



在上海,有这样一群爷爷奶奶,热衷的不是跳舞、嘎讪胡或搓搓卫生麻将,而是几天不拍拍视频发发头条心里就特别痒痒,人称“花甲微信达人”。

试想,在当今社会里,没有微信、不会扫码、不会移动支付,这样的生活会遇到怎样的不便与尴尬?然而,步入老年社会的大都市,还真有不少爷爷奶奶们被一个小小的智能手机挡在了“快乐生活”的大门外。当然,也还有一大批的老人正通过家庭、社区等多种渠道,主动学习和掌握现代通信工具,希望自己不被高速发展的社会落得太远。

那些年逾花甲或古稀的“微信达人”,透过老花镜,看着自己的粉丝数在一天一天上涨,映在视频里的笑容也一天比一天灿烂。赶上现代通信传媒技术发展的步伐,充分享受信息时代的便捷与福利,这必须也应当是让老年人安享晚年美好生活的题中之义。

六十而已

《花甲之年的人生旅程,从六十而立启程》这是网民“退休的上海阿姨”一年前在头条上发的第一个视频,一群和她年龄相仿的老人在聚会欢唱。她说:“这是我制作的第一个视频。年轻时我就喜欢写日记,现在好了,有手机有视频,不正是换一种形式的日记吗?可以把我的开心生活忠实地记录下来,还能保留声音和画面。”

家住古美街道的夏伟芳,今年61岁。“没想到吧,我年轻时技校毕业后是做木工的,后来做了会计。曾经也进入过下岗行列,但我不甘心,就去创业,办起了一家电脑学校。我现在玩视频的技术,就是那时候打下的底子。”

两年不到的时间,夏伟芳就制作上传了近200个视频,收获了4600多个粉丝。与其说是用视频写日记,莫如说她更像个“记者”。常常,她会拿着手机拍一些身边的新鲜事、有趣事。

《清晨偶遇认真分类垃圾的大叔》。“这是上海开始实行垃圾分类的头几天,我从自己买早点开始拍,吃剩的厨余垃圾、废旧保鲜袋等,究竟应该怎么分、怎么扔?我跟拍的是一位小区志愿者,他会认真指导居民们将垃圾分别投入各个智能垃圾桶里,让大家对垃圾分类的新时尚入脑入心。”她说。

《实地探访社区里的一支了不起的民族舞蹈队》。“有一天,我发现社区的公园里活跃着一支以少数民族居民为主的舞蹈队,舞姿很优美,跳得也很专业。趁她们休息时,我与舞蹈队的马老师聊了起来。她一口北方话,说成立这个小小舞蹈队是有着自己的初心的,那就是要弘扬民族文化。我还问她,加入她们舞蹈队有什么要求,年龄有没有规定,要不要舞蹈基础。虽然只有2分42秒,但出现在我镜头里的老年舞蹈队员,个个都有着甜甜的笑容。”她说。

《低至3元的为老食堂》。“60岁以上的老人拿着身份证就能办卡,结账时,60岁的老人能打九折,70岁、80岁的老人打的折还会更多些。我点了一小碗炒面、一小碗菜饭和一个荤菜,简直吃爽了,其他老人也吃得特别开心。这是政府为老年居民办的一件实事,大家都竖大拇指。”她说。

“我其实是实足做到60岁才退休的,没想到回家休息了没几天,就碰到了居民区的书记,她问我愿不愿意出来帮着做点技术性的事,我一口答应了。因为,在疫情期间,我看到居委会干部一直忙前忙后,为大家操碎了心,我自己也当过小区的防疫志愿者,觉得社区的事还是要靠大家一起来做。”夏伟芳说,“我接到的任务是当人口普查员。一定是居委会干部知道我很擅长操作手机,也会上传视频和文件,就让我挑起了这项工作。你看,我也制作了几个人口普查的视频,把我们工作的意义、方式和原则告诉大家。”

视频达人

真有老年人玩视频玩得不亦乐乎的,许阿姨也是其中的一位,她的网名叫“麦浪爱生活”,也是上海人。“大家好,我是麦浪。我第一次拍视频,希望大家多多关照。”许阿姨给这个视频取名《我们一家幸福生活的小屋》,第一个视频点击近1200次,收获了10多个点赞,这也鼓起了她当拍客的信心。她说:“我是因为去年初疫情的关系,闲在家里不出门,所以就想到了玩玩拍视频。近一年来已经有上百个视频发到了网上,平均一个星期要做两三个,粉丝数达8830人,获赞2.7万个。”

一个个视频源源不断地贴上了网络。秀厨艺成了她的一项重要出品内容。此外,生活的点滴经验,也是她十分乐于跟网友们分享的:“羽绒服不可干洗,麦浪教你手洗的好方法。”“怎样清洗锅子污垢,麦浪用了一个简单的方法,洗后的锅子焕然一新。”“油烟机只有这样才能洗干净。”许阿姨觉得,老百姓自拍的视频就是要有烟火气息。

退休后,跟着老公一起从江西回上海定居,仍把那片红土地称为自己的第二故乡。前不久,夫妻俩回了趟曾经工作了30年的工厂,回到自己远在江西的老家。从上海出发的那天上午起,许阿姨就开始拍个不停,飞驰的列车、越来越城市化的县城、

带头“触网”

像夏伟芳、许阿姨这样醉心于当快乐拍客、开心主播的中老年人并不多。说实在的,越是上了年纪的人,越是对生活爱得深沉。但是,能够玩得转视频,“退休的上海阿姨”“麦浪爱生活”等网红视频达人,总会让其他老人羡慕不已。毕竟我们的周遭还有很多老人连微信都玩不转。据《中国互联网发展状况统计报告》,2019年,我国2.5亿60岁及以上人口中,接触过网络的只有6056万人,换言之,全国有近2亿老人尚未“触网”。因此,国务院办公厅的实施方案已明确提出,到2021年底前,围绕老年人高频服务事项,推动老年人享受智能化服务更加普遍,传统服务方式更加完善。到2022年底前,老年人享受智能化服务水平显著提升,便捷性不断提高,线上线下服务更加高效协同,解决老年人面临的“数字鸿沟”问题的长效机制基本建立。

“没有微信,不会上网,在现代的城市生活中恐怕有点难以从容应付了。”家住吴中路的王师礼今年74岁,早年毕业于华东师大物理系。他说,现在许多老人最怕打车,因为几乎都是手机预约叫车,马路上很难扬招。

家住虹古路的陈老伯,网名“早起早睡”,楼上楼下的老邻居都叫他“微信达人”。即使很会玩微信,前些天他也遇到了一件哭笑不得的事。“冬至那天去家乡给我哥哥落葬,进

抓紧“补课”

没有智能手机,不会上网,的确有些“寸步难行”了。但这也是事在人为的。“关键就在老年人想不想用。不想用、不想玩,再方便、再智能化的东西,老年人都会觉得是堵厚厚的墙挡在那里。比如我哥哥,他就说不要学习,反正也学不会,就不去弄什么微信了。”王师礼说,“我现在手机上的各种功能都会玩,老师就是我的老伴,她是专门去社区学校学习的,学了,然后就回来手把手地教我。”

王师礼的老伴参加的是闵行区虹桥镇社区学校的信息班。疫情之前,这个班可是“一位难求”啊。戴蓉梅副校长介绍,信息班一个学期上16次课,50元的学费,首期报名时就早早地客满了,教室里坐进了40多位老人,教师是从一家信息技术公司外聘的。“你看,我们用的教材《玩转微信》已经是第二版了,正规出版社的教科书。我们要教给老年人怎样通过微信结交新朋友、怎样体验微信公众平台、怎样使用微信支付等。我发现,老年人不是不想用微信,而是不会用、不敢用,所以,我们先要打消他们的顾虑。”她说。

66岁的刘亚芳是这个班的首批学员。她说:“我至今还保留着听课笔记。那时,我们有什么听不懂的地方,戴副校长还会一个个地手

永远在心中抹不去的自家小屋,还有那熟悉的菜市场、一个个相识的老朋友和老邻居,都被她收入视频中。这几个“故乡视频”一下子在沪赣两地圈了很多粉。“粉丝里肯定有我过去在江西的老同事,因为他们在留言里写出了我和老公的名字。”她说,视频下的很多评论让她激动不已:“家乡这么美丽,在上海这几年真是难为你了。”“重回故乡,心情美美哒。”“阿姨回到了那个既熟悉又陌生的家,重温当时的点点滴滴……”

拍了上百个视频,每个视频不过三五分钟,却要积累大量素材。许阿姨说:“有的视频要拍一天,比如,那几个记录回江西老家的视频,就是一路跟拍的,完了还要花四五个小时做编辑,包括剪辑、配文字、配解说、配音乐,都是我一个人搞定的。我老公喜欢摄影,不太喜欢视频,所以,一切拍摄和上传的事情都是我慢慢摸索出来的。我注册了网上的‘西瓜大学’,你看,我还拿到了视频制作的毕业证书呢。我们‘西瓜大学’有个毕业生群,好像都是三四十岁的人,像我这样快60岁的人很少。我就是想做自己喜欢的事,拍拍视频,晒晒自己的开心生活,何尝不是一种快乐的退休生活呢。每当我上传一个视频,4岁的小孙女也会拍着手激动地说,奶奶又当网红了。”

入墓园是要预约申报人数的,这也是为了减少人群聚集,便于错峰扫墓。我老伴上半年摔了一跤,走路不方便,大半年没出门了,这次原本不打算带她去了,前几天网上预约时就没把她算进去。不知怎么了,那天早上她起得特别早,精神头还特别好,吵着一定要跟着去。全家人都对她说,你没微信、没健康码是进不去的,再说了,预约的人里面也没有你,我们都进去了,难道你一个人留在停车场?尽管我们反复劝说,但她还是很执拗,最终我们也拗不过她,就带她一起去了。一路上,她唠叨个没完,说万一进不去怎么办,把她一个人留在停车场里,会害怕的。她的紧张和多疑,弄得坐在同一辆面包车里的亲戚都很无奈。还好,墓园了解了情况后,同意我们一个不落地都进去了。现在看来,能用微信,能跟上数字化生活的时代,不仅办事方便,人也会变得更自信和从容。”他说。

63岁的丁丽娟家住吴中路970弄,每天要去幼儿园接孙女,她说:“园里有规定,家长要入园就必须出示健康码。还好,我有智能手机,这对我来说小菜一碟。在我的周边,好像70岁是个分界线,70岁以上的老人玩微信的不多,70岁以下很少有不用微信的。不要说打车了,现在就是去医院看病,网上先预约好门诊,这样就会方便得多。弄不来的话,就只能去排队挂号了,这样就要麻烦多了。”

把手教大家操作手机上的各种工具。”现在,刘亚芳已经能熟练使用微信来交流和支付,自信也能像年轻人那样带个手机就能“畅行”生活了。但是,她也有个担忧,就是生怕信息泄露。有一次,她手机接到一个陌生来电,说她在广州触犯了法律,需要配合公安机关的财产调查,对方居然还能报出她的身份证号码,幸好老人在课堂上学过相关的防骗知识,当即戳穿了骗子的伎俩。

61岁的高琼也是从这个信息班“毕业”的。她说:“看到我们几个姐妹都在玩微信,没想到80多岁的老母亲也一再跟孩子们叨叨,希望给她买个新手机,因为要加微信,可以和亲戚朋友聊天。很多老年人用微信倒不是为了购物,主要是视频聊天,几乎每天都要‘面对面’聊个大半天。因为年纪越大越会觉得寂寞,越想有人跟他们说话,视频聊天正好可以解了他们的苦闷。”

“麦浪爱生活”成了网红后说了这么一段话:“都说退休后要多走走、多看看、多讲讲、多动动脑子,否则就真的会脱离社会、脱离时代,人也会老得快,还会变麻木。所以,拍视频、玩微信,这也应该是老年人融入信息时代,越过‘数字鸿沟’这道坎的一种很好方式。”

退休老人的幸福视频生活

首席记者 王蔚