

坚持多年为老人“开课”助力跨越“数字鸿沟” 虹口老人玩手机越来越“来赛”

■本报记者 张燕丽

手机支付、手机购物、手机预约挂号、手机网约车出行……虽已白发苍苍,但78岁的黄宗杰用起智能手机来相当熟练。

智能新技术在为现代生活带来便利的同时,也让许多老年人成了“数字弱势群体”。而年近耄耋的黄宗杰从对智能手机发怵到得心应手的使用,这得益于近年来本区持续推出的一系列举措,帮助老年人跨越“数字鸿沟”。

“送课”进社区

“大家都下载好了一网通办的‘随申办’这个APP,我们先从如何注册开始讲。”位于水电路上的广中路街道第二市民驿站内,十几位老人正在聆听由社区金牌讲师现场授课的“一网通办社区宣讲会”。老人们一边听讲一边做着笔记,时不时还有人举手提问。

黄宗杰正是其中的一员,他特意挑了个前排的座位,根据老师讲授的内容和流程,他按部就班在自己的手机上操作着。黄宗杰平时一个人居住,他告诉记者,像这样指导老年人如何使用智能手机的课程自己上过很多次。“都是在市民驿站,之前我去过第一市民驿站,走过去不到15分钟,现在第二市民驿站离我家更近了,走路两三分钟。这样的课特别好,一点一点教会了我使用智能手机。”

广中路街道服务办负责人朱岸介绍,街道第一市民驿站已持续数年定期推出“老年人智能移动新生活”手机操作培训课程,内容从教会老年人运用智能手机,到保障使用中的社交安全等。

家住水电路645弄的方霞萍和谢华云这对老夫妻也是上课的“学员”。疫情防控常态化下,进入很多公共场所时要

区体育局召开2021年体育工作会议

本报讯(记者 蒋碧玮)近日,2021年虹口区体育工作会议在区体育局召开。副区长张雷出席。

会上,长青学校等相关单位和企业就全民健身、青少年体育训练、体育产业发展等方面进行了交流发言。相关领导就本区2020年体育工作进行了总结,并部署了今年6个方面21项重点任务。

会议还要求在新的一年里找准落脚点,切实提高对体育工作的认识;找对发力点,做好2021年各项体育工作;找实结合点,开创虹口体育工作新局面。

江湾镇街道开展3D打印专题讲座

本报讯(记者 钱晶)随着3D打印技术的流行,“神笔马良”的神笔已经变成现实,用3D打印笔“书写”或“画画”,笔下的作品很快就变成了手中的实物。近日,本区北部功能区党群服务中心、江湾镇街道社区党群服务中心、江湾镇街道新时代文明实践分中心联合中国出版蓝桥创意产业园和区科学技术协会,在区北部功能区党群服务中心开展了一场主题为“科技创新”的3D打印专题讲座。

为让园区内更多的白领近距离接触3D打印技术,讲座利用白领的午休休息时间开展。现场,来自上海材料研究所的授课老师,通过深入浅出的介绍让白领们对3D打印有了全面的认知。讲座中还展示了一台3D打印机,并当场打印各种模型。此外,授课老师还带来了3D打印笔,让现场听课的白领感受到了3D科技的魅力。

通过此次专题讲座,广大企业员工对“科技是第一生产力”有了更深的理解,也对科技创新后更便捷、更美好生活有了新期待。

招租公告

出租单位:上海长远文化(集团)有限公司
房屋来源:自有房屋
房屋地址:上海市虹口区东江湾路444号一楼106室
出租方式:整租 **出租期限:**2年 **建筑面积:**330平方米
租金指导单价:3.8元/平方米/天(成交价不得低于指导价)
租赁用途要求:体育产业
联系人:施小姐 **联系电话:**65400009转分机

出租单位:上海长远文化(集团)有限公司
房屋来源:自有房屋
房屋地址:上海市虹口区东江湾路444号四区101B室
出租方式:整租 **出租期限:**2年 **建筑面积:**97平方米
租金指导单价:6元/平方米/天(成交价不得低于指导价)
租赁用途要求:体育产业
联系人:施小姐 **联系电话:**65400009转资产管理部

出租单位:上海长远文化(集团)有限公司
房屋来源:自有房屋
房屋地址:上海市虹口区东江湾路444号一楼106室
出租方式:整租 **出租期限:**2年 **建筑面积:**330平方米
租金指导单价:4元/平方米/天(成交价不得低于指导价)
租赁用途要求:体育产业
联系人:施小姐 **联系电话:**65400009转资产管理部

出租单位:上海长远文化(集团)有限公司
房屋来源:自有房屋
房屋地址:上海市虹口区东江湾路444号1号楼楼下
出租方式:整租 **出租期限:**3年 **建筑面积:**361平方米
租金指导单价:6.5元/平方米/天(成交价不得低于指导价)
租赁用途要求:与体育相关产业
联系人:施小姐 **联系电话:**65400009转资产管理部

出租单位:上海长远文化(集团)有限公司
房屋来源:自有房屋
房屋地址:上海市虹口区东江湾路444号五区四楼
出租方式:整租 **出租期限:**4年 **建筑面积:**140平方米
租金指导单价:2.5元/每平方米/天(成交价不得低于指导价)
租赁用途要求:无相关产业
联系人:施小姐 **联系电话:**65400009转资产管理部

出租单位:上海长远文化(集团)有限公司
房屋来源:自有房屋
房屋地址:上海市虹口区东江湾路444号五区四楼
出租方式:整租 **出租期限:**4年 **建筑面积:**35平方米
租金指导单价:2.5元/每平方米/天(成交价不得低于指导价)
租赁用途要求:无相关产业
联系人:施小姐 **联系电话:**65400009转资产管理部

求出示个人健康码,原先因为不太会操作,老夫妻俩一度不愿出门,但在市民驿站的“课堂”上学会相关“技能”后,俩人便不再惧怕,乐于走出家门,有时遇到其他不会操作的老年人,他们还会热情地“出手相助”。方霞萍说:“我现在也是一部手机走天下了。”

在市民驿站的“课堂”上学到的内容,让老人们一次又一次地体会到了“方便”。前不久,黄宗杰出门购物后临时去银行办事,结果发现没带身份证,他马上掏出手机点开“随申办”APP,调取出电子身份证,顺利办完了事情。“如果是以前,我就得回家拿身份证再跑一趟银行,现在学会了用手机里的软件,多方便啊!就连银行的小年轻都夸我‘老伯伯来赛哦’。”黄宗杰自豪地说道。

广中路街道第二市民驿站于2020年10月底对外开放,截至目前已开展了3次面向老年人的智能手机日常应用普及课程。该驿站负责人邓英姿介绍,这样的课程极大地帮助老年人融入智慧社会,享受智慧生活,受到社区老年人的欢迎。今年,在做好疫情防控的同时,相关课程还会持续开展,让更多老年人受益。

据了解,近年来,为切实解决老年人在运用智能手机方面遇到的困难,消除老年人面临的“数字鸿沟”,针对老年人学习特点,本区8个街道的各个市民驿站内均开设了相关课程,让虹口的老年人和当下大多数年轻人一起享受数字时代的便利。

“上课”常态化

事实上,面对日新月异智能设备和新技术,虹口区图书馆早在2012年启动的“e厘米”信息素养培训项目中,专门打造了面向中老年群体的“星期四课堂”,将看似高大上的网络新媒体和数字阅读变得近在咫尺,触手可及。

本区发布《虹口区消保委便民服务手册》



本报讯(记者 孙洁静)“3·15”国际消费者权益日当天,区消保委联合区市场监管局、区商务委、区司法局、团区委等职能部门及行业协会,在上滨生活广场举办主题宣传活动。副区长郑宏出席。

今年本区“3·15”宣传活动的主题为“守护安全,畅通消费”。活动现场,北外滩“e(易)维权”工作室正式揭牌。

据了解,北外滩“e维权”工作室是区消保委在工作中不断改进提升,推出更多更好服务广大消费者、服务虹口营商环境的实招。工作室立足全方位服务北外滩开发建设新格局,通过建立健全便捷高效的消费维权工作平台和运行机制,打造北外滩高品质的消费环境。工作室成立后,将以新增模块的形式出现在“虹口区消保委”微信公众号内,让消费者感受到便捷高效的互联网“e维权”服务。

今年“3·15”期间,区消保委还首次编制出版了《虹口区消保委便民服务手册》。总共64页的手册,涵盖有维权指南、消费指南、法律法规等八大板块内容。其中,“消保委帮您找”板块,对各品牌家电、厨卫类商品的正规保修电话等信息进行统一公布,既方便了消费者选择服务,也不让“李鬼”有可乘之机。

刚开始,“星期四课堂”推出电脑技能培训课程,带领老年人从最基础的电脑使用知识开始学习,开机、关机、鼠标和键盘的操作,上网、发邮件……受到老年人的欢迎。

随着智能手机的普及,许多老人的手机也“升级换代”,于是,“星期四课堂”又推出了为老年人普及智能手机操作的实用课程。以2019年为例,““星期四课堂”开设了手机微信操作、微信公众号、微信小程序等多项实用技能的主题活动。同时,区图书馆还邀请手机通信领域的专业人员,在“3.15消费者权益保护日”期间,为中老年学员讲解电子消费相关知识,保护个人资产安全,消除了老年人对于手机支付消费的恐惧,加强了网络支付安全意识。

2020年,“星期四课堂”聚焦中老年群体的日常数字化生活需求,考虑到中老年群体对于网络安全知识的匮乏、网络安全意识相对淡薄,在“国家网络安全宣传周”期间与支付宝老年大学尝试合作,通过使用支付宝老年大学提供的《中老年防骗能力测试考卷》开展线下老年人防骗能力测试,以此提升虹口老年人的网络安全意识。

除了线下开展针对老年群体的防骗测试,在宣传周期间,利用馆内微信平台发布《这些手机防骗知识你会了吗?》等,普及网络安全相关知识,引导老年人提高安全防护意识。

虹口居民樊阿姨是“星期四课堂”的超级“粉丝”,她说:“我在‘星期四课堂’学会了用电脑上网、打字、写邮件,现在又学会了用微信,还有各种各样的手机软件。‘星期四课堂’让我们老年人紧跟潮流,不被时代抛弃。”

区图书馆相关负责人表示,今年“星期四课堂”将继续推出为老年人普及运用智能技术的课程,开设更为丰富的线上线下“课堂”,让老年人在疫情防控常态化下,学习智能技术“常态化”。

区消保委便民服务手册》。总共64页的手册,涵盖有维权指南、消费指南、法律法规等八大板块内容。其中,“消保委帮您找”板块,对各品牌家电、厨卫类商品的正规保修电话等信息进行统一公布,既方便了消费者选择服务,也不让“李鬼”有可乘之机。

区消保委工作人员吴佳妮介绍,除了以文字和图片相结合的形式宣传消费指导、消费维权常识,市民还可通过扫描服务手册中的二维码,在线收看消费维权主题视频。“我们就是希望通过这样多元化的方式,向大家宣传各方面的知识,提高消费者自我保护的意识。”

当天,区消保委还发起“禁限塑令”倡议活动。区内上滨生活广场、白玉兰广场等8家企业代表共同点亮“抵制白色污染、保护生态环境”大屏,积极响应禁限塑新观。

孙洁静 摄

5G + 无人机智能巡检 为高楼外墙“拍CT”

本报讯(记者 蒋碧玮)近日,本区对北外滩兰侨大厦进行了建筑外墙无人机智能巡检。区城市运行综合管理中心介绍,自去年起,本区联合上海电信,试点引入“5G+无人机+红外成像”技术和无人机智能巡检平台,为高楼扫描外墙,可在短短2小时内发现问题,并且大大降低了排查成本。

目前,除兰侨大厦外,本区还对辖区内的公众公寓、景泰大楼等房龄在20年以上的高楼进行了建筑外墙无人机智

能巡检试点。从检测到出具报告,平均用时不足半天,相比传统的检查方式,这一新手段不仅大幅度缩短了为大楼“体检”的时间,也极大地节约了人力物力,能更及时地发现大楼存在的问题,从而修复安全隐患。

区城市运行综合管理中心表示,此次试点是虹口在北外滩地区现代化治理中的一项典型应用,让预防更加精准,让城市更加安全。

暖心！上外小伙捐献造血干细胞 本区已有两千多名青年志愿加入中华骨髓库

■本报记者 孙洁静

“您好,请问是姚同学吗?您与一位血液病患者配型成功了,是否愿意捐献造血干细胞挽救他的生命呢?”“真的吗?这是真的吗?我竟然配型成功?”

想起去年10月接到造血干细胞初配成功电话时的情景,姚德隆依旧激动不已。他从未想过在成为中华骨髓库入库志愿者的七年后,自己竟然等到了这份珍贵的“髓缘”。

来自河南的姚德隆是上海市外国语大学高级翻译学院英语专业专业的研究生。2013年,当时刚就读大学的他看到学校的人库志愿者招募通知后,觉得捐献造血干细胞是一件非常神奇的事情,于是便默默地报了名,心想也许哪天就能挺身而出救助患者。

“现在回想起来,觉得挺庆幸的。”姚德隆说,如果不是当时报名入库,可能这次也无法和这位患者配型成功。“我是去年10月27日接到骨髓库上海分库工作人员的电话,告诉我

有患者和我初配成功,还说患者情况不太好,并询问我的捐献意愿,我当时就表示愿意捐献。”

不过,虽然自己决定捐献,但是否能得到父母的支持,还是令姚德隆有些忐忑。好在,爸爸妈妈在听说他的决定后,都表示十分支持,鼓励他勇敢去完成这次造血干细胞捐献。

“等我再接到电话的时候,已经是今年1月12日了。”姚德隆回忆道,“当时工作人员说高分辨配型可以顺利进行,但是因为患者病情紧急,需要我在同一天进行高分辨配型和体检”。于是,我在1月15日到华山医院同时做了高分辨和体检,之后的流程就仿佛走上了快车道。”

因为疫情管控严格的原因,姚德隆没有让家人陪护,自己一个人入院。姚德隆说自己很幸运,动员剂没有给他造成困扰。而且,医院的医护人员对他也是格外照顾,这让独自在医院的姚德隆感觉很贴心,一点没有感觉孤单。

今年2月26日是农历十五元宵节,而这天,也恰好是姚

中共四大纪念馆是全国爱国主义教育基地、全国社会科学普及教育基地、上海市爱国主义教育基地、上海市党史教育基地。党支部现有党员8名,全体党员以担好红色教育使命,打造一流爱国主义场馆为己任,努力讲好党的诞生地故事,共同坚守红色文化的重要阵地。

因为创新 所以坚定

作为全市重要红色地标的守护者,中共四大纪念馆馆长、支部宣传委员童科在繁忙的工作之余,始终思考如何提升党建在党史宣传教育基地中的引领作用。

通过不断与党员、团员以及青年馆员头脑风暴,童科逐步梳理出了“创新、年轻、精品”三个理念,并以此为指引,以红色文化研究为立馆之本,不断创新宣传方式,拓宽传播渠道,聚焦青年人视角,创建精品项目,不断提升纪念馆和党支部的影响力。支部坚持打造“力量之源”红色品牌,先后举办了“中共四大支部建设历史起点”研讨会、“抓铁有痕铸党魂”中共早期纪律监察制度文献展、群众路线百年历程发展图片展、上海城市精神论坛、长三角红色文化旅游联盟对话会等活动,为传播红色文化、海派文化贡献了自己的绵薄之力。

因为热爱 所以坚持

支部党员丁晓是一名“90后”讲解员。2019年8月——12月,经过层层选拔、面试,她成为了“伟大历程 辉煌成就——庆祝中华人民共和国成立70周年大型成就展”的讲解员。

这次展览由国家发改委、中央宣传部、中央军委政治工作部、北京市委联合举办,从全国15个省市共遴选70名优秀讲解员赴京完成为期5个月的讲解任务。接到正式通知后,丁晓没有丝毫犹豫,安排好工作与生活后,就告别父母以及新婚不久的丈夫,奔赴北京全身心投入工作。

借调期间,丁晓表现出了良好的精神面貌与出色的工作能力,得到了组织方的一致认可与好评。作为一名来自虹口的共产党员,能够为来自全国各地乃至世界各国的来宾讲述中国的伟大历程与辉煌成就,丁晓感到无比骄傲和自豪。她说自己很庆幸能够参加这次活动,更庆幸自己是中共四大纪念馆党支部的一名讲解员。因为参与所以热爱,因为热爱所以坚持。守护好红色阵地,传承好红色基因,这是她永不言弃的初心,也是矢志不渝的使命。

因为责任 所以坚守

自新冠肺炎疫情爆发以来,在支部主持工作的副书记吴毅斌的带领下,全体党员积极投身社区防疫、宾馆旅重点地区来沪人员信息排查,以及机场入境人员转运等疫情防控工作。

去年3月6日,在结束了宾馆排查工作后,吴毅斌又响应区委区政府号召,主动报名加入了机场防疫突击队,前往浦东国际机场参与入境人员转运隔离工作,一去就是52天。

在机场工作需要严格按照一级防护要求穿戴防护服,并且24小时三班倒,身心俱疲在所难免。面对可能的感染风险,吴毅斌毫不畏惧。面对穿上防护服后的闷热潮湿、如厕不便等困难,他心无杂念;面对入境大客流,他沉着应对。在这片没有硝烟的战场,任务一来他抢着上,兢兢业业地完成每一项工作,虽然无法回家与亲人团聚,但从未听到他有过怨言。吴毅斌所在的班组顺利完成转运旅客任务,实现了无遗漏、无差错。从机场归来后,吴毅斌也成为了众人的榜样,支部里的同事纷纷表示要向他看齐学习,把他身上的那股韧劲带到日常工作中去。

习近平总书记指出,“广大党员、干部和人民群众要很好学习了解党史、新中国史,守住党领导人民创立的社会主义伟大事业,世世代代传承下去。”中共四大纪念馆党支部将继续发挥党史资源优势,为虹口打造红色强区添砖加瓦,为传承红色文化保驾护航,力争以优异的成绩献礼2021年中国共产党建党100周年。

一个支部一个故事

广中路街道成立“爱Ta护家”模拟法庭

本报讯(记者 陆雪蛟)日前,广中路街道妇联特邀专业律师举办专题讲座,给辖区居民现场解读《民法典(继承篇)》。参会人员积极听讲,认真记录,并不时就自己关心的话题提出意见和见解,现场气氛热烈。

本次活动成立了“爱Ta护家”模拟法庭,通过沉浸式法庭体验和互动交流,大力引导妇女尊法守法用法,有效提升妇联干部队伍法律意识和家庭纠纷调处能力。街道妇联还将聚焦社会热点难点,征集与妇女儿童生活息息相关的社区典型案例,编辑撰写“爱Ta护家”法律知识口袋书,分析法律法规,增强广大妇女儿童维权意识。

德隆正式捐献造血干细胞的日子。当天,姚德隆还是没有让家人陪着,他担心他们看了会心疼。“从早上9点开始到完成采集,差不多进行了5个半小时。”姚德隆回忆道,期间虽然出现一些酸痛,胸闷等采集中可能出现的不良反应,但采集过程还是十分顺利的。

下午两点半采集结束,患者医院的医生来拿血袋的时候,还带来了患者的感谢信。“这时我才知道患者是一位母亲,三十多岁,正是上有老下有小的年纪。想到自己经历了一些微不足道的短暂痛苦,就有可能拯救一位母亲,让一个家庭的生活重回正轨,顿时觉得一切都值得。”

回想起自己的捐献历程,姚德隆坦言一点都不后悔。他说,未来,自己将继续积极参与志愿活动和社会实践,在为社会做贡献中体现自己的人生价值。

为了表彰姚德隆挽救他人生命的善举,3月11日上午,市红十字会副会长程国樾、副区长张雷等领导来到上海外国语大学虹口校区,为姚德隆颁发了捐献证书及奖牌。区红十字会、团区委的相关领导也给姚德隆送上鲜花、水果,向他的无私奉献精神致敬。

据悉,近年来,在各方面的努力下,越来越多的青年人加入到造血干细胞捐献的行列中。在虹口,目前,已有2000余名爱心青年加入了中华骨髓库,并先后有15位青年配对成功,完成捐献,为虹口弘扬文明风尚,传递城市温度发挥了积极的作用。