

做旅行攻略 查健康知识 DeepSeek走进老年人生活

近期,国产AI大模型DeepSeek火爆全网,河北省石家庄市的不少老年朋友也在接触并使用这项AI技术。

今年68岁的李秀娥家住石家庄市长安区乐城苑小区。她有两大爱好,一是旅游,二是学习新鲜事物。“退休后,我自学了摄影和剪辑,每次旅游都拍大量照片。”李秀娥说,她是个闲不住的人,没事儿就喜欢研究点儿东西。今年春节期间,了解到DeepSeek后,李秀娥就让孩子帮忙在手机上安装了一个。

“我感觉DeepSeek挺实用的,操作也很简单。”李秀娥说,之前,每次外出旅行前,她都要翻地图、搜小红书做旅游攻略,特别耗费时间和精力。如今,李秀娥只需要把想去玩的地方和计划游玩时间输入进DeepSeek对话框,就能获得一个详细实用的旅行攻略。“从景点门票预

订到交通换乘,DeepSeek全都安排得井井有条。”李秀娥说。

今年春天,李秀娥计划到山东玩几天。在DeepSeek的帮助下,她一会儿就完成了旅行攻略。“感觉AI神奇又强大,比我自己做的攻略好多了。”李秀娥笑着说,这几天,她正在研究如何用DeepSeek写回忆录和修图片。

同样,家住石家庄市新华区泰安小区的解玉清,也成了DeepSeek的“忠实粉丝”。

今年72岁的解玉清是石家庄市的一位退休干部。今年春节,妹妹一家从北京到石家庄看望他。“吃年夜饭聊天时,他们告诉我DeepSeek挺好用,我就下了一个。”解玉清说,下载后,他又让孩子帮忙注册了一个账号。

“我这个年龄的人,最关注的还是健康。”解玉清说,为了弄清楚

DeepSeek的准确性,他特意将自己的体检报告输入了进去。“DeepSeek很快就给出了健康建议,和医生说的基本一致。”解玉清说,他平时血压不太稳定,有时候吃降压药也降不下去。DeepSeek针对解玉清的年龄和血压数值,不仅给出了健康的生活方式,还告诉他如何正确选择血压计。

现在,除了用DeepSeek查养生保健知识,解玉清还会在上面查菜谱、看新闻。“毕竟刚出的软件,肯定存在一些弊端。”解玉清说,他发现DeepSeek经常出现“服务器繁忙”的问题。此外,解玉清还总结了DeepSeek的使用技巧。“提问的时候,要尽可能把问题说清楚、说细一点,这样查出来的内容才更精准。”解玉清说。

记者在石家庄的街头针对DeepSeek进行了一次调查。结果显

示,50位老年朋友中有39位老年朋友使用过DeepSeek,他们的年龄主要集中在60~70岁之间,老人们用DeepSeek的目的主要是查询信息、学习新知识。

记者整理了一份DeepSeek操作步骤。

1. 下载安装:在手机应用商店搜索“DeepSeek”,找到对应App点击下载安装。

2. 注册登录:打开应用,点击注册按钮,选择手机号或邮箱注册,输入相关信息完成注册后登录。

3. 提问操作:通过语音或文字在输入框输入需求,选择合适的模式,点击发送获取答案。

4. 查看历史记录:在应用界面中找到历史记录入口,通常在个人中心或菜单选项中,可查看过往提问和回答。

据《燕赵老年报》

我国现存50.2万家银发经济相关企业

企查查数据显示,近10年,我国银发经济相关企业注册量逐年增加,2024年共注册8.24万家银发经济相关企业,创近10年注册量新高。

截至2月13日,2025年我国已注册超6000家相关企业。企业存量方面,我国现存50.2万家银发

经济相关企业,其中成立5~10年的企业最多,占比超27.5%,其次是成立1~3年的企业,占比为25.1%。从行业分布来看,归属卫生和社会工作的企业最多,有8.4万家,占比21.1%,其次是归属租赁和商务服务业的企业,有7.7万家,占比19.2%。

董萍萍

庞贝古城出土大型私家“澡堂”

不久前,意大利庞贝古城新出土一座冷热水浴都有的大型私家“澡堂”。

新出土的“澡堂”位于古城尚未全面发掘的中心区域一座私宅中。这座宅邸虽然是私人住宅,但建有堪称奢华的大型洗浴设施,从现存更衣室长椅推测可同时容纳30人洗浴。当年,来访的宾客在更衣室脱下长袍后,可以先泡个热水澡放松,然后进入另一个温水浴房,最后再跳进一个冷水浴池中。

这个冷水浴池所在的区域是一个边长10米、环绕柱廊的正方形庭院。出浴后,客人们可以来到紧邻的宴会厅,在烛光下大快朵颐。

宴会厅也被精心装饰,四面黑色的墙壁绘有希腊神话主题的壁画。

庞贝古城公园负责人加布里埃尔·楚赫特里格尔说,新发现显示,庞贝统治阶层将家中大量空间用于举行宴饮,“古罗马时期的一些宅邸不仅是住家,还是展开公共生活和提升主人社会地位的舞台”,在这些私宅中举行的宴会上,统治阶层之间“达成共识”“发起选举”“完成交易”,“这是他们炫耀财富的机会,泡个澡也是不错的享受”。

庞贝是意大利目前保存最为完整的古罗马城市遗址,已被列入世界文化遗产名录。

据《老年日报》

韩国首尔一半家庭靠姥姥带娃

近日,韩国首尔女性家族基金会发布的一项调查报告显示,在韩国首尔市帮助带娃的老人中,姥姥占一半以上,其次为奶奶。

该调查是研究人员在2024年7月23日至8月13日于线上进行的,纳入参与“首尔儿童养育项目”的有1109人,参与者家中均有2岁或以下的幼儿。调查结果显示,承担辅助育儿工作的有54%为姥姥,36.4%为奶奶,另外姥爷和爷爷分别占比5.9%和3.8%。

结果显示,70.4%的老人需在孩

子去托儿所等机构之前或回来后提供照料,19.3%的老人表示“需要时就去照顾”,8.1%表示“会照顾一整天”。当询问一些家长为何将孩子托给老人照顾时,48%的受访者回答“因为无法相信其他人”,46.4%表示“遇到紧急情况时,没有可求助的地方”,45.6%则表示“一个人很难照料”。

2023年9月起,首尔市就实施“首尔儿童养育项目”,对每月帮助养育2岁及以下婴儿40小时以上的亲属,提供经济补贴。辅助养育者照顾1名婴儿,每月可领取30万韩元(10万韩元约合人民币505元),照顾2名可领取45万韩元,3名则可领取60万韩元。领取有一定限制条件,要求父母和孩子都生活在首尔,家庭为双职工、多子女或单亲家庭,且家庭收入为中等收入标准的150%或以下。

刘淙

海外



沈阳市儿童福利院公告

根据《民法典》及有关法规规定,现将下列弃婴、儿童予以公告。自公告刊登之日起60日内,弃婴和儿童的生父母或其他监护人持身份证到捡拾地的福利院认领,逾期无人认领者,将视为查找不到生父母的弃婴和儿童依法予以安置。

2025年3月4日



男,出生日期2025年2月9日,捡拾时间:2025年2月9日,捡拾地点:沈阳市沈北新区虎石台富城时代小区15号楼641门前楼梯。入院诊断为:心肌酶谱异常。

寻人启事

张建芳(女,1974年生人)你与前夫吴奎立(身份证号210104196501193718)多年失去联系,现你前夫有急事找你,请尽快与他联系,电话:15998376265。

声明公告刊登热线

国内统一刊号:CN21-0023

每周二、周四出版

电话:024-24085843 13998839269(同微信)