

## 青岛市老年活动中心开办无人机短训班 玩转无人机 引领新风尚



近来,青岛市老年活动中心的一个新班级成为大家关注的焦点——无人机短训班(如图)。在这个充满现代科技气息的新班级,老年朋友们活力足,玩得嗨,让许多人刮目相看。

### 感受飞行的乐趣

对于许多老年人来说,无人机是一个神秘而陌生的领域。为了填补这一空白,青岛市老年活动中心紧跟时代步伐,开设了玩转大疆无人机短训班,让老年朋友们也能享受到科技带来的乐趣和便利。

“老年人现在玩无人机的很多,尤其是以前喜欢摄影的老人,年纪大了背相机太重,很多老人都开始玩无人机。无人机能拍到相机拍不到的视角。我们这个短训班一共十节课,采取12人的小班制,内容分为飞行软件、基础操作、安全上手、趣味玩法、大师之路这五个方面。”31岁的吕谦是短训班的老师,他告诉记者,短训班会详细介绍无人机上升下

降、平移飞行、环绕飞行、全景拍摄、智能跟随、直线甩尾等操作,帮助新手避免操作误区,预防无人机炸机损坏,了解无人机电池保养、飞行环境选择以及无人机信号查看,了解无人机起飞前后遇到的突发情况及解决方法,如何实现希区柯克变焦功能,增加航拍震撼感等等内容。据吕谦介绍,课程还设置了实践操作环节,老年学员们能亲自动手操作无人机,感受飞行的乐趣(扫码观看更多精彩)。

### 体验科技带来的便利

本次短训班报名火爆,刚一上线就已报满。56岁的王先生以前学过手机摄影和手机视频拍摄,热切期待能够系统地学习无人机摄影技术。“我从网上自学了简单的拍摄,但总感觉不是很系统,看见新开了短训班,立刻就报名了。”短训班的小班化教学让王先生颇为满意。

64岁的陶靖海原来在工作时接触过无人机,退休后,他不但购置了两台大疆无人机,还考取了无人驾驶航空器系统操作手合格证。“以前是同事教我的,现在有时间了,还是想系统学习一下。我很喜欢自驾游,出去旅游带上无人机,能拍到很多别人看不见的风景。”陶靖海说。

记者 安娜 见习记者 刘祥龙

## 马玉芳:“气吞云梦”见画魂

50岁退休,54岁从零开始学绘画;64岁举办个人画展;65岁受聘于老年大学书画班老师,直至今日,71岁的她一方面继续驰骋在绘画领域,另一方面,她和丈夫还帮带一对双胞胎孙子……这样光灿灿的“退休履历”和繁忙的退休生活,着实令人惊叹!她就是青岛报业传媒集团新闻书画院高级画师马玉芳。

### 退休四年后,兴趣引领按下“重启”键

马玉芳真正接触绘画是在退休四年后。那时,儿子已成家立业,不需要特别照顾;工作上更不需要操心。从小就喜欢绘画的马玉芳,决心以此开启新生活。起初,她经人推荐到青岛老年大学绘画班学习花鸟画。经过几年的系统训练后,她熟练地掌握了基本的绘画技巧。

有兴趣引领,有系统训练,马玉芳经过十年的绘画学习,在同龄学员中脱颖而出。马玉芳把生活中的专注、细致、耐心、投入的品质移植到绘画事业上,让人在观赏其画作后都惊异不已。

### 奋斗经年里,名师点将续扬“前行”帆

在马玉芳投身绘画领域这十几年的时间里,她的两位重要老师(单继宏、杨海君)都是“60后”。作为“大姐”,她虚心学习,不耻下问。这



马玉芳和她的学生在一起。

也是她能在较短时间内就打下坚实绘画基础的原因之一。她还是一位“博采众长,为己所用”的人。在她的绘画作品中,总能窥见岛城成熟画家的典型风格,比如南瓜、玉米就有刘世骏的影子;藤萝、葫芦受冯凭的影响……马玉芳说,她在画鹰方面受到了画家赵思温的重要影响。赵先生在看了她绘制的雄鹰图后,大加赞赏,以为得其画鹰真髓,当场收为弟子,并题字:气吞云梦。

### 养老新生活,丈夫支持成就“高远”路

学画十年时,在丈夫的支持下,马玉芳在栈桥阳光大厅举办了个人画展。这不仅是“十年成果展示”,而且是“夫妻同心,其利断金”的生动体现。

马玉芳的生活中除了绘画,就是和丈夫一起带双胞胎孙子。“忙就忙吧,到我这个年龄,谁都不想成为别人的负担,就当是锻炼身体了。”

兴趣点燃退休生活,勤奋加天赋让她如鹰展翅,丈夫的鼎力支持,更是让她在艺术的天空中翱翔得更加自由与高远。记者 王丽洁

# 保健品怎么用才合理?

## “保健品的价格、质量、合理应用”半天学习班

### 新年第三期

◆你知道各类保健品的禁忌人群及副作用吗?

◆你知道各类保健品与西药同时服用时的注意事项吗?

◆你知道多种保健品同时服用时的禁忌与冲突吗?

◆保健品的成分及含量有高低,你知道如何判断其成分及含量的高低吗?

◆红曲类保健品能够代替他汀吗?什么情况下不能服用红曲?

◆辅酶Q10有十几种原料,您购买的是哪一种?

◆欧米伽-3对哪些人群不易吸收?

◆何种情况下适合服用氨糖?长期服用有何风险?

◆什么情况下不宜服用硒?

◆纳豆激酶与什么有相互作用?如何判断品质好坏?

◆什么情况下不能服用一氧化氮?

◆常年打胰岛素或服用降糖药会消耗体内哪种营养素?

◆哪些保健品容易诱导斑块破裂?

此次学习班内容对广大深受保健品应用乱象困扰的朋友们帮助巨大,欢迎积极报名参加学习。

(参加学习班请自带纸、笔、水杯、老花镜)

## 本次学习班将会 给您很多答案

### 重点分析以下产品:

辅酶Q10(泛醌、泛醇)、牛初乳(免疫球蛋白)、一氧化氮、纳豆激酶、红曲、氨糖、软骨素、欧米伽-3、硒、各类抗氧化剂、硫辛酸、灵芝孢子油等。

半天学习班时间:3月18日

报名电话:156-5015-3695

学习地址:香港中路68号—华普大厦

凡参加学习班的朋友,均免费赠送《失传的营养学》科普书籍,望积极报名参加学习。

150份新年定制台历免费送,电话预约到店领取。

惠耳听力

# 助听器

活动日期:2024年3月17日(星期日)

全国第二十五个爱耳日,主题“科技助残,共享美好生活”。青岛惠耳国际听力中心特邀听力学家。方文南副院长3月17日莅临,您和您的家人有任何耳聋耳鸣困扰,请提前电话预约咨询,就近预约,验配助听器!

预约热线:0532-83630331

活动地点:青岛市市北区长春路77号

助听器佩戴效果图:



耳背式BTE



耳内式ITE



耳道式ITC



深耳道式CIC



超小型CIC

一家验配 全套服务 365天可预约上门服务

青岛惠耳国际听力中心(长春路)	0532-83630331
青岛胶州路惠耳	0532-82822606
青岛水清沟惠耳	0532-66018355
胶州云溪河南路惠耳	0532-87216680
即墨蓝鳌路惠耳	0532-88523120
即墨鹤山路惠耳	0532-88522363
胶南灵山湾路惠耳	0532-86162802
胶南利群家乐园惠耳	0532-88183661
莱西青岛路惠耳	0532-66038389
平度扬州路惠耳	0532-88326695

平度杭州路惠耳	0532-87363099
烟台北马路惠耳	0535-6623600
烟台胜利路惠耳	0535-6238200
烟台南大街惠耳	0535-6202260
潍坊东风街惠耳	0536-2876968
潍坊民生东街惠耳	0536-2878900
威海统一路惠耳	0631-5234068
威海文化东路惠耳	0631-5227277
日照泰安路惠耳	0633-8253192
日照望海路惠耳	0633-8820082

广告批文:浙械广审(文)第240820-06662号 医疗器械生产企业许可证号:浙药监械生产许20150010号  
数字耳内式助听器注册证号:浙械注准20172191177 数字耳背式助听器注册证号:浙械注准20172191259  
注意事项:禁忌内容或注意事项详见说明书,请仔细阅读产品说明书或在医务人员的指导下购买使用