

习近平总书记关切事

让“银发力量”绽放光彩

新华社记者 张旭东 李力可 董小红

老年人是党和国家的宝贵财富。把老年人生活保障好、作用发挥好、权益维护好，是习近平总书记的深情牵挂，也是对老龄工作的深深期许。

习近平总书记指出：“要为老年人发挥作用创造条件，引导老年人保持老骥伏枥、老当益壮的健康心态和进取精神，发挥正能量，作出新贡献。”

在习近平总书记孝亲敬老率先垂范下，各地积极迎接“银发浪潮”，聆听老年群体需求，发挥老年人社会价值，努力让“银发力量”展现更旺盛的生命力。



银发力量显担当

“我退休后和上班一样忙，做自己喜欢的事，每天都很充实！”谈及老年生活，今年62岁的四川成都退休教师何锐神采奕奕。

他正在为成都崇州市白头中学校解难题——这所农村中学有670名学生，却仅有4名专职体育老师且年龄偏大，学生体能差、运动兴趣低。

“我了解农村家庭不容易，也了解乡村教师的难处，解决问题得一步步磨。”退休前，何锐任职于崇州市羊马学校，在体育教学方面颇有经验，40年的乡村一线教育工作，给了他迎难而上的底气。

更重要的是，何锐背后有一个团队的支持——成都市乡村振兴“银龄”专项服务团，由成都市民政局组织，涵盖养老、医疗、教育等相关领域的专家。

“我们负责教育的团队共有5名成员，都是退休老师，主要帮助中小学解决难题。”何锐告诉记者。

一年来，何锐和大部分团员常“泡”在学校，通过谈心、听课、家访梳理学生需求：设计兼顾体能与趣味的体育大课间；指导分层分类教学，摒弃“大锅饭”……

操场上，体育老师任双正在指导孩子们学习垫排球，砰砰作响的排球和孩子们的笑声汇成了快乐的海洋。“在何老师指导下，我们根据不同孩子的体质设计不同运动项目，还有意识地引导孩子们自主锻炼。”任双说。

在“银龄”专项服务团的指导下，学生们参与运动项目的积极性显著提高，参与各类运动的学生数量明显增多。

2024年10月，习近平总书记在给“银龄行动”老年志愿者代表的回信中，笔触间尽显殷殷关怀、深深期许：“希望广大老年朋友保持老骥伏枥、老当益壮的健康心态和进取精神，既要老有所养、老有所乐，又要老有所为，为推进中国式现代化贡献‘银发力量’。”

习近平总书记的指示让不少和

何锐一样的退休教师深受鼓舞，充满干劲。“大家都希望能发挥余热，为乡村学校多做点事情。”何锐说。

银发力量显担当。近年来，河北省邯郸市峰峰矿区探索“老将”参与基层治理新模式，江西省宜春市奉新县“辣椒大妈”邹达英带动村民致富……更多“银龄行动”项目的酝酿和启动，正助力老年人将经验与智慧转化为推动时代前行的力量。截至2024年底，全国参加“银龄行动”的老年志愿者累计超700万人次，开展援助项目4000多个，受益群众4亿多人次。

拥抱智慧新生活

10月15日上午9点，山东老年大学马鞍山校区，“AI（人工智能）智享生活”教室里坐满了“老同学”。

“智能手机有很多AI功能，大家通过对话，就能让手机自己打电话、发消息……”课程教师李正将手机界面投到智能大屏上，边讲解边操作，学员们纷纷拿着手机试验。

“一些叔叔阿姨的学习能力超过我的预期，9月开学以来只上了4次课，他们就已经开始探索更高级的用法了。”课间，李正笑着对记者说，持续一年的课程，学员们还将学习更多人工智能技术。

66岁的刘学东是老年大学资深学员，也是学员们的“辅导老师”。“借助AI软件润色，我写了一部16万字的小说，计划明年上半年出版！”说起使用人工智能，刘学东滔滔不绝，“我们要努力让退休后的生活丰富多彩。”

“学校‘AI智享生活’课程报名时‘一课难求’。”山东老年大学马鞍山校区生活应用学院院长姜帅介绍，近年来学院相继开设了手机摄影、手机多媒体制作、短视频制作等11门新媒体类课程，都非常受欢迎。

紧跟潮流，享受新生活，主动解锁新体验。

习近平总书记指出，满足数量庞大的老年群众多方面需求、妥善解决人口老龄化带来的社会问题，事关国家发展全局，事关百姓福祉，需要我

们下大气力来应对。

“老年教育的内涵正在拓宽，智慧助老类课程能帮助老年群体跟上时代步伐。”山东老年大学综合规划处处长柴利华说。

在生动轻松的课堂氛围中，李正还不忘提醒：“大家还要注意AI换脸等新型诈骗，保障自己的财产安全。”欢声笑语间，曾经“高深莫测”的AI技术逐渐变成老年人的生活助手。

晚霞映照银丝间，青春焕发正当时。

习近平总书记高度重视老年人学习需求，强调“活到老，学到老，应该是每个人健康向上的追求”。

当前，人工智能技术正成为线上线下老年教育的重要组成部分。国家老年大学搭建全国老年教育公共服务平台，建立时时、处处的学习场景；由钟南山、张伯礼等院士主讲的“国家老年大学‘开学第一课’”观看量逾千万；浙江根据老年人需求，入户、进社区、入养老机构开展智能技术应用送教服务……

“通过系统化的心理健康课程和数字素养课程，可以帮助老年人构建积极心态、掌握现代生活工具、拓展社交圈层，让他们在重新发现并创造自我价值的过程中，真正释放‘银发力量’。”国家开放大学（国家老年大学）副校长范贤睿说。

银发经济新图景

10月17日下午，载着300余名老年游客的Y975次“银发旅游专列”从青海省西宁火车站鸣笛启程。这趟行程约500公里、为期3天的短途旅行，串联起青海多个标志性景区。列车行进间，湟源古城风貌、草原辽阔美景、青海湖湖景次第铺展。

一个社会幸福不幸福，很重要的是看老年人幸福不幸福。习近平总书记指出：“努力满足老年人日益增长的物质文化需求，推动老龄事业全面协调可持续发展。”

“以前总觉得出门麻烦，旅游专列和旅行社合作解决了购票、交通、食宿、搬运行李等问题，省心、省时、

省力。既看了美景，又认识了新朋友，值了！”65岁游客周晓蕾道出许多老人的心声。

慢节奏沉浸式的特色旅游线路、便捷方便的适老化设计、丰富多彩的文娱活动……近年来，“银发旅游专列”的开行，使越来越多银发族踏上旅途。

“看这老式电话机，咱们当年工作时还用过，现在成‘老古董’咯！”餐车车厢，老人们围着车厢内陈列的老照片、旧物件感慨不已。

记者发现，“银发旅游专列”的软硬件服务处处贴合老人需求：安排文艺表演和非遗手作展示、由随队专家在“康养微课堂”上讲授高原保健知识；全列车厢铺设防滑地毯、每趟列车都有随车医生随时关注旅客身体健康情况、餐车则根据旅客需求提供个性化“菜单”……

“老年人出游重在服务和体验感，这需要乘务员在服务上多下功夫。”中国铁路青藏集团有限公司西宁客运段列车长罗杨对此深有体会。今年年初，她从普通列车调岗至旅游专列，“从垃圾桶摆放、卧具整理、准备洗漱包，到配备有机蔬菜调整食谱、提前掌握游客健康信息、与随车医生定时巡视……每项服务都精准对接老年人需求”。

习近平总书记提出，“要大力发展银发经济。支持养老产业规模化、标准化、集群化、品牌化发展，培育高精尖产品和高品质服务模式”。

银发经济，一头连着民生，一头连着产业。

黑龙江以“舌尖上的幸福养老”为亮点，推出适老食品、中医养生、森林度假、文化体验、民俗观赏等，让旅居养老成为新时尚；在四川成都，温江银发私域电商产业园已吸引200余个品牌入驻，涵盖食品、保健品、康复辅具等4000余款产品，预计2025年线上交易额将突破1亿元……

银发经济作为积极应对人口老龄化、增进老年人福祉的重要抓手，正让“老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安”的美好愿景照进现实。

新华社北京10月27日电