

智慧养老助力乐享银龄人生

老龄产业专家做客石家庄市老年大学答疑解惑

本报讯(记者 红波)近日,“重阳讲坛”公益文化讲座在石家庄市老年大学四楼报告厅开讲。本期讲座特邀北京大学社会学系博士后,中国老年学和老年医学学会学术部主任、研究员郑志刚,以“智慧养老如何帮助我们乐享银龄人生”为题,系统解读了智慧养老的技术支撑、政策演进、场景应用与未来方向,为推动养老服务数字化转型提供了专业思路与实践参考。

讲座中,郑志刚博士梳理了我国智慧养老从技术萌芽到政策落地、从试点探索到规模化应用的发展脉络,阐明人工智能、物联网、大数据、云计算是智慧养老的核心技术底座,通过数据采集、智能计算、实时反馈



数字赋能夕阳红,智慧养老更暖心。

与闭环管控,实现养老服务模式革新。他结合国家“十二五”至“十四五”养老相关规划、智慧健康养老产业发展行动计划等政策,解读了顶层设计如何引导产业规范发展、推动“互联网+养老”服务新模式落地生根、惠及民生。

讲座现场,郑志刚博士围绕居家、社区、机构三大养老场景,展示了智慧养老

的典型实践:居家场景依托一键呼叫、健康监测床垫、安防报警设备筑牢安全防线;社区通过智慧服务平台实现助餐、助浴、陪护等一站式供给;养老机构运用生命体征监测、跌倒自动预警、AI智能照护系统提升服务效率与精准度。同时,他结合全国养老服务信息平台、雄安智慧社区、北京养老服务网等案例,阐释了

“数据一体化、服务一体化、监管一体化”的建设路径。

讲座结束后,学员们结合日常养老生活中的实际困惑积极提问。郑志刚博士耐心细致地逐一作答,围绕智能健康设备使用、居家智慧安防改造、社区养老服务对接等具体问题进行深入交流,现场讨论氛围浓厚。

据悉,“重阳讲坛”是石家庄市老年大学的特色公益文化品牌。学校始终立足于老年群体核心需求,聚焦思政教育、文化艺术、健康养生、智能生活等多个领域,持续推出高品质系列主题公益讲座,搭建优质学习交流的平台,以丰富多元的课程内容服务广大学员,让更多的老年人紧跟时代步伐,乐享幸福银龄时光。

落笔生花

岁月沉香,记忆深处始终停驻着一辆独轮车,它承载着我童年的欢乐与成长的记忆。这辆独轮车是父亲半生辛劳的见证,更是我心底最温暖、最珍贵的印记。

独轮车是父亲平凡生活的缩影。在物资匮乏的年代,它既是父亲田间劳作的得力帮手,也是他走街串巷谋生的“伙伴”。农闲时,尤其到了冬季,父亲时常会推着独轮车,载着自家酿造的酱油,走村串巷地叫卖。农忙时,天还未亮,父亲便推

着独轮车走向田间地头,车轮碾过土路,发出“咯吱咯吱”的声响,像是在为父亲的辛勤劳作伴奏。春耕时节,父亲推着它满载肥料耕耘田地;秋收时节,父亲又推着它满载丰收的粮食踏路而归。小小的车斗装着四季劳作的烟火日常,也承载着一家人对美好生活的殷实期盼。

独轮车也是我儿时的“游乐车”。每当见到父亲忙完农活,我就会缠着他,让他推着我到处转悠,坐在车

斗里一边看着野花野草,一边听着父亲讲天仙配的故事,心里满是欢喜。有时候,父亲会推着独轮车载我去集市,用自家种的各种瓜果蔬菜,换一些生活用品。路上,父亲还会给我买一串冰糖葫芦。我坐在独轮车上,看着父亲汗流浹背的样子,小小的心里满是对他的敬重与依恋。

随着时代的发展,独轮车渐渐被三轮车、拖拉机所取代,父亲的独轮车也完成了它的历史使命,

静静地靠在老屋的墙角,光荣“退休”。

但是,它并没有真正离开我的生活。每当我回到老家,看到那布满灰尘的独轮车,往昔的记忆便涌上心头。那些与父亲、独轮车相伴的日子,虽然平凡,但无比珍贵。

岁月流转,独轮车终会腐朽,但父亲的爱与独轮车承载的记忆,将永远在我心中熠熠生辉。

中国历史提高 26-1 班李连瑞/文

父亲的独轮车

特色课程

京昆表演



本课程面向京剧、昆剧爱好者,以“唱念做舞”综合训练为核心,全面锻炼学员的综合素质,提升学员的舞台表演技能。任课教师:郭志志

文学欣赏

课程以古今中外经典文学作品为核心素材,聚焦诗歌、散文、小说、戏剧等主流文体,依托作家经历和相关文化背景,采用欣赏、诵读、课堂讨论、模拟演练等多种形式,深入浅出,化繁为简,帮助学员在经典品读中汲取文学作品的人文智慧与精神力量。任课教师:闫浩

老年常见病健康护理

课程结合老年人身心状况及疾病生理特点,从老年综合征护理、呼吸系统与循环系统等9大系统疾病护理、发热与恶心呕吐两大常见症状的中医护理三个方向展开讲解,帮助学员熟练掌握基础护理、康复护理、居家护理及慢性病调理的知识和技能。任课教师:石家庄市中医院专家团队

英语口语

本课程带领学员学习寒暄、点餐、购物、酒店入住、出行等日常生活场景的实用英语口语,以句子结构分析和内容拓展为核心开展教学,通过可理解性输入训练,帮助学员轻松掌握并运用英语。任课教师:张桥智



扫码可观看老师讲课视频

本版由燕赵老年报与石家庄市老年大学合办



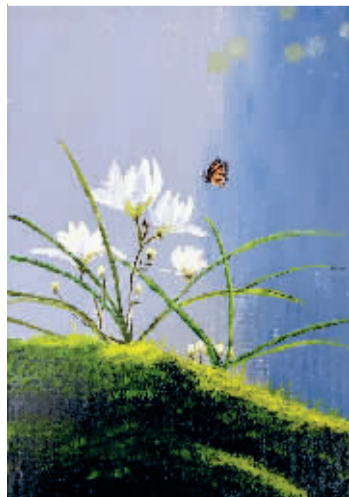
未名湖的早晨

韩华平/摄



绿野塔影落日熔金

张晓娟/摄



空谷幽兰 胡小京/作



滹沱美景入画来

杨秀峰/摄



太行深处 马兵花/作