

手机支付、网购、导航、预约挂号……这群爱学习的老人——

玩转智能手机 尽享便捷和喜悦

本报记者 赵明禄 文/图

随着信息技术快速发展,智能化服务得到广泛应用,越来越多的老年人积极主动学习智能手机,努力弥合“数字鸿沟”,跟上时代步伐,尽享智能时代手机带来的便捷和喜悦。

“通过在智能手机班学习,购火车票、订门票、找酒店、网上预约挂号……我都能自己搞定。还经常录个有趣小视频、拍照片发到微信群,点赞的可多了!”2023年12月29日,75岁的南阳市老干部大学智能手机班学员胡群善高兴地说,参加智能手机班学习,不仅能学到知识,还能交到很多朋友,让他的老年生活变得多姿多彩。



孙东(前右三)指导学员使用自拍杆拍照

学习智能手机, 看到更大的世界

“首先将自拍杆上的插头插入手机耳机孔;然后把手机固定放好,点击自拍杆上的按钮,按下‘拍照’按钮……”2023年12月29日,南阳市老干部大学教室里,智能手机课老师孙东正在讲解蓝牙自拍杆连接手机拍照。他通过电脑播放课件,耐心细致地讲解每一步。

在课堂上,30多名老年学员学习劲头十足,有的一边听讲、一边操作;有的和同桌低声交流;有的在认真做笔记。坐在第一排的张延勤、刘长山听得十分认真。他俩都是方城人,一起当兵,一起转业到南阳工作。退休后,他俩一起到老干部大学学习声乐,今年又一起学习智能手机。

“在智能手机班学习了一学年,能用手机上网购物、生活缴费、公交卡线上年审……老朋友们都羡慕我,他们不会操作了就找我帮忙。”刘长山笑呵呵地说,他到智能手机班学习的初衷就是想融入现代生活,让智能化扮靓自己的晚年生活。另外,手机摄影很方便也很实用,出去游玩的时候拍拍照、录个视频,回来后还可以和子女、朋友分享,也给他带来了许多快乐。

“以前,看到年轻人拿着手机在商场里购物很潇洒,现在我也会了;看到年轻人经常录视频拍美照玩抖音,心里很羡慕,通过学习,这些我都会玩了!”张延勤说,跟着孙老师学习一年,他系统学习了手机操作,他通过手机看到了更大的世界,也感受到了生活的精彩。

弥合“数字鸿沟”, 跟上时代步伐

“我是从零开始,从连无线网、找二维码、扫二维码,到网上预约挂号、购物、支付,再到导航、拍照片录视频玩抖音,跟着老师一步一步学会的。”谈及智能手机对自己生活的影响,今年75岁的市工信局退休干部胡群善激动地说,在南阳市老干部大学智能手机班学习了3年,现在他能“玩转”手机,遨游在“手机世界”里,跟上了时代步伐,结交了许多朋友,收获了无穷欢乐。

“知识改变生活,不会智能手机,不学习新科技,就会落伍。”胡群善感慨地说,以前因不会使用各种APP和智能化服务,在就医、消费、出行等日常生活中遇到了很多不便。出去旅游,在手机上买票、订旅馆都很方便,可他因为不会使用智能手机,还得到营业大厅去缴水电费,到火车站、飞机场去排队买票。经过系统学习,他越来越感受到智能化带来的便利。

“学会使用智能手机后,网上购物、支付宝付款、出行导航以及预购飞机票、火车票都特别方便!”胡群善感叹道,使用智能手机,是他和家人、



课件辅导

朋友沟通的新渠道,让他享受到了网络时代带来的精彩生活,实现老有所学、老有所乐。退休后喜欢旅游的他,因为以前不会使用智能导航,出去游玩的时候,最怕迷路,最怕打听咋坐车,现如今,输入起点和目的地,咋坐车一查就知道;因为他熟悉智能手机,出去游玩的时候,还成了导游的助手,经常帮忙查找景点和最佳出行方案;他还是旅游团队的摄影师,经常给一起旅游的朋友拍照片、录视频。

退休女教师, 感受生活的精彩

“我正在努力学习,融入智能化时代,争取不掉队!”今年63岁的南阳电力技工学校退休教师王晓良说,在南阳市老干部大学智能手机班学习一学年,她收获多多,现在手机拍照、剪辑视频、手机缴费、网上购物等,她都能轻松搞定。

“学会用手机定位很重要,要告诉家人自己所在的具体位置,只需点一下发送就可以了。”王晓良说,数字化让老年人与社会之间产生了一道“数字鸿沟”,智能手机就是填平这道鸿沟的工具。现在到处用的都是智能设备,电视有4K、语音遥控等功能;到银行办业务,有些手续也要在智能手机上操作完成,手机人脸识别……王晓良认为,要想在这个智能化时代不落伍,要想让自己的退休生活更美好,就需要努力学习。为此,退休后,她在南阳市老干部大学参加了诗词朗诵、形体训练、艾灸班的学习。为了与时俱进,融入网络时代,今年她又参加了智能手机的学习。现在王晓良不仅能够熟练使用手机进行支付交易,还会剪辑处理拍摄的视频和照片。她兴奋

地说:“通过学习,我能像许多年轻人一样‘玩转’手机,享受信息化给我们生活带来的乐趣。”

“艳丽的月季花、静静流淌的白河水,我都喜欢拍摄;孙子6岁了,我经常给他拍照片、录视频;我用手机把生活中的精彩瞬间记录下来,发在朋友圈、亲友群里,给大家带来了许多欢乐。”王晓良说,她以前用的手机也是智能手机,可大多数功能都不会用,就是一个接打电话、发送短信的通信工具。通过智能手机班的学习,她的生活变得精彩起来。她认为,多掌握一些现代知识,更有利于提高老年人的生活质量;学会使用智能手机,是过好退休生活的必备技能。③7

**颈肩腰腿痛
就找董军董医生**

电话:13633998699
地址:南阳市中医院康复医院七一路939号
(豫)中医广[2023]第09-21-088号

