

南京路社区手机课堂带老年人学新技术

AI修复老照片 科技成亲情“催化剂”



陈平在授课

老年人学习AI

老年人做笔记

每周一上午9点,和平区劝业场街南京路社区智能屏幕前准时聚集起一群特殊“学生”。他们平均年龄70岁,老花镜后目光专注,手指在手机屏幕上滑动,学习AI技术。

“‘豆包’,从天津寄衣服到山西哪个快递最划算?”72岁的董占平想把换季的旧衣服寄回山西省老家,她对着手机提问。几秒后,屏幕上清晰列出多家快递公司的价格、时效对比,她最终选择了中国邮政,“现在AI是我的生活管家和百事通。”董占平说。

退休教师陈平的“破局”教学

这场变革始于2008年。社区党委书记、居委会主任尹妍介绍,当时区里给社区配备了10台电脑,首期电脑班就此开课。十几年来,课程与时俱进,从电脑操作、智能手机基础,一路升级到如今的“AI生活应用”。手机课堂让老年人从科技服务的对象转变为技术应用

的主体,老年人从“技术恐慌者”进阶为“理性使用者”。

退休教师陈平是全程的推动者与见证者。“很多教老人的课,还在反复教发微信。但他们的孙辈,已经在用AI学习了。”她设计的课程摒弃复杂术语,聚焦三大模块:AI生活助手、AI安全防护、AI创意应用,课堂成了解决实际问题的智慧沙龙。

在这里技术是有温度的情感纽带,老人们乐于向AI倾诉往事,AI则生成温暖的美篇。“它像个耐心又博学的老朋友,每次聊聊都感觉被陪伴。”一位学员说。

从“会用”到“创作”

AI的创造性应用,正推动老人们从“科技使用者”变为“内容创作者”。

77岁的赵连枝一直想重走长征路。在AI帮助下,梦想照进现实。自驾出行前,AI助手为她规划

了详尽攻略:从天津到江西瑞金,再沿主线抵达陕西吴起镇,沿途景点、食宿、天气、车程一览无余。

更让她自豪的是记录方式。她用AI工具将每日见闻自动整理成“有声旅行日记”,配图配乐,为近一月的旅程沉淀为30篇数字记忆。“儿子说,我这游记比网上博主的还有故事感。”赵连枝笑容洋溢。

这种技术赋能带来的角色反转与成就感,在学员中日益普遍。许多老人发现,自己掌握的AI新技能,有时儿女都未曾深入了解,这让他们在家庭对话中增添了新的话题与底气,“小小地骄傲了一把。”

当AI成为亲情的“催化剂”

AI老照片修复成为最受欢迎的环节。当模糊的家族记忆在屏幕上变得清晰鲜活时,教室总会响起阵阵惊叹。“我修复了结婚时的黑白照,孙子第一次看到我们年轻

的样子,盯着看了好久,‘奶奶原来这么美’。”

“科技成了亲情的‘催化剂’。”陈平欣慰地说,“很多老人从过去‘怕麻烦孩子’不敢多问,到现在乐于在家庭群主动分享AI作品,互动明显变多了。”

变化也蔓延至整个社区。掌握了技能的老年人自发组建互助小组,年轻的帮年长的,熟练的带新学的。这种互助从课堂延伸到菜市场比价、医院挂号等生活方面,形成了温暖的数字支持网络。

目前手机课堂被列为天津市老年人大学校外教学实践基地,接受培训的老年人超过1000人,实现了从“数字小白”到“AI达人”的跨越。“手机课堂满足了老年人终身学习的需求,增强他们的社会参与感。”尹妍说,当技术创新与人文关怀交织,“老去”可以是一场充满可能性的全新出发。

记者 付殿贵 文/摄

海棠街一社区食堂入选天津市示范型老年食堂 三菜一汤不到二十块



近日,津南区海棠街一家社区食堂入选天津市示范型老年食堂。午餐时分,海棠街街角的社区食堂飘来阵阵饭菜香。明亮整洁的大厅里,附近的上班族、带着孩子的居民、老人,正有序地排队选菜。“三菜一汤不到二十块,实惠又放心。”家住附近的李奶奶是店里的常客,经常带着孙子来吃早午饭。

该社区食堂占地300平方米,开放式的橱窗让菜品一目了然。除了日常供餐,这里还设置了阅读角、饮水吧,方便居民饭后歇脚聊天。此外,这里每月举办健康义诊、养生课堂、生日聚会、观影活动,让这个空间逐渐成为社区邻里交往的场所。

食堂的菜单每周更新一次,会根据顾客的满意度调查不断推出新菜品。对于有特殊需要的居民,食堂也提供了暖心服务:针对糖尿病患者、高血压人群,可提前预订低糖低盐餐;通过智能点餐系统,行动不便的老人可以电话或在线点餐,免费送上门。

食品安全是食堂建设的重中之重,街道每周都会对食堂进行安全督查,食堂大厅的电子屏实时显示后厨操作画面。“我们不用预制菜,所有食材当天采购、当天处理,保证新鲜。”食堂管理员介绍,从蔬菜、肉类到调味品,每一样都能追溯到源头,就是要让大伙儿看得明白、吃得放心。

记者 张艳
图片由海棠街提供

新薇家园社区“微更新” 彩绘墙成网红打卡点



在津南区双新街新薇家园社区,一场“微更新”正悄然发生,精巧的墙绘点缀和充满童趣的彩绘地面,成为社区里的网红打卡点。

社区巧妙地将文明理念融入艺术创作,让原本破损的墙壁变身“幸福满分墙”和“立体宣传栏”。画面中,孩童搀扶老人漫步花丛,传递着孝老美德,明快的线条让整个空间都活泛起来。

除了彩绘墙,社区还开辟了一块“童趣天地”,将垃圾分类知识融入地面彩绘的“跳房子”中。孩子们在游戏中学会了环保常识,家长在这里看娃闲聊,老人坐在长椅上享受烟火气,这场“微更新”让一方小广场成为凝聚邻里的“暖心据点”。社区居民李阿姨笑着说:“这墙绘、地绘太暖心,孩子放学就围着玩,连跳房子都有了新意思。”

这场看似简单的社区改造,不仅美化了社区“面子”,更通过艺术与生活的融合,提升了社区治理的“里子”。双新街道工作人员表示,未来,街道将继续推进更多“小而精、小而美”的民生项目,为居民带来可感、可及、可打卡的幸福体验。

记者 张艳
图片由新薇家园社区提供

晨阳里开展就业技能培训 绳结寄情 扎染匠心

近日,河东区晨阳里社区开展“绳结寄情·扎染匠心”主题残疾人就业技能培训活动。活动现场,扎染工艺领域的专业老师先带领大家了解扎染的基础知识。在实操环节,老师演示了相关技巧。随后,大家纷纷动手尝试,挑战“螺旋纹”“云纹”等基础捆扎技法。随着扎染工序的推进,各种靛蓝扎染作品诞生了。

记者 冯强

污水井严重堵塞 网格员协调疏通

近日,河北区建昌道街艳里18门居民遇到烦心事:楼前污水井严重堵塞,导致污水倒灌至二楼住户家中,并渗漏至一楼楼道,墙面损毁、地面积水,严重影响了楼内住户的日常生活。

居民反映给社区,网格员赶到现场,一边协调楼内居民,一边紧急联系专业疏通人员。后经专业疏通人员检查发现,堵塞物是长期堆积的油污与杂物形成的坚硬结块。经过数小时紧张作业,管道终于恢复畅通。大家一起协助清扫了现场,事后,社区工作人员还逐一上门与相关住户沟通,希望大家共同维护管道畅通。

从发现问题到彻底解决,社区的工作人员仅用数小时,赢得了楼内居民的称赞。建北里社区工作人员表示,将继续以务实行动为居民排忧解难。

记者 张晨

大直沽街社区卫生服务中心新址启用



日前,河东区大直沽街社区卫生服务中心新址投入运营。该社区卫生服务中心新址位于东兴路荐福庵旁,设有全科、内科、中医科、家床科等门诊科室,配备社区科、中西药房、化验室等辅助科室。

记者 周伟 摄

祥福里社区响应居民诉求 一声“吹哨” 污水不冒

近日,津南区同泽园小区周边污水外溢影响居民生活,经社区“吹哨报到”机制快速联动多部门,目前已顺利解决。

前几天,津南区祥福里社区工作人员接到一条居民诉求,反映咸水沽镇津歧路口服务管理中心和公安交通管理局津南支队之间小道的污水井周边路面铺设地砖,一踩就有污水外溢,已形成积水,因漏水点不明,伴随浓烈臭味,严重影响居民正常通行。

民生无小事,诉求即指令。社区在接到诉求后,第一时间响应,迅速启

动“吹哨报到”工作机制,主动牵头发挥统筹协调作用,先后联系津南区水务局、公安津南分局治安支队、津南区交通支队等多个相关部门,精准对接责任主体,全力推进问题处置。经过多部门协同对接,最终由公安津南分局治安支队内勤牵头联系到宏舜物业开展污水疏通作业。目前,该路段污水疏通工作已顺利完成,积水逐步消退,污水外溢现象彻底解决,难闻的臭味也随之消除,道路恢复了正常通行。

记者 张艳



工作人员开展污水疏通作业 图片由社区提供

天津卫视(101)

- 12:00 12点报道
- 12:25 天气预报
- 12:30 剧场:五号特工组
- 18:30 天津新闻
- 18:57 天气预报
- 19:30 剧场:大盛魁
- 21:20 群英会
- 23:20 纪录片
- 天视1套(102)
- 12:00 12点报道
- 13:30 乡村振兴怎么干
- 14:00 新闻这一刻
- 14:30 党的生活
- 15:00 新闻这一刻
- 16:00 新闻这一刻
- 17:30 新闻这一刻
- 18:30 天津新闻
- 18:57 都市报道60分
- 20:00 天津新闻
- 20:30 直播京津冀
- 21:50 党的生活
- 22:20 都市报道60分
- 23:21 新闻这一刻
- 天视2套(103)
- 13:15 剧场:淬火丹心
- 17:20 缘来是你
- 18:20 老有才了
- 19:00 剧场:如锦
- 21:10 横唱大师秀
- 天视3套(104)
- 12:00 剧场:激战
- 17:30 剧场:逢生灿烂的日子
- 19:00 剧场:擒狼
- 22:00 剧场:灼灼韶华
- 天视4套(105)
- 12:15 阳光剧场
- 15:30 爱情保卫战
- 16:45 我的选择
- 18:05 家居大变身
- 18:20 津津有味
- 18:53 消费者
- 19:45 赶大集
- 20:15 财富+故事
- 20:55 生活剧场
- 23:40 赶大集
- 00:10 消费者
- 00:40 电视剧场
- 天视5套(106)
- 12:50 旗开得胜
- 15:30 第十五届全运会女排赛事集锦
- 16:50 体育表演
- 18:00 旗开得胜
- 18:55 直播:体坛新视野
- 21:00 one搏击赛
- 22:00 斗地主冠军杯
- 天视6套(107)
- 12:00 二哥说事儿
- 12:55 法眼大律师
- 14:00 百医百顺
- 15:20 爱的选择
- 17:50 潮天津
- 18:20 二哥说事儿
- 18:50 法治中国精编版
- 19:20 法眼大律师
- 20:10 百医百顺
- 21:00 二哥说事儿
- 21:30 潮天津
- 22:00 问律师
- 22:40 爱的选择精编版

天津卫视(101)

- 7:00 津晨播报
- 7:50 剧场:五号特工组
- 天视1套(102)
- 7:00 津晨播报
- 9:00 新闻这一刻
- 天视2套(103)
- 7:00 剧场:黄河英雄
- 天视3套(104)
- 7:00 剧场:给你生命给我爱
- 天视4套(105)
- 7:20 爱情保卫战
- 8:35 我的选择
- 10:35 健康直播间
- 11:05 消费者
- 天视5套(106)
- 6:55 早节目预告
- 7:40 体坛新视野
- 9:50 第15届全运会女排赛事集锦
- 11:50 直播:天津体育新闻
- 天视6套(107)
- 7:00 寰宇地理
- 8:05 百医百顺
- 9:50 剧场
- 11:40 番茄生活王

(节目以实际播出为准)