



南京东路街道均乐居委专场活动现场



瑞金二路街道初心会客厅专场活动现场



结伴参加活动的老年人

# 畅享数字时代 拥抱智慧生活

## 黄浦区开展老年数字教育进社区行动



星光摄影老年大学志愿者们为活动做准备工作



新天地电脑沙龙志愿者们

“打开微信，点击右上角的扫一扫按钮，就可以看到屏幕下方有扫码、识物等功能，现在请大家跟着我一起操作。”这些日子，黄浦各居委学习点格外热闹，黄浦区老年数字教育进社区行动正全面开展。在这里，广大志愿者们用一次次“智慧助老”行动，帮助众多长者跨越“数字鸿沟”。

2021年，黄浦区制定了《智慧助老志愿服务三年行动计划》，将“智慧助老”志愿服务的使命担在肩、走在前、作表率。

2022年，结合市教委老年数字教育进社区行动要求，自下半年起，在黄浦区学习促进办指导下，黄浦区社区学院联合5个社区教育中心，整合优质资源，开设线上学习专区。线下活动依托星光摄影老年大学和智慧助老学习团队力量，全面推进老年数字教育进社区行动，通过学习点全域覆盖的优势，联动推出183场活动，帮助老人突破智能手机使用瓶颈，共享高品质生活。



老年人在星光摄影器材城体验智慧学习场景

### 星光闪耀，绽放最美笑容

“大家拿好自己的专属二维码，现在我们可以把刚刚拍好的照片扫码下载，保存到手机里……”随着数字化应用快速崛起，在给人们生活增加便利的同时，却给不少老年人筑起了一道难以逾越的“数字鸿沟”。一些老人面对智能手机，除了无奈还有无助。如何帮助老人跨越“数字鸿沟”，打通智能设备使用的“最后一公里”，成为老年教育的燃眉之急。

星光摄影老年大学是经上海市教委正式授牌的全市首批社会多元主体举办的老年大学。学校分设器材学院、影像学院和艺术学院，课程内容主要有手机摄影基础、单反相机入门、人像摄影技巧、短视频拍摄制作、影像后期等多门课程。2022年，黄浦区社区学院与星光摄影老年大学联合打造的“星光智慧课堂”，更集成了智能拍摄、数字影像等前沿摄影技术，面向社区老年人开放体验。

在今年黄浦区老年数字教育进社区行动中，

依托星光摄影老年大学的专业力量，从老年朋友喜欢的摄影入手，聚焦智能技术学习，将数字技能学习融入到一张张照片中，送到一个个居委里，为老年人带来有温度的数字技能“移动课堂”。

一张专业人像照，对年轻人而言可能只是记录生活的随手拍，但对老年人来讲，一张人像照，更是一份珍贵回忆、一份情感寄托。“我的老父亲已经90多岁了，因为身体原因很多年没有离开过小区，以前他每年都会带我们去照相馆拍一张全家福，今天这张照片志愿者教我下载保存了，我还在学怎么分享给家人们……”参加活动的张阿姨动情地说。

一张张充满笑容的长者照片，闪耀着点点“星光”。183场线下活动，幕后是星光摄影老年大学5组摄影师的风雨无阻，沉重的灯光设备、停车不便的老小区……这一群“80后”“90后”的年轻人，肩挑手扛，跑遍了黄浦169个居委和10余家养老机构。

孩子是我们的未来，老人是未来的我们。每一次与老年人的面对面，对年轻的志愿者来说，也是精神的淬炼和品性的陶冶。“看到叔叔阿姨们的笑容，我就想到自己的父母，再累也值得了！”“很多老年人的智能手机操作不熟练，我们都会反复指导，也欢迎大家后续到鲁班路300号星光现场体验照片自助打印……”星光摄影老年大学的志愿者们如是说。

老年人对于美好生活的追求，一点也不输年轻人。很多长者喜欢手机摄影，在活动现场，星光摄影老年大学还推出了智慧学习场景体验，很多居民纷纷学习手机摄影技能，用贴近生活、寓教于乐的方式互帮互学，这样的模式深受居民喜爱。

### 终身学习，让生活更幸福

科技进步应当是普惠的，数字化时代也同样属于老年人。“居民们学习热情高，老师更是一将难求！”面对社区老人希望学习智能技术的热情，黄浦区社区学院在积极组织师资力量的同时，发挥老年教育优势，一批学员志愿者纷纷报名参加。已经开展18年“智慧助老”的新天地电脑沙龙就是其中之一。

在黄浦区社区学院的大力支持下，作为上海市级五星学习团队的“新天地电脑沙龙”学习团队的智慧助老志愿者们，和此次黄浦区老年数字教育进社区行动的志愿者，与各街道社区教育专任教师一起，紧跟老年群体当下最需要的智能技术应用，精心设计编排学习资源，策划组织面向社区老年群体的智能技术应用培训活动。

平均年龄近62岁的团队志愿者们，主动对接社区，策划组织了一系列丰富的智慧助老志愿服务项目，为社区居民精心提供了电脑、智能手机、智能情境体验等多种课程，帮助社

区老年人及时解决智能技术应用上的困难和问题。“有了你们，我真是打开了新天地，生活品质也提高了！”63岁的朱阿婆激动地说，“‘新天地电脑沙龙’的智能手机课程非常好，我现在会用微信跟亲友聊天、发红包了。”

学习团队的志愿者们还走出课堂，深入社区，主动提供上门服务和辅导，手把手教老年人使用智能技术，增强了他们学习的自信心，也开阔了他们的视野、拓宽了社交渠道，让更多老年人获得拥抱数字时代的能力，收获智慧温暖的老年生活。“年纪大了看不清，大脑反应也慢，智能手机操作复杂，总怕学不会。咱们‘新天地电脑沙龙’的志愿者，可真有耐心，在他们的鼓励和指导下，现在我手机用得可熟练了。”通过一个个智慧助老活动的开展，“新天地电脑沙龙”为社区老年人的智慧生活开启了一扇崭新的大门，受到了社会各界的一致称赞。

面对城市的数字化转型，如何让老年群体也同步共享发展成果，享受高品质的数字生活，黄浦区多部门正协同发力，一批适合老年群体使用的网站、应用正在逐步推广，也希望诸如老年数字教育进社区这样的举措能常办常新，取得实效，用这些暖心的服务帮助更多的老人们，共享人民城市幸福生活，共同跨越“数字鸿沟”。

在“智慧助老”的道路上，黄浦，还将一直走下去。