

## 松江区今推出上海首份“随申学”宣传册

## 7份折页助老人享数字生活

## 小区新事

本报讯(首席记者 王蔚)为了让老年人轻松学会登录云平台,共享智慧生活的便捷,今天松江区推出本市首份“随申学”宣传折页,首批1.4万册资料已送入各街镇居民区。

随着数字应用领域的不断扩大,帮助老年群体跨越数字鸿沟已成为一项重要的民生工程。市有关部门梳理归纳出老年人常用

和亟需的智能手机应用十大场景,包括就医、出行、亮码、扫码、聊天、缴费、购物、文娱、用机、安全等,这些场景被汇集在一款名为“随申办市民云”的App中。此次松江区研发的“随申学”宣传折页,是松江区开放大学“云间乐龄·E生活”志愿服务项目推出的一种便民宣传形式。松江开大精心设计了7款宣传折页,包括如何安装和注册“随申办市民云”App,如何使用App进行老年教育课程报名、生活缴费、预约挂号等内容。该折页用大号字体通俗易懂地详解了

使用步骤,还附有操作视频二维码,让老年人通过视频课件的引导更加直观地在线学习。

松江开大的“云间乐龄·E生活”志愿服务项目通过四大举措助力老年人融入数字生活时代。一是组建了一支志愿者队伍,覆盖各居民区网格,及时为老年人提供形式多样的数字生活服务。二是开发了一系列帮助老年人适应数字生活的课程,如《老年人智能手机实用课程》《微视频制作》等线上线下系列课程,加强对老年人智能技术的普及教育。三是

开发了智能技术相关教材,针对老年人群学习的特点和需求,编写了图文并茂的纸质推荐用书,还制作了多媒体、短视频等形式的微课。四是举办了智慧助老体验活动,为老年人打造出行、就医、消费、文娱、防诈骗等多种生活场景。未来,“云间乐龄·E生活”项目还会继续以老年朋友的实际需要为导向,从线下到线上不断升级助老行动,丰富学习形式和内容,进一步提升服务能力和扩大辐射范围,使老年人充分享受智能化时代带来的便捷和高

品质生活。

今天一早,松江开大组织的志愿者深入各社区,向老年朋友推介智慧生活的益处,讲解“随申学”宣传折页的用途。“你看,只要打开‘随申办市民云’App,点击左下角首页,页面下拉,在精选主题栏选择点击‘医疗健康’就能进行挂号预约了。”家住岳阳社区的李阿婆兴奋地说:“有了这些宣传折页和操作视频,我就能在家学习用手机打车、挂号、报名上大学了,真是太方便了。这是重阳节前我收到的最贴心的礼物。”

## “双减”后,市民驿站更热闹

北外滩街道精心设计活动满足社区居民需求

## 社区暖事

“现在下午来驿站活动安心了,没有心理负担了!”周阿姨笑得特别爽朗。临近“双减”政策实施后的第一个中秋节,下午3时,虹口区北外滩街道市民驿站里格外热闹,市民们做花灯、画月球灯、做月饼,节日的氛围特别浓厚。

市民驿站原本有个不成文的规定,一般下午或者下午3时后就不组织集体性活动。因为通常3时后学校放学,在驿站活动的老人们都要去接送孩子,放学后,父母还给孩子安排了各种课外补习班。“我们家分工明确,我接大宝送补习班,老伴儿接二宝送画画班。”像陶叔叔这样的老人都在感叹:退休比上班还累,时间不自由,孩子下课,我们就“上

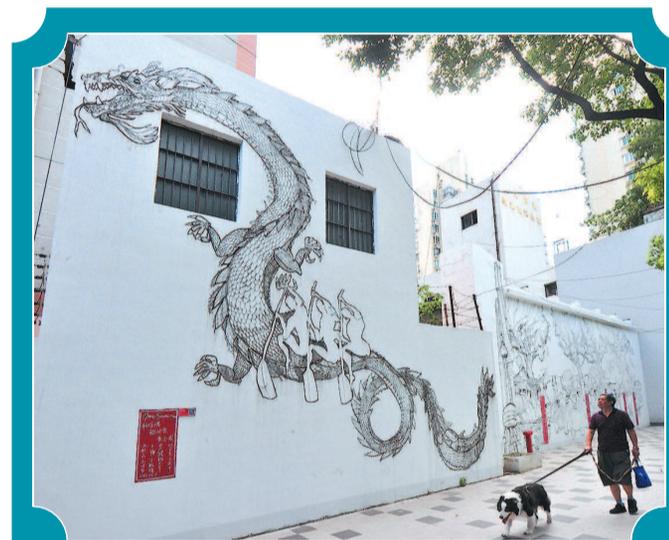
班”。于是,驿站活动时间也尽可能配合这些“再就业”老人的需求,把活动的场次安排在上午。“去年中秋节做月饼的活动一共调整了3次时间,往年9月份老人们的活动时间表都要根据孩子补习班的安排作调整。”驿站工作人员说。今年中秋在“双减”之后,变化非常大,老人们有更多时间参与驿站活动,报名的人也踊跃多了。

“这个月球灯太好看了,回家放在我孙女的房间里,做小夜灯特别好!”李阿姨很开心。李阿姨之前常常“吐槽”驿站活动没劲,“老是那几个花样,插花、做蜡烛,我们都腻了。”其实有趣的项目往往需要更多时间投入,有时候一节课还完不成。“这些阿姨妈妈们活动时就是心神不定,我们原来推出的很多项目大多是连贯的课程,他们很难参加,就比如这个月球灯,前期需要一定的

油画基础,如果课程时间和孩子课后培训有冲突,他们作为家里的‘后勤兵’,随时要‘候场冲锋’,‘双减’后,老人们安心多了。”

“双减”之后,补习机构不见了,孩子们放学后要去哪里呢?孩子们跟着爷爷奶奶来驿站,可能是未来的趋势,在驿站里和同学一起看看有趣的课外书,参加驿站丰富的活动后再回家。北外滩街道市民驿站工作人员说:“我们已经在活动安排上做了一定调整,让孩子们回到社区参与社区的活动。”街道市民驿站有一支“蒲公英”志愿者队伍,以中老年人为主,而孩子是“向日葵”。驿站正在拟定计划,把社区里的孩子们凝聚在一起,在社区的公益活动中给孩子们提供健康成长的平台,让孩子和老人都能在驿站中找到快乐。

本报记者 袁玮



## 漫步赤峰路 邂逅“美术馆”

如今,途经赤峰路的市民都会发现,约2公里长的街区充满了时尚潮流的艺术设计理念,这里正在打造“未来生活原型街区”,新颖大胆的色彩碰撞、点线面结合的装

饰元素将街道变得充满视觉张力,路人就像走进一座街头露天美术馆。图为沿街墙体上的龙腾线描画颇具中国传统特色

杨建正 摄影报道

## 老人打卡做游戏 就能锻炼“脑力值”

杨浦区新江湾城街道办事处获数字化转型大奖

## 创新城市治理

本报讯(记者 孙云)最近,因为社区老人们迷上了在手机小程序和微信群里打卡做游戏,杨浦区新江湾城街道办事处获得了IDC中国数字化转型大奖“未来智能领军者”年度奖项。同获此奖项的,还有福耀玻璃集团和深交所等机构。这个让新江湾城街道捧得大奖的神奇游戏究竟是什么?原来,新江湾城街道联合辖区内创业企业,在全国首创将阿尔茨海默症数字化早筛技术应用于社区居民中,面向老人开展10分钟的线上阿尔茨海默症风险筛查和日常预防,让老人们在游戏中了解和锻炼自己的“脑力值”。

## 小程序做脑健康测试

“我不太记得早上有没有吃药了”“我也记不清有没有锁门”……在老人中,这样的情况并不少见,要防止“脑力值”减弱,就要提前预

防和训练。从去年11月开始,新江湾城街道的综合为老服务中心和20个居委都开始逐步推广,面向辖区内1.4万名60岁以上的老人进行数字化阿尔茨海默症筛查服务和日常训练。

居委干部告诉记者,以往老人们需要去医院的精神科就医才能进行阿尔茨海默症筛查,“精神科”这三个字就成了老人及家人往往难以迈过的一道坎,再加上排队检测、等待报告等流程也比较繁琐,所以,愿意主动去筛查的老人不多。

针对这一痛点,新江湾城街道与辖区内的企业合作,针对新江湾城是新建高档社区,老人对智能手机的持有率和熟练使用能力都比较高,在社区推广“AI赋能认知症数字化早筛项目”,通过在居委集中宣传和辅导老人的方式,推动老人们在支付宝小程序里做脑健康测试,让老人花短短10分钟就能了解自己的记忆力、计算力、抽象力、视知觉、注意力和执行

力等详细评分,还能和同龄人做个比较,了解自己的脑健康水平。

## 近一半用户每天训练

逾半年来,新江湾城社区已有近4000名老人参加过AI早筛,其中部分老人存在认知障碍风险,社区也做了提示,还组建了一个数百人参与的打卡群,邀请老人们每天在小程序里做游戏锻炼大脑。社区还定期组织线下训练课程,帮助老人们锻炼脑力。据统计,干预超过5次的居民均有不同程度的认知功能提升,其中记忆力同比提升24%,专注力同比提升19%,显示出早期预防的积极效果。

社区老人们对这一寓教于乐的形式也十分欢迎,小程序的用户日复访率达到46.6%,说明有近一半的用户会每天使用手机进行干预训练,显示出为老服务与数字化转型结合后的强大吸引力。接下来,新江湾城街道计划逐步覆盖全部1.4万名老人,让大家一起来“动脑”。



## 资讯 集装箱

## 静安

## 影视展演 风华“镇”茂

本报讯(特约通讯员 顾武 记者 江跃中)近日,静安区彭浦镇党委、市北高新集团党委,联合在彭浦镇社区文化活动中心举办“经典回眸,风华‘镇’茂”——2021年彭浦镇迎国庆主题活动,以红色经典影视艺术演绎形式,讴歌中国共产党百年辉煌历程,深化党史学习教育,并向为中华人民共和国的建立作出贡献的革命先辈致敬。

此次彭浦镇迎国庆主题活动,吸引了镇域内300多位爱好影视艺术的机关、企事业单位干部职工和社区居民踊跃报名参加。

活动在静安区闸北第二中心小学的少儿主题串烧节目《薪火相传》中拉开序幕,孩子们用充满真情的声音,将《闪闪的红星》《夕歌》《让我们荡起双桨》和《我的祖国》等红色经典影视歌曲唱得令人心驰神往。

## 徐汇

## 裁剪窗花“花开蒲汇塘”

本报讯(记者 袁玮)“花,象征着人民一切美好生活的可能性。”日前,“花开蒲汇塘”主题系列活动在徐汇区田林街道拉开帷幕,社区居民和孩子们拿起剪刀,裁剪出一张张寓意美好的剪纸作品,并张贴在田林东路“花街”沿线的玻璃幕墙上。剪纸活动中,全国劳模、上海市人大代表、上海宜家家居有限公司工会主席王承与孩子们一

起,在指导老师的带教下,精心裁剪出一张窗花作品。随后,他与社区居民一起从社区文化中心来到田林东路“花街”,将窗花粘贴在玻璃幕墙上。作为“花开蒲汇塘”系列活动的田林街道相关负责人说,通过开展剪纸窗花活动,统一装饰田林东路(钦州路至柳州路段)的沿街窗户橱窗,将有效提升田林路整体的步行商业氛围。