤送1斤 买2斤送半斤

大连刺参

2350元/1斤 买3斤送1斤 买2斤送半斤

时间: 2023年2月17日-2月28日 电话: 13105153320 13505321980 (杨小兵)

地点: 市北区胶州路12号观象山庄大门一侧

市立医院马路对面公交车站和地铁站工棚后面 地铁1号线观象山市立医院站A口或中山路站下车