

# 数字时代不缺席 银发族拥抱智能新生活



## 对“伪进口”保健品“零容忍”

■ 金台岩

近日,国务院食安办、市场监管总局、海关总署对央广总台报道的跨境电商进口“优思益”保健品违规营销等问题涉及的抖音、海天、小红书3家平台企业进行了约谈。在此之前,三部门已组织涉事地市场监管部门和海关开展调查核实,严查违法违规行,切实维护市场秩序。

品牌故事是编的、国际大奖是买的、专家网红是雇的……所谓的叶黄素知名品牌“澳洲优思益”实为国内生产,却凭借虚假营销在各大平台上成为“爆款”,“认证,却大肆宣传“治疗功效”。这些违规操作,利用的是消费者对“进口品质”的信任,钻的是跨境监管的空子,伤的是整个行业的信誉。

此次三部部门联合行动,还释放出明确信号:推动跨境与国产商品“同标准、同监管、同处罚”。一方面,要打通海关、市场监管、平台的数据壁垒,建立“一物一码”全链条溯源体系;另一方面,要强化惩戒力度,对虚假宣传、产地造假等行为“零容忍”,将违法主体列入失信黑名单,实施市场禁入。

“优思益”事件彰显了建立跨境电商全方位“安全防火墙”的紧迫性,希望这次事件在完成追责的同时,推动政府和社会各界群策群力,共同筑牢安全堤坝,让每一款保健品都经得起检验、对得起信任。(据人民网)

## 岂容“量子”沦为骗子

■ 李洪雷

近日,中国互联网联合辟谣平台推出科普文章,揭开了“量子骗局”的伪科学把戏,引发广泛关注。

收费高达26万元的“量子波动速读”课程,竟宣称能让孩子1至5分钟读完10万字,甚至闭着眼睛也能感知内容;标价3999元的“量子低频共振水杯”,声称可将普通水神奇转化为“量子水”,饮用后可清理血液垃圾;更有甚者,鼓吹量子能量子手环改善人体健康,通过“量子赋能”实现农作物增产增收……近年来,披着“前沿科技”外衣的量子骗局频频出现在公众视野,让不少人上当受骗。

这些骗局精准拿捏公众的健康焦虑、科技崇拜,将“量子”包装成无所不能的“万能科技”,消费者往往不仅损失钱财,还损害健康。

对此类骗局,中消协多次发布消费警示:凡是打着“量子”旗号的日用消费品,几乎都是骗局。

事实上,真正的量子科技,骗子根本玩不起。量子计算机、原子钟、量子磁仪等前沿成果,不仅造价高昂,而且需要极端苛刻的运行环境,目前应用场景主要集中在基础科研、国防、尖端医疗诊断等专业领域,远未进入民用化阶段,更不可能成为普通人随手可买的日用品。

伪科学再会“装高深”,也藏不住敛财的真面目。擦亮双眼,守住理性,别被“量子”噱头带偏节奏,别让“量子”沦为骗子。(据新华网)

## 打通分级诊疗的“最后一公里”

■ 陆玄同

近日,国务院常务会议研究加快建设分级诊疗体系,提出“以常见病、慢性病为重点引导群众基层首诊”“以增强就医连续性为导向优化转诊服务管理”。

要让群众愿意“基层首诊”,需要解决基层“接不接得住”的问题。基层服务能力的提升,离不开家庭医生这支“守门人”队伍的夯实。此次会议提出的“扎实做好家庭医生签约服务”,是提升基层黏性的关键一环。然而,家庭医生签约存在“签而不约”的尴尬。如果签约只是每年一次的表格填写,而非日常的健康守护,分级诊疗的“网底”就依然漏洞百出。

从更深的层面看,分级诊疗体系建设涉及的不只是卫生系统一家之事,而是一项系统工程,涉及资源配置、人才培养、支付机制等多个方面。此次国务院常务会议强调“统筹抓好”分级诊疗体系建设和医疗卫强基工程实施,正是看到了这项改革的系统性、复杂性。只有各方形成合力,才能让政策真正落地见效。

让转诊不再难,让基层可信赖,分级诊疗才能从“一直在路上”变为落地见效。这需要自上而下凝聚改革合力,在执行中打破部门壁垒,真正以患者为中心,让每一个梗阻的环节都畅通起来。(据中国青年网)

■ 张楠 杨珏

“You are very smart.”“你真聪明。”在山西老年大学,59岁的张大爷正学习如何使用AI(人工智能)进行实时翻译。这是“常见AI软件实操”课堂的日常,年轻老师带领大龄学员学习AI技能,成为一道温暖风景。

在各地的老年大学里,AI课程正成为“爆款”,银发族拥抱智能时代的热情持续升温。越来越多的老年人正主动跨越数字鸿沟,积极融入AI大潮,在感受数智技术便捷的同时,追赶时代前行的脚步。

### AI课堂:点燃银发族数字求知热

“常见AI软件实操”课程很受欢迎,这学期我们在主校区和分校都增设了班级,名额很快就被一抢而空。”山西老年大学教务部工作人员杨妙男介绍,除AI实操课外,手机摄影、图片后期处理、手机多媒体制作等课程,都是老年学员的“香饽饽”。

为何银发族对AI学习如此热忱?“我喜欢旅行,用AI做攻略很好用,我想看看AI还能做些什么。”

“辅导孙子写作业,难用AI拍照查询,既能解题还能讲透思路,太实用了。”

“就连去买菜,我都让AI应用帮我看看哪个更新鲜呢。”

75岁的学员王瑞和坦言,未来是AI的世界,老年人不能被时代抛下,要赶上这波“新时髦”。

独居老人希望在AI帮助下让生活更独立便捷,退休老人想用AI修复老照片、创作短视频……藏在“学AI”背后的,是老年人对融入数字生活、实现自我价值的真切渴望。

“我希望通过这门课,消除老年学员

对AI的陌生感与畏惧感,让他们学会把AI变成生活助手。我也更想引导大家把AI融入创作、社交与健康管理,真正提升他们的晚年生活质量。”授课老师王娇雪说。

“相比大学生,面向老年群体的教学要更注重实用易懂。”作为山西工商学院传媒学院的一名教师,课堂上,王娇雪语速缓慢,没有晦涩的专业术语,而是将复杂操作拆解为简易步骤。

“AI不是年轻人的专属。”王娇雪说,“课堂上,老年人更愿意与AI多次对话,反复沟通需求、打磨作品,这份专注与热情格外动人。”

在太原开放大学,老年学员的AI应用课程同样火热。课上,学员们正展示着自己的学习成果——用AI创作一首送给自己的歌。

“还记得周四的课堂/您笑着教我们用软件写乐章/说AI也能唱出心中所想/眼里的光暖了白发苍苍/您总说慢慢来别慌张/把新技术拆成温柔模样。”一首《送给晓琴老师的歌》响起,让授课教师杨晓琴倍感温暖:“我原本想让大家用AI为自己写歌,鼓励他们多关爱自己,没想到叔叔阿姨把这份心意送给了我。”

早在2016年年初,太原开放大学就开设了“老年人轻松学手机”课程,从那时起,杨晓琴就深耕在智慧助老一线。多款AI应用横空出世后,AI应用课程顺势推出。

“现在的老年学员不仅身体硬朗,心态也格外年轻,他们在精神层面的需求丝毫不亚于技能学习需求。”杨晓琴表示,她的课堂始终注重人文关怀,让技术成为传递爱与温度的载体。“我会建议大家注意学习AI的交流方式,先日常、再表达,把这种沟通逻辑用到日常生活中。”杨晓琴笑着说,“不少学员反馈,自己和家人相处都更融洽了。”

### 多元场景:打通适老服务“最后一公里”

银发族拥抱数字生活的热情,没有止步于校园。在山西,智慧助老的触角正从老年大学延伸至社区、乡村,逐渐走进老年人的日常。

晋中市老年大学的“银龄优学”智慧助老项目,把AI课程直接办到了老年人家门口。学校为社区量身开设“网络购物与智慧出行”“智能手机与数字生活”等定制化课程,精准满足城市老年人的实际应用需求;老年科技志愿者队伍则前往灵石、榆社等地,为农村老年人提供面对面的AI实操辅导。

晋中市老年大学四级调研员杨志斌介绍,学校还专门设立了智慧助老热线、微信群,教师在线答疑,及时帮老年人解决网约车出行、线上挂号、身份认证等现实难题。

向外延伸的不只是教育,当课堂的暖意沁润至广袤乡村,AI技术也为老年人打开了全新的农业生产空间。

“小麦‘一喷三防’用啥药好?”运城市盐湖区东古村农户解国杰正站在田埂上查看自家小麦的生长情况。他随手点开农机云平台微信小程序,跟AI聊起了农事。

“选择上午9点前或下午4点后喷药,喷完6小时内如果遇上下雨,记得补喷。”讲完了药肥用量和混配顺序,AI还不忘贴心提醒。

“现在留在村里种地的大多是老年人,我们针对农村老人不会打字、不熟悉复杂操作等实际情况,为他们量身训练了农业AI大模型。”农机云平台负责人、农机服务专业合作社联合社理事长郭勇革介绍,这款小程序支持语音交互,老年人只需动动嘴,便能快速查询农技知识、预约农机服务。“我们还让AI学习运城

方言,训练AI用老年人听得懂的大白话解答技术问题,让老人用起来也顺畅。”郭勇革说。

贴合农村实际、适配老年群体,AI应用把数字技术转化成了实实在在的生产便利,让田间地头的大爷大娘也搭上数字快车。

而在城市社区,AI为社区养老、居家养老开辟了新的路径。

午餐时段,走进晋中市大学城第一社区的智慧社区居家养老服务中心,科技感裹着烟火气扑面而来。智能炒菜机器人烹制出标准化营养餐,老人仅需将菜品放入智能餐盘,就能实现自动结算。“炒菜有锅气,完全尝不出是机器炒的。”常来吃午餐的姜阿姨说,“在这里七八块钱能吃饱,十几块钱就能吃好,种类丰富、营养美味。”

类似的AI机器人,已在多个环节“上岗”:智能体检机器人、中医号脉机器人、理疗机器人等各类设备应接不暇,老人不出社区就能享受到专业的康养服务;床位上的毫米波雷达,能全天候监测老人身体数据,一旦发现异常,便能第一时间呼叫帮助。

“AI机器人的加入,让老年人能享受到精准、舒适的养老服务,也能让他们感受到更多尊重与关怀。”中心办公室主任宋春花说,“未来的养老将更体面、更有尊严。”

### 协同破题:构建全龄友好数字生态

“AI是一个超级助手,但不是决策者,真正的决策者是我们自己。”每讲一款AI软件的使用法,王娇雪都要跟学员郑重强调。

跨过数字鸿沟,如何让老年人守好安全底线,规避应用风险成为智慧助老路上必须答好的关键题。

(据《光明日报》)

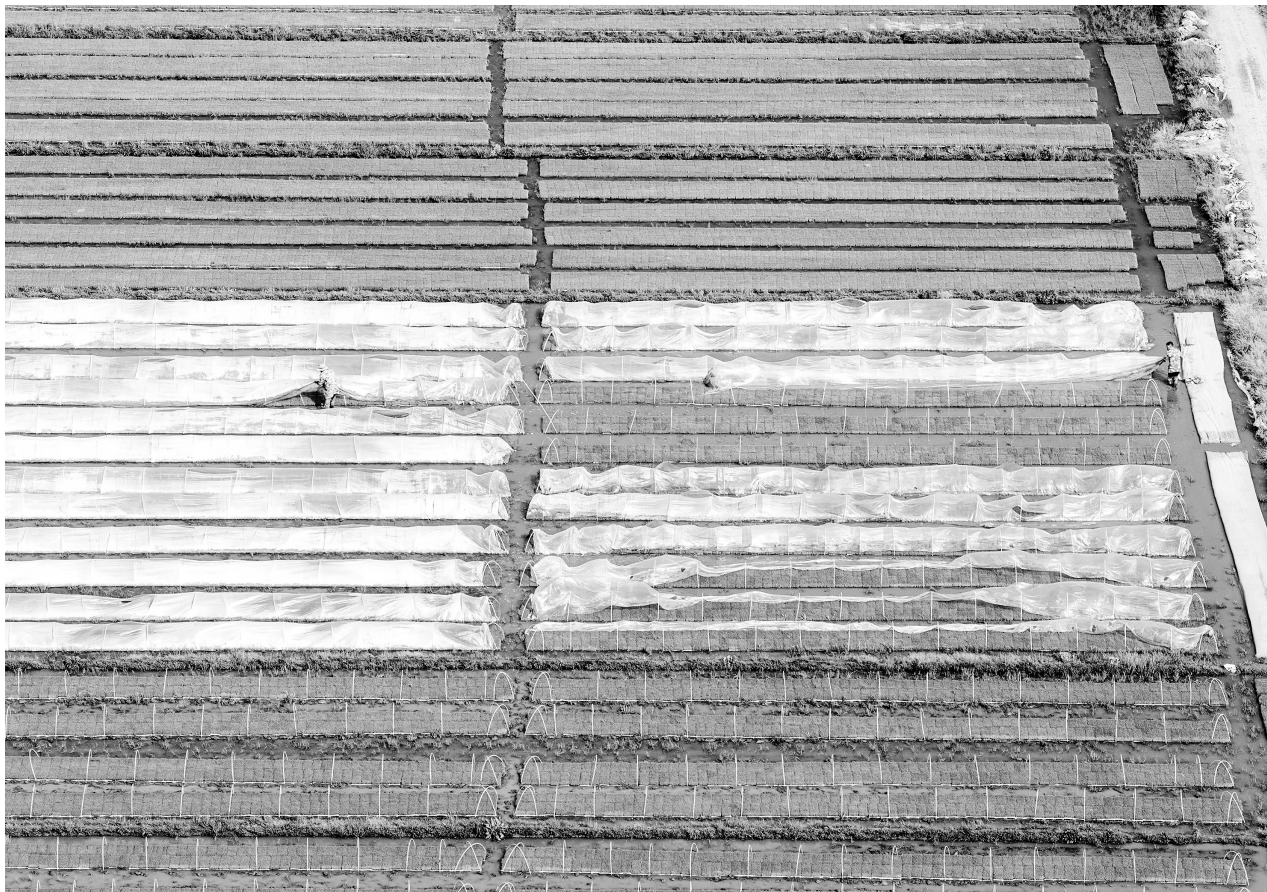
## 山西:做好清明祭扫保障 营造良好社会氛围

本报讯(记者王文婧)近日,山西省政府新闻办公室举行山西省2026年清明祭扫服务保障新闻发布会,省民政厅、省文明办、省应急管理厅、省林草局有关负责同志介绍有关工作情况,并答记者问。

据介绍,清明时节,山西省民政系统坚持“民政为民、民政爱民”宗旨,重点从五方面发力,全力做好服务保障工作:针对清明祭扫“流量大、空间密、风险高”的特点,省民政厅印发专项通知,明确“预防优先、服务为本、移风易俗”的工作导向,细化任务分工,压实属地管理、行业监管、机构主体责任,确保各项工作精准落地、见到实效。坚持“隐患就是事故”底线思维,全面排查整治殡仪馆、公墓、集中安葬点及周边林缘地带火灾隐患,清理可燃物;加强祭扫高峰期人流、车流动态监测预警,落实预约分流、错峰限流措施;强化火源管控和交通疏导,严防拥挤踩踏、森林火灾等安全事故发生,确保群众生命财产安全。全面公开殡葬服务机构服务项目、收费标准和监督渠道;推出延长服务时间、增设便民窗口、提供免费茶水、轮椅借用等暖心服务;探索“代客祭扫”“远程告别”等人性化服务,全方位满足群众多元化祭扫需求。开展“鲜花换纸钱”“丝带寄哀思”“家庭追思会”等活动,大力推广节地生态安葬、网络祭扫等新风尚,引导群众树

立“厚养礼葬、节地生态、绿色文明”的殡葬新理念。发布《清明节安全文明祭扫倡议书》;推动党员干部带头践行文明祭扫,带动身边群众自觉抵制封建迷信和铺张浪费,形成“人人参与、人人受益”的良好祭扫氛围。

此外,按照中宣部2026年传统节日文化活动策划部署,山西省“我们的节日·清明”主题文化活动安排为:突出培育家国情怀。以传统节日为载体,大力弘扬中华民族传统美德。各地将采取分众化、对象化、互动化的方式,开展以生态文明、生命教育和移风易俗为主要内容的文明实践示范宣讲活动,努力营造厚养礼葬、孝老敬亲的良好社会氛围。挖掘展现文化内涵。今年“我们的节日·清明”积极推行“主场示范+系列推广”模式,同步推出互动体验、话题征集、融媒体传播等配套活动,运用新理念、新载体、新技术,创新活动形式、打造活动品牌IP,不断提升传统节日的吸引力、感染力、传播力。吸引群众广泛参与。充分发挥新时代文明实践中心(所、站)阵地作用,深化“文明实践+”模式,搭建群众乐于参与、便于参与的云平台,通过民俗展演、习俗互动、寒食品鉴、技艺展示等形式,打造沉浸式文化体验场景,推动传统节日更好地走进群众生活,浸润人们心田。



春风送暖,沃野披绿。各地抢抓农时,田间地头一派繁忙景象,勾勒出一幅生机盎然的春日农耕画卷。图为浙江省余姚市黄家埠镇上塘村村民在田间劳作(无人机照片)。

新华社发 张辉摄

# 社区食堂还香吗?

■ 张思

近年来,多地兴起社区食堂建设热潮。不过,在实际运营中,也有部分社区食堂陷入困境。目前社区食堂运营情况如何?消费者对社区食堂服务还有哪些新期待?记者走访了北京多家社区食堂,探寻其生存与发展的现实路径。

### 让利于民

上午10点多,西城区清芷园社区食堂门口就排起了长队,队伍里多是头发花白的老人,他们一边闲话家常,一边不时向食堂内张望。“闻这味儿就知道,今天有我爱吃的红烧鸡腿!”食堂门口,热气腾腾的菜品陆续从不远处的大天丰餐饮集团运送过来:色泽油亮的红烧鸡腿、清爽的水煮豆芽、脆嫩的清炒藕片……都是根据老年人需求减油减盐制作的,色香味俱全。

社区食堂如何精准满足老年群体的需求?清芷园社区食堂总经理石瑞勤介绍,他们在菜品设计上特别注重适老化,普遍追求软烂、减油、减盐。“比如做红烧肉,我们会特意延长炖煮时间,确保入口即化。如果有‘三高’老人提出需求,后厨还可以单独为他们定制少油无糖的菜品。”石瑞勤说。

据了解,清芷园社区食堂利用社区街道提供的场地资源,依托背后市场化餐饮集团的运营优势,开展老年人助餐服务。“政府会依据用餐人数给予我们补

贴,让老年人感受到实惠。”石瑞勤说。目前,该食堂平均每天中午可卖出200份餐食,营业额4000元左右。

此外,社区食堂还有“中心带站联点”“公建民营”“中央厨房+配送”等不同运营模式。西南政法大学政治与公共管理学院副教授刘云香表示,这些模式的实质在于为社区食堂发展贡献多元主体力量,实现政府、市场、社区资源的有效整合,核心目标是降低社区食堂在采购、加工、配送等全链条上的运营成本,从而实现价格上让利于民,确保助餐服务的可持续与高性价比。

### 数字赋能

朝阳区劲松街道的美邻社区食堂里热闹非凡。25岁的互联网公司职员李晓薇正对着手机上的订单号,从取餐柜里拿出一份搭配讲究的“低卡高蛋白减脂套餐”。

“以前主要服务老年人,现在年轻人也能在这里找到适合他们口味的美食。”美邻社区食堂经理张品一介绍。依托劲松街道养老服务平台这个“智慧大脑”,食堂得以将“大锅饭”升级为“个性化”定制,满足多元需求。如今,这间不足50平方米的综合餐厅,既保留了适老化的贴心细节,如防滑地板、宽间距座椅,又融入了年轻化的时尚元素,如明亮的灯光、便捷的手机扫码点餐和自取柜。清淡软烂的“老年餐”窗口前,是熟悉的老年面孔;而一旁的电子屏上滚动的“川香

鸡胸肉糙米饭”“尼斯风味金枪鱼沙拉”等新品,则吸引着像李晓薇这样的年轻人。“两类菜品同堂亮相,让这里从单一的老年助餐点,延伸为服务全龄人群的便民餐厅。”

数字赋能让服务半径极大延伸。该平台还联合外卖配餐平台打造15分钟助餐圈,居民可线上下单,由70余位专业骑手进行配送,让独居、失能老人也能足不出户吃到食堂的热乎饭菜。

“数字系统的接入,让我们的服务客群从‘银发’拓展到‘全龄’,不仅便利了更多群体,也通过规模效应和多元供给,显著提升了我们的运营效率和盈利能力。”张品一介绍。如今,劲松美邻社区食堂日供餐量已攀升至700份,收入较之前单纯服务老年人时期提升了约20%,实现了社会效益与市场活力的双赢。

### 服务加持

还没到饭点,海淀区永定路街道铁家坟社区大食堂里就传来朗朗笑声。健康中国科普社区行活动在食堂内如期开展,社区居民正在学习徒手操。这样热闹的场景在这里经常上演。铁家坟社区大食堂由废弃的公共场所改造而成,窗明几净,120平方米的空间里常常座无虚席。

2023年10月,民政部发布《积极发展老年助餐服务行动方案》,对在各类养老服务机构和设施、社区综合服务体中

嵌入社区食堂予以指导。社区食堂负责人赵迪告诉记者,除了健康科普活动,“向美时光”摄影班、节气主题手工课在这里轮番开展,每周二还有中医义诊,一系列活动让社区食堂在用餐时间之外依旧人气火热。

“我们正努力把社区食堂从单一的吃饭场所,拓展为综合性的公共服务空间。”永定路街道民生保障办公室科长杨明月介绍,这不仅提升了空间利用效率,也让社区食堂逐渐变成居民交流感情的“社区会客厅”。

记者调查发现,越来越多的社区食堂关注居民的生活需求,发挥社区文化建设功能。在海淀,“海淀食堂”专门划出儿童游乐区、老人休息区,让不同年龄段的居民可以在同一个空间里各得其所;在朝阳,酒仙桥街道邓家窑社区食堂定期举办邻里聚餐、节日庆典,已经成为社区里最受欢迎的情感交流场所。

### 打通堵点

各种新模式丰富了社区食堂内涵,提升了其运营水平。但在采访中,也发现,社区食堂存在冷热不均的情况。

在年轻上班族聚集的小区,如朝阳区望京、青年路等地部分社区,由于上班族以单位用餐、外卖或自带饭为主,社区食堂即便开设午市也难以吸引该群体,导致部分社区食堂设施闲置、运营压力大。而在老龄化程度较高的社区,如西城区德胜、白纸坊等街道,老年人就餐需

(据《经济日报》)