

许多老年人虽然想要融入数字生活,却因畏难、怕麻烦、无人指导等原因,缺乏学习智能科技知识的动力。如何帮助这样的老年人跨越“数字鸿沟”?



记者从中国老龄产业协会获悉,首届全国老年智能科技知识学习应用大赛日前在京启动,旨在在全国范围内普及智能科技知识和应用技能。

中国老龄产业协会会长曾琦认为,之所以遇到“数字鸿沟”,并非老年人学不会,而是他们缺乏一定的动力或缺少必要的指导。老年人喜闻乐见的群众性比赛能够激发他们的求知欲,鼓励他们勇敢尝试新领域,积极拥抱新生活。

根据中国互联网络信息中心发布的

跨越数字鸿沟 让老年人“触网”不“怵网”



第48次《中国互联网络发展状况统计报告》,截至2021年6月,我国网民规模为10.11亿,60岁及以上网民占比为12.2%。这意味着还有上亿老年人没能及时搭上信息化快车。

为充分保障老年人在运用智能技术方面的基本需求,互联网和信息技术行业在大力推行适老化改造。为手机提供“老人模式”“远程协助”等功能,一些生活实用App推出字号大、内容简洁的“关怀版”等,给不少老年人使用智能手机带来方便。

我国老年大学在校学员数超千万

截至2019年末,我国约有7.6万所老年大学(学校);在校学员约有1088.2万人;超八成在校学员在70岁以下,其中60至69岁的学员占比最高,约为学员总数的一半。除了在校学习以外,网络数字化教育也逐渐成为老年教育的重要形式。根据该报告,据不完全统计,2019年,我国远程老年教育学校达6000多所,约为2017年的6倍;远程老年教育教学点约3.6万个,比2017年增加近6000个。

“未来,学习是最好的养老。”中国老龄协会副会长吴玉韶说,我国老年教

育仍面临发展不充分、不平衡等问题,应通过让老年教育重点向基层社区延伸、将老年教育融入社区生活场景、发展远程教育等途径,最大限度扩大老年教育资源增量,满足老年人日益增长的学习需求。

据中国老年大学协会常务副会长刁海峰介绍,《中国老年教育发展报告(2019—2020)》由中国老年大学协会牵头组织编制,是我国首部老年教育发展报告。报告系统总结了我国老年教育在党的建设、办学模式、资源整合、课程与教学等诸多方面的总体情况。

世界骨质疏松日:老年人要警惕“沉默的杀手”

我国已进入老龄化社会,老年人的健康问题牵动着每个家庭的神经。10月20日是世界骨质疏松日。记者采访了解到,随着人年龄增长,“硬骨头”也有变脆的一天,要高度重视骨质疏松这一“沉默的杀手”给老年人生活带来的影响。

哈尔滨医科大学附属第一医院骨科主任王文波介绍,原发性骨质疏松,多见于中老年人。随着年龄增长,人体激素分泌水平降低,影响钙代谢和钙质吸收,造成骨量减少、骨骼脆性增加。通常女性在50岁、男性在60岁后,易出现骨质疏松。一些慢性疾病患者,由于经常服用激素类药物,易出现

继发性骨质疏松。

“骨质疏松早期并没有明显的临床症状,不易引起人的注意,直到突然出现骨折。”王文波表示,需要留意身高变矮、直不起腰、驼背,或莫名腰酸背疼这些潜在信号。

那么“硬骨头”是怎样变脆的呢?专家介绍,骨骼主要由有机成分、无机成分两大部分组成,有机成分如蛋白、胶原,无机成分如钙质、矿物质。人到一定年龄后,骨骼中钙质、矿物质流失,骨强度降低,撑起骨骼“四梁八柱”的骨小梁数量减少,易致骨质疏松,在受到轻微创伤后出现脆性骨折,常发生于髋部、腰部和骨盆等。

我国老年人口抚养比为19.70%

国家卫生健康委、全国老龄办日前发布的《2020年度国家老龄事业发展公报》显示,截至2020年11月1日零时,全国老年人口抚养比为19.70%,比2010年提高7.80个百分点。

老年人口抚养比是指某一人口中老年人口数与劳动年龄人口数之比,用以表明每100名劳动年龄人口要负担多少名老年人。

我国人口总量庞大,近年来人口老龄化程度加深。根据第七次全国人口普查结果,60岁及以上人口已达2.64亿,占总人口的18.70%;与2010年第六次全国

人口普查相比,60岁及以上人口、65岁及以上人口占总人口的比重分别上升5.44和4.63个百分点。

日前,围绕“构建积极健康向善的活力老龄社会”主题,中国计划生育协会、全国政协人口资源环境委员会、中国人口与发展研究中心在京共同举办2021中国人口与发展论坛。中国老龄协会副会长吴玉韶在论坛上说,根据预测,“十四五”时期,我国老年人口从2022年开始每年将增加超过1000万,“十四五”时期共增加5300万。

提升养老服务水平 哪些创新值得尝试

中国健康促进基金会老年康养服务与人才培训专项基金副主任陈珍表示:教育部、工信部联合印发《现代产业学院建设指南(试行)》,养老服务人才培养适用于这一指南,现在我们已经与天津医学高等专科学校合作,建设养老服务学院,希望培养一批应用型、复合型护理人才。

新型循环互助养老模式值得一提,这种模式广泛动员社会力量参与养老服务。志愿者可将参与养老服务的时间存进“时间银行”,当自己遇到

困难时,便可以用存储的“时间”兑换“服务”。老年人可通过照顾其他老年人,在自己日后需照护时免费享受服务,形成“老老互护”模式。

集合养老服务、人才培养、社区适老化改造等为一体的平台令人畅想。不同于一般养老平台,此平台可设立让老年人参与的创业空间。有知识、有技能的退休人士为年轻创业者提供帮助,既让老人实现广泛社会参与,释放可观社会效益,也有助于他们保持精神健康,收获价值感、成就感。

调查发现:老龄化越快 机器人越多

在人类劳动力老龄化速度最快的地方,机器人也正以最快的速度接手工作。这是一项新的研究得出的结论,该研究对60个国家的人口和行业数据进行了调查。

研究发现,劳动力老龄化——定义为年龄在56岁及以上的劳动力与年龄在21岁至55岁的劳动力之间的比例——与采用机器人之间存在很强的联系,尤其是在工业场所。这项研究显示,年龄这一项在各国之间采用机器人的差异方面就占了35%,那些劳动力更年长的国家采用机器人的可能性要大得多。

美国麻省理工学院的经济学家达龙·

阿杰姆奥卢与波士顿大学的帕斯夸尔·雷斯特雷波共同开展了这项研究。阿杰姆奥卢说,在采用机器人方面,“老龄化是一个很大的原因”。

这项研究符合像韩国和德国这样的国家的长期趋势——这两个国家都有非常迅速老化的劳力,这两个国家也在世界上最快采用机器人的国家之列。这项研究调查了700个美国大都市,并将机器人“集成商”数量——专门安装并维护工业机器人的企业——作为当地机器人活动的代表。他们发现,本地人口的老龄化每增加10个百分点,会令这些集成商数量增加6.45个百分点。

轻工消费品应加快适老创新

近年来,“适老化”成为热词,我国基础设施层面的适老化改造正在逐步推进,互联网应用适老化改造也在如火如荼进行中。在社会生活和居家养老过程中,少遭遇点“够不着”“不会用”的磕绊阻碍,多一些便利和从容,是当下很多老年人的期盼,也是实施积极应对人口老龄化国家战略的重要抓手。

随着市场对适老产品需求快速增长,适老产品的创新开发很关键。以家电领域为例,适老家电不仅要做好人机交互,还应切实考虑到老年人使用产品的便利性和健康舒适性,目前国内市场

上专门针对老年人开发的智能家电产品相对不多,品类要进一步丰富。从智能空调、厨卫到智能血糖仪,从面部识别、语音操控到手势控制,各种场景、各类领域,都应多些“适老化”思维,让老年人多一些便利和从容。

因此,鼓励轻工企业制定适老创新产品开发计划,提供多元化适老创新产品和解决方案,可以推动适老产业大力实施增品种、提品质、创品牌“三品”战略,积极满足人民群众对美好生活的需要,使老年人拥有更多的获得感、幸福感。

养老护理员选拔赛 一半选手是“90后”

近日,2021年全国养老护理职业技能大赛北京赛区选拔赛拉开帷幕。为期三天的比赛中,来自全市16区的养老护理员“精英”将决出代表北京市参加全国大赛的选手。据了解,参加本次全市选拔赛的99名选手绝大部分来自民营养老机构,其中一半都是“90后”。

本次赛事由北京市民政局、北京市人力资源和社会保障局联合举办,北京市养老行业协会承办。赛事为期三天,分为预赛和决赛。北京市养老行业协会秘书长李冬介绍,全市16区共推荐了99

名选手参加市级选拔赛,其中80%来自养老机构,20%来自养老服务驿站。绝大多数选手来自民营养老机构。

李冬介绍,本次赛事的参赛选手年轻化特征明显。从年龄分布来看,30岁以下的选手达到了50%,40岁以上选手仅占27%左右。从人员结构来看,女性占比约九成,依然是养老护理队伍的主力。李冬表示,参赛的男选手比例虽然不高,但他们大多毕业于养老服务相关院系,这对于人才流失严重的养老服务专业来说非常难得。