



老年生活报

全国助老服务热线  
0532-66610000

特别关注

布林肯访华  
释放何种信号?

本报北京讯 6月18日,美国国务卿布林肯抵京,开启为期2天的访华之行,他是拜登政府访华的最高级别官员,也是2018年以来首位访华的美国国务卿。

中国外交部发言人汪文斌称,布林肯此次访华,双方将就中美关系及共同关心的重要国际和地区问题交换意见,中方将阐明对中美关系的立场和关切,坚决维护自身利益。

美国有线电视新闻网称,经历了中美关系“紧张”的一年后,两国正在“努力重建正常关系”。当前,为什么美方想要尽快恢复与中国的交流?中国社科院美国研究所研究员刘卫东指出,其一,拜登政府希望稳定当前的中美关系,由于美国2023年没有大选,这是一个中美关系恢复平稳的“窗口期”。其二,中美尽可能地多合作,能够帮助拜登政府改善在美国国内的形象与地位,有利于双方在双边贸易、气候变化等问题上进行合作并取得一些进展,从而为拜登2024年竞选连任提供有利筹码。

新加坡国务资政兼社会政策统筹部长尚达曼曾称,中美竞争的最终结果不太可能是“一种制度胜过另一种制度”。两国必须共存,并且是以符合两国人民利益的方式共存。(陈彩霞)

智慧课堂(135)

轻松制作照片视频

如何将静态的照片转换成动态的视频?6月18日上午,本报智慧课堂将教大家具体的操作方法。扫描二维码,加入智慧课堂群聊,学习很多智能手机操作知识。



玩航拍、剪大片,小镜头实现大理想

## 向云端,她用航拍记录家乡美

向云端,山那边、海里边、真实的我应该走向哪边……最近,黄绮珊的一首《向云端》火爆出圈。在青岛市即墨区,今年59岁的黄辉用航拍记录了向云端、山那边、海里边……这些拨动人心的照片和视频,记录着家乡的巨变。6月16日,记者跟随黄辉,从柴岛到七沟码头,从鳌山湾再到雄崖所,黄辉一边开车一边介绍即墨的风土人情,用黄辉的话说这里都是她航拍的乐园。



《鸟瞰田横岛》黄辉 摄



观看  
视频  
扫码可

### 航拍,“写下”心与情的寄托

黄辉退休前就爱好摄影、摄像。三年前,她和很多年轻人一样,开始学习无人机航拍。“没接触无人机前我开玩笑说,无人机就是人老了,坐在马扎上飞。”黄辉笑着说,没想到自从接触了航拍后就爱上了它,“太神奇了,可以说是人机合一,无人机航拍赋予影像立体化,是我心与情的寄托。”

黄辉喜欢有激情有追求的生活,“就像我现在用的大疆域3的探索功能一样,航拍把我带到了全新的世界。”黄辉去航拍摩托艇时,就会尝试自驾摩托艇,“虽然衣服都湿透了,但是我心里特别高兴。”去滑翔伞基地航拍时,有种想要买滑翔伞的冲动,“虽然让朋友给拒绝了,

但说不定哪天我还真去买了。”黄辉笑出来声。

当记者问及如何学习航拍时,黄辉告诉记者她都是自学的,“我有单反摄影的基础,因为喜爱就不断探索,慢慢研究,不断成长,遇到不明白的地方就会请教卖家。”有朋友说黄辉飞得挺大胆的,黄辉却说:“飞无人机操作盘在我手里,就像开车一样,自己掌控,我像是有天赋一般,从未‘炸’过机。”黄辉告诉记者她也经历过几次险,“有次在港中旅拍摄,仅用最后一点电将无人机拉回海岸线。”黄辉笑着说道。“以前摄影就带着小凳子、小梯子,第一次接触无人机就打开眼界了,刚开始只用无人机拍照片,从去年开始转为视频,更生动了,越来越喜欢。”

### 影像,记录家乡日新月异美

“刚退休那几年,喜欢自驾,一部车,一部相机,跑遍了祖国大江南北,诗与远方只是生命中短暂的净土,终究要回到眼前的一亩三分地。”黄辉笑着说道。当天从鳌山湾到丰城,从柴岛到七沟码头再到雄崖所,黄辉一边开车一边介绍即墨的风土人情,用黄辉的话说这里都是她航拍的乐园。

在钱谷山,黄辉用朴实的影像记录鲜活的农村大集;在向阳村,黄辉早晨三四点钟记录第一缕阳光;在七沟码头,黄辉有种书到用时方恨少的感觉,“美丽的家乡从摄影的角度看处处是素材,我一次一次地来,也许某

一次,一抹色彩就拍出来我想要的感觉。”黄辉说道。在崂山北麓东京山,黄辉喜欢晚上车灯打在渔船上的感觉。在丰城,从山顶往下看新农村的变化,黄辉说这就是真正的乡村美……一路走来,黄辉对这些乡间小路了如指掌,“即墨的海岸线不知道走了多少遍了,从春拍到冬,这些乡间小道闭着眼都能开。”黄辉笑着说道。

除了当天所到之地,黄辉还经常去大沽河、马山、古城……穿梭在县城与村落之间,“我不光是玩,而是希望在玩的过程中做些有意义的事情,用镜头记录城乡变化、自然风光、人文理念现代发展。”黄辉告诉记者,“接下来的目标就是要把我这些影像整理成文字,通过文字与影像相结合方式,记录家乡美。”记者 岳硕

### 看病买药无需持实体医保卡

据新华社电 6月17日,国家医保局发布《关于实施医保服务十六项便民措施的通知》,推出首批十六项医保服务便民措施,以简化手续、精简材料、压缩时限、创新服务模式,十六项医保服务便民措施主要包括“减环节”“优流程”“优

服务”“一站办”“减跑动”五个方面。

一是“减环节”,提速医保转移接续。将基本医保跨省转移接续时间由原来45个工作日压缩为15个工作日。二是“优流程”,便利异地就医备案。依托国家医保服务平台App、国家异地就医备案小程序,方便参保人线上办理异地备案。

三是“优服务”,便捷群众医保信息查询。开通国家医保服务平台App、网厅或地方医保服务平台等多种查询渠道。四是“一站办”,推行医保服务“一窗通办”。窗口前台不分险种、不分事

项、一窗受理。五是“减跑动”,推进医保服务“网上办”。依托数字赋能,参保群众不需持实体卡,凭医保电子凭证二维码或刷脸就可以看病买药。

下一步,国家医保局将向各地征集医保便民服务典型做法和经验,总结经验成效,在全国范围内推广,并持续推出医保服务便民措施。