

随着科技快速发展,跟上数字化步伐、尽享美好生活、成为银发族一大愿景

# 智能手机操作培训受到老年人追捧

本报讯(记者 陈璐瑶 通讯员 朱咪呐)“学会连接和切换网络很重要,我们回到家连上WiFi,就不需要使用流量了,大家首先点击‘设置’……”这是日前区老科技工作者协会举办的智能手机操作培训班上的一幕,担任主讲的是区老科技工作者协会秘书长林志龙,而参加培训的是清一色的老年人。

当天培训班上,林志龙通过播放网络视频课程,现场演示与实际操作相结合的方式教学,帮助学员了解智能手机基本功能与操作要领。不时走到有疑问的学员身边手把手教学。台下的学员们一边聚精会神

地听课,一边认真地进行实际操作。“现在智能手机的用处太多了,不会用感觉都要和社会脱节了。”“我刚换智能手机,还不太会用微信。”“我们老年人出门买菜习惯用现金,遇到要扫码付款只能请别人帮忙。”老人们对于学习使用智能手机的愿望很迫切。

“现在到处都要出示健康码,买东西也要扫码付款,不懂如何使用手机,可谓寸步难行。”今年75岁的柯银华告诉记者,因为智能手机对自己来说操作难度比较大,通常只作为接打电话的工具,看到子女日常出门可以用手机支付,每天

用微信聊天,自己也萌生了学习使用智能手机的想法,“一看到培训班开课的消息,我马上就报名了。”

的确,如今随着科技的快速发展,智能手机已经成为人们生活中不可缺少的一部分,但对于一些老年人来说,使用智能手机依然是个难题。老人们迫切学习使用智能手机的愿望,也是区老科技工作者协会举办智能手机操作培训班的初衷。

据了解,今年初,区老龄工作委员会办公室发布了《关于开展“智慧助老”行动的通知》,将利用2年时间,动员社会各力量共同努力推动老龄社会信息无障碍建

设,提升老年人运用智能技术方面的获得感、幸福感、安全感。此次区老科技工作者协会举办的智能手机操作培训班便是“智慧助老”行动的一次全新尝试。

“学员们的基础水平和接受能力不同,经过几节课的探索,我们分成了多个学习小组,大家互相促进,取长补短。”林志龙告诉记者,举办智能手机操作培训,目的就是要让“银发族”跟上数字化步伐,“希望有更多年轻人加入‘智慧助老’队伍,帮助老年人提升智能技术运用能力,让老年人也能享受数字生活带来的便利与乐趣。”

## 相约春日 共赴花朝 花朝节活动本周日将在沈院举行

本报讯(记者 陈璐瑶 通讯员 李灵敏)记者从区文广旅体局了解到,3月21日(本周日)上午,“爱情花开·孝心满院”我们的节日系列活动之花朝节活动将在沈院举行。

花朝节作为民间传统节日之一,是纪念百花的生日。节日期间,人们结伴到郊外游览赏花,称为“踏青”,姑娘们剪五色彩纸粘在花枝上,称为“赏红”。据了解,本次花朝节将以“爱情”“孝心”为情感主线,组织开展一系列互动性强、游客参与度高的活动,活动分“花朝游园”

“花朝斗艳”“花朝祈福”三部分。

“我们邀请了来自杭州的墨玉汉服会,将在花朝节当天为大家呈现《晋制·十二花神》画卷。”区文广旅体局相关负责人说,此次花朝节将魏晋汉文化之花朝文化相结合,在复原历史原型的基础上,结合现代审美,塑造了“十二花神”。届时,市民、游客不仅可以在现场参与百花巡游、祭祀大典、花神赐福、古礼赏红等传统习俗,还可以和“花神”互动合影,与汉服零距离接触,体验汉文化的魅力。

## 错过公交站点一男子怒砸车窗玻璃被拘 警方提醒:文明乘车,不要影响公共秩序,甚至危害公共安全

本报讯(记者 俞怡至 通讯员 李圆洁)日前,平阳浦派出所接到一名公交车司机报警,称其驾驶的227路公交车玻璃被乘客砸烂。接警后,平阳浦派出所民警立即到达现场处置,并将涉案嫌疑人林某某带至派出所协助调查。

当天下午4时左右,林某某在浦西陶瓷市场公交站搭乘227路公交车,准备在沈家门城区海珍苑公交站下车,到沈家门客运站坐船。当公交车行驶至天吴隧道口时,林某某发现该公交车并不经过海珍苑公交站,而是开往城北方向,于是立即上前希望司机在天吴隧道口停车让其下车,但因天吴隧

道口禁止停车,司机告知林某某可让其到吴家岙公交站下车。

谁知行驶途中,司机突然听到车厢后面有玻璃碎裂的声音,于是将公交车停靠在吴家岙公交站后报了警。

“当时我快赶不上船了,很生气,就直接拿了车子左侧车窗上的安全锤砸玻璃。”林某某事后向警方交代。目前,林某某因故意损毁公私财物被警方依法行政拘留10日。

警方提醒,搭乘公共交通工具时,请遵守相关规定,文明乘车,不要影响公共秩序,甚至危害公共安全,市民遇到此类事件应协助司机或工作人员坚决予以制止,共同营造安全有序的乘车环境。

## 旗袍秀 显风采

春日的展茅街道路下徐生机盎然,风光宜人。日前,一场典雅风韵的旗袍秀在这里上演,来自普陀旗袍社的旗袍爱好者们身穿亮丽的旗袍,迈着轻盈的步伐,穿行在这春日的美景之中,尽展神韵与风采。

(记者 罗沛文)



# 舟山启动全民免费接种新冠病毒疫苗！47个接种点公布！

3月18日下午,舟山召开新冠肺炎疫情防控工作新闻发布会,围绕本轮居民免费接种新冠疫苗工作的总体安排进行情况通报。

接下来,接种新冠疫苗工作如何展开?哪些人不能接种?如何预约接种?针对广大市民关心的一些问题,发布会上也进行了解答。

### 全民免费接种的对象包括哪些?

现阶段为18周岁(含)以上所有在舟人员。不区分是否为舟山户籍、是否在我市参保、是否为重点行业人员。

### 舟山接种工作怎么开展?

舟山市新冠疫苗接种坚持条块结合、以块为主原则。根据国家相关政策和供苗情况,从重点人群接种入手,稳步推进至社区接种。

### 新冠疫苗打几针?

目前舟山的新冠病毒疫苗由国药集团中国生物北京生物制品研究所和北京科兴中维两家公司提供,为灭活疫苗,需要接种2剂,两剂间隔2-4周。

### 哪些人不能接种新冠疫苗?

严重过敏体质,既往注射其他疫苗时发生过严重过敏反应,或初次接种本疫苗出现过敏者;新冠肺炎既往感染者或核酸、抗体检测阳性者;

严重慢性病或慢性病急性发作期患者,药物不可控制的高血压者;患有惊厥、癫痫和进行性神经系统疾病史者;患有血小板减少症或者出血性疾病患者;正在接受免疫抑制剂治疗或者免疫功能缺陷的患者;处于哺乳期或妊娠期的妇女。

### 接种新冠疫苗注意事项

居民参加接种时请随带身份证,到接种机构后,先进行健康询问和信息登记,要按照医生询问内容如实告知相关信息,并签署《新型冠状病毒灭活疫苗接种知情同意书》,再进行疫苗接种,接种后必须现场留观30分钟,由于个体差异,极个别

可能发生过敏反应,如遇如心慌胸闷、气促气喘、头疼呕吐等不适症状,应及时告知接种医生并就诊。

接种当日避免注射部位沾水并注意局部卫生,以防诱发皮肤感染,并建议清淡饮食、多喝水,不要剧烈运动。

### 怎样才能接种到新冠疫苗?

居民可以到本单位或社区去预约,根据通知在指定时间到政府指定的接种地点接种。

私营外地业主、没有挂靠单位的非舟山籍人群等特殊群体可通过接种门诊电话以及“浙里办”网络预约等多种方式预约接种。预约成功后请携带身份证按时前往预约门诊接种。

## 舟山市新冠病毒疫苗预防接种机构一览表

区域	接种机构	接种点地址	咨询(预约)电话
新城	新城社区卫生服务中心	临城街道定沈路 579 号	2188666
新城	舟山医院	千岛街道定沈路 739 号(感染大楼一楼东,肝病门诊和肠道门诊区域)	2292319
新城	舟山市第二人民医院临时接种点	千岛街道鼓吹山路 29 号(门诊楼一楼东侧)	2022987
普陀山	普陀山社区卫生服务中心	普陀区普陀山镇梅岑路 95 号(二楼预防接种室)	6094633
定海区	定海区中心医院	定海区人民南路 30 号(门诊 4 楼)	18368083775
定海区	舟山市妇女儿童医院	定海区人民北路 238 号(内科大楼一楼西侧)	2065017
定海区	舟山市中医院	定海区新桥路 355 号(6 号楼一楼)	2061250
定海区	白泉镇中心卫生院	定海区白泉镇白泉路十字路口	8256617
定海区	白泉镇中心卫生院北蝉分院	定海区白泉镇北蝉新街 3 号	8136398
定海区	岑港街道社区卫生服务中心	定海区岑港街道新司前街 79 号	8011995
定海区	干览镇卫生院	定海区干览镇天籟路 100 号	8191055
定海区	金塘镇中心卫生院	定海区金塘镇新道东路 109 号	8041919
定海区	马岙街道社区卫生服务中心	定海区马岙街道市场路 85 号	8086399
定海区	双桥街道社区卫生服务中心	定海区双桥街道桥头施路 39 号	8235701
定海区	小沙街道社区卫生服务中心	定海区小沙街道庙桥街 1 号	8236906
定海区	小沙街道社区卫生服务中心长白分中心	定海区小沙街道长白云龙街 2 号	8750280
定海区	盐仓街道社区卫生服务中心	定海区盐仓街道兴舟大道 400 号	8802711
普陀区	普陀医院临时接种点	普陀区东港街道文康街 19 号西门	3802133
普陀区	普陀仁济医院临时接种点	普陀区沈家门街道官下路 90 号	3805666
普陀区	沈家门街道社区卫生服务中心	普陀区沈家门街道西大街 192 号	3054094
普陀区	东港街道社区卫生服务中心新育路预防接种门诊	普陀区东港街道新育路 56 号	3090382
普陀区	东港街道社区卫生服务中心海印路预防接种门诊	普陀区东港街道海印路 1027 号区公共卫生服务中心一楼	3823159

普陀区	朱家尖街道社区卫生服务中心	普陀区朱家尖街道福兴路 110 号	6034341
普陀区	展茅街道社区卫生服务中心预防接种门诊	普陀区展茅街道柴家村沙滩路 55 号	6023735
普陀区	六横镇中心卫生院台兴路预防接种门诊	普陀区六横镇台兴路 152 号	6073738
普陀区	六横镇中心卫生院六横路预防接种点	普陀区六横镇六横路 277 号普陀医院六横分院内	6073738
普陀区	虾峙镇中心卫生院	普陀区虾峙镇大岙村 3 区 11 号	6656058
普陀区	桃花镇中心卫生院	普陀区桃花镇前村文卫路 12 号	6064046
普陀区	东极镇中心卫生院	普陀区东极镇庙子湖村	6048116
普陀区	蚂蚁岛卫生院	普陀区蚂蚁岛穿山岙村蚂蚁大道 47-2 号	6667216
普陀区	登步岛卫生院	普陀区登步岛沙头社区永安村 21 号	6668197
普陀区	白沙岛卫生院临时接种点	普陀区白沙岛后沙头 66 号	6635180
岱山县	高亭镇中心卫生院	岱山县高亭镇沿港西路 221 号	7334382
岱山县	东沙镇中心卫生院	岱山县东沙镇人民西路 748 号	7334126
岱山县	长涂镇中心卫生院	岱山县长涂镇长西村后厂 8 号	4714778
岱山县	衢山镇中心卫生院	岱山县衢山镇高涂村石板路 1 号	7334328
岱山县	岱东镇卫生院	岱山县岱东镇东兴中路 147 路	7336211
岱山县	岱西镇卫生院	岱山县岱西镇长欣东路 46 号	7334230
岱山县	秀山乡卫生院	岱山县秀山乡兰欣路 101 号	7855156
嵊泗县	嵊泗县人民医院临时接种点	嵊泗县望海路洗车店右侧(嵊泗电影院对面,原可拆装式游泳池)	5182123
嵊泗县	嵊泗县中医院	嵊泗县菜园镇东海路 181 号	5182123
嵊泗县	嵊山中心卫生院	嵊泗县嵊山镇富民村军民共建路 47 号	5598682
嵊泗县	洋山中心卫生院	嵊泗县洋山镇圣大路 26 号	5596273
嵊泗县	黄龙乡卫生院	嵊泗县黄龙乡南港村坑里头巷 95 号	5811415
嵊泗县	枸杞乡卫生院	嵊泗县枸杞乡大王村欣欣巷 53 号	5596586
嵊泗县	五龙乡卫生院临时接种点	嵊泗县五龙乡边礁村双池弄 49 号	5591808
嵊泗县	花鸟乡卫生院临时接种点	嵊泗县花鸟乡医务弄 20 号	5261932

舟山市于2020年9月下旬率先启动重点人群接种工作。截至2021年3月17日,全市共设立47家新冠病毒疫苗接种单位,全市累计接种98792剂次,其中第一剂次56670人,第二剂次42212人,也就是说舟山市已有42212人完成了两剂次的全程接种。重点人群紧急接种工作平稳顺利,未发生严重异常反应,为推进居民免费疫苗接种打下良好基础。

市政府号召广大党员干部要发挥示范带头作用,广大市民也要积极响应,牢固树立“每个人都是自己健康第一责任人”理念,积极、主动、尽快接种新冠病毒疫苗,保护自己,保护他人,持续巩固舟山来之不易的疫情防控成果。