



十大新技术将重塑老人生活

据西班牙《国家报》网站近日报道,老龄化时代对于老年保健消费市场也意味着机遇。报道称,在问题和解决方案同样多的老年保健技术领域,已经出现了一些比较成熟的项目。

- **Dem@Care项目**
该项目旨在缓解老年痴呆对患者生活质量的影响,开发出一套基于可穿戴设备和传感器的监测系统,可以监控患者身体活动水平以及生活方式等。
- **“命运”项目**
这个项目也是专门监测老年人跌倒的技术系统,这套设备能感知并发出跌倒警报。
- **“银”项目**
该项目研发了未来的老年代步车,为老年人提供了高度便利性和舒适性,易于操控之外,它还可以识别地形并提示障碍物的存在。
- **“让长大”项目**
该项目研发了能够掌握用户需求和习惯的机器人。随着老年人的能力不断衰退,这种机器人的能力会不断提高。自主学习和云计算使该系统能够提高用户的活动和自理能力。
- **“社交”项目**
这是一项包含认知训练和社交激励活动的在线服务,旨在帮助老年人保持精神健康。(摘自新华社)
- **inca项目**
该项目研发出一套管理系统,能够改善患者在医院外获得的社区医疗服务。
- **inCASA项目**
该项目监测老年人的健康状况,并可以通过结合传感器、多级预警和通信服务等监测可能影响健康状况的环境因素。
- **“远见”项目**
该项目已经建立了世界最大的有关老年人跌倒的数据库。该数据库有助于分析与老年人跌倒有关的心理和行为数据,这项研究使人们能够制造出专用的可穿戴设备,以便及时发现跌倒事故。
- **“马里奥”项目**
这一项目的成果是研发出机器人,它可以发出跌倒警报,监控健康状况,支持视频通话,甚至可以帮助身体不便的用户起床。



下周天晴 记得看最美的北斗七星

下了几天雨,怀念满天繁星的日子了吧。前段时间,春天晴朗的夜晚,只要抬一下头,就能看到悬挂在空中的北斗七星,而将七星连起来,仿佛就像一只扣在桌子上的大饭勺。

这波雨水,在今日就算基本停歇了,下周,将是多云转晴的天气,观星正是好时候。

不过,不知道你有没有注意到,现在看到的北斗七星,它的勺柄是指着东边的呢。北斗七星,也就是鼎鼎有名的大熊座,是北半球四季都可见的星座之一(另外还有小熊座、仙后座),一年之中,地球和太阳的相对位置会不断变化,所以不同季节,大家看到的星象会不一样。

就北斗七星来说,它的勺柄方向也会应时而变。古书《鹖冠子》中就有这样的记载:“斗柄东指,天下皆春;斗柄南指,天下皆夏;斗柄西指,天下皆秋;斗柄北指,天下皆冬”。

就株洲周边观星而言,炎陵是个不错的选择,去过那里的人都知道,只要天气好,满眼都是“亮闪闪”的。当然,如果有心,无论在哪儿都能看到最美的星空。(记者 成姝兰)

风向:南风 风力:4级 相对湿度:82% 质量等级:优

今天天气	明天天气	后天天气
阴 13—16℃	多云转阴 13—20℃	晴 13—26℃

(市气象台 14日 16时发布)

导读

“过度关心”可能让父母与子女都“受伤” [A02](#)

常被误诊的老年人“第三杀手” [A03](#)

老两口争读记

我的藏书实在不算多,但经常发生“失窃”事件。例如,有一天我发现书架上《成语百物》、《陈独秀传》、《我们仨》、《浮生六记》、《城南旧事》等书又不见了。我只得习惯性地往老婆床头柜中一一“查出”。

像这种,老婆与我争抢书报阅读的事情,还有很多。每天,我订阅的本土书报,或有关部门寄来的书报,我不得不首先在书报箱,取到后,在一楼看一阵,再上楼到家给老婆看。我一般会在上午10点前看当天日报、晚报。有一天,因天下着倾盆大雨,12点多我下楼取报时,老婆宁肯让做好的饭菜凉着,也要在客厅候着报纸,不吃中饭;当我取回来日、晚报,她要先睹为快,看完报纸再吃饭;这样,我重新将饭菜热了一遍。

我和老婆都出身农村,对农村题材的诗文,特别感兴趣。全国著名作家贾平凹的《秦腔》、湖南著名作家姜贻斌的《火鲤鱼》等长篇小说,我们争着阅读。为了争看文学杂志《文艺窗》曾转载过的《草原笔记》、《逛乡村和看彩虹》等作品,我们将书本抢烂的情景至今仍记忆犹新。“第一次用吹火筒闹了一个笑话,先是拿反了,把对着灶的那一头对着自己,结果成一个大黑嘴。纠正过来,还是吹不燃,怎么回事?原来吹火筒,不能离嘴太远,一头紧靠在嘴巴上,一头对着火心吹,才能把火吹燃……”这种记述知青生活的文章,常常成了我们床头话题。不久前,《习近平的七年知青岁月》,又

让我们爱不释手;只好两人轮着阅读;晚上睡在床上,我们比较生动地复述书中描绘“建设沼气池”、“梁家河窑洞”、“与黑子摔跤”等场景。我们共同感怀,习总书记历来具有的奋斗精神,激励人们终生努力奋斗。

每月省作协寄给我的《湖南文学》,又成了我和老婆先睹为快的文学刊物。我只好快速浏览首先浏览了一下每期目录,然后回家干脆向老婆介绍喜欢的诗文。如2018年第2期《渡春路上的桃李开了》、第3期《树叶悄然飘落》等篇,免得她又要和我抢着阅读。知道我们老两口都爱看书,小孩常常带回一些农村题材的书本,小说、散文、诗词而来日、晚报,她较多的老同事,有一次就送来六本书。老婆极为高兴地对她说:“这是比金钱还贵重的礼物,真谢谢你!”

“老公,你看看这篇文章。”这天,我在书房看书的时候,老婆突然兴奋地向我推荐《老年人》杂志上的一篇文章:《老家门前那条河》文章不长,却让我们都串起美好记忆的珍珠项链。过了一会,她深有感慨地说:无论看文章,还是写文章,都需要这种接地气”的作品!

“半亩方塘一鉴开,天光云影共徘徊。问渠那得清如许,为有源头活水来。”就这样,我和老婆争读书报,经常获得感同身受的共鸣。这实在是一件开心的乐事!

(作者:肖又铮 73岁 天元区山水文园小区)

题退休生活(四首)

- 一
上午读书阅报,下午书画观台。
不教一日闲过,间或郊外种菜。
- 二
白日菜园锄,夜里书斋读。
砚田人未歇,四季无空余。
- 三
菜价比油贵,开车勤种之。
旁人笑我傻,我笑君不知。
- 四
老来种菜不为钱,健体健心乐似仙。
昔日吾母辛勤种,只为家小解饥饘。

(作者:马立明 66岁 天元区小湖塘社区)

征集

株洲晚报《乐活周刊》长设“常青艺苑”专版,专登老年人作品。

赐稿请寄:株洲晚报一楼乐活周刊投稿箱,另外,请注明姓名、年龄、通讯地址和联系电话。邮编412000;邮箱:wblehuozhoukan@sina.cn。一经选用,稿费从优。

特别提醒:本刊登载的文章、美术作品均有稿酬(纸版、电子版、微信版稿酬合一),凡未收到稿酬的作者,请与本刊编辑部联系。作者如无特殊声明,即视为同意授予本刊及本刊合作网站信息网络传播权,本刊支付的稿酬包括此项授权的收入。



晚报乐活周刊读者群: 632352980

战友·书友·邮友

“三友”(战友·书友·邮友),当年曾在青岛海草潜艇部队服役,退役当过工人。由于当过兵又是党员,写作能力强,为人正直,调任厂办任秘书。我的老家在烟台市牟平区(撤县改区)傍海小村,清晨躺在炕上侧耳可听到海边传来海浪声。海边的孩子,对大海有特殊乡情,我和老友都喜欢读书,都当过兵,有共同话说。老友多才多艺,爱好广泛,不像我木讷,不时尚。爱静不好动,不过有好的习惯,不抽烟,不喝酒,不打麻将,拳、功、剑舞垂钓、旅游都不感兴趣,喜欢静静读书,到新华书店买书…….兴来有感涂鸦写篇小稿,笔随心动乐在其中。

我和老友无话不谈,他见我年过半百,又没有什么爱好,退休以后,怎么打发日子,他说我适合集邮,动静结合,多一种爱好,多一种乐趣。集邮开阔视野,拓展与外界联系,常写稿与邮报、邮刊编辑互动。不妨到邮市看看,了解邮市行情,关注喜欢的邮品,参加邮协组织的活动,参观邮展,听听集邮讲座,广交朋友,走出自我封闭的“小屋”。心情开朗,精神爽,有利于身体健康。老友邮品门类多,全部精心组编,实行档案化的管理。他常对着邮集,给我讲解集邮收藏知识。

他讲了自己集邮走过弯路,交过“学费”,让我从中吸取教训,他说购买邮品要理性,特别邮市邮品,防假冒伪劣,他的真情,率直打动了我,参加集邮协会。我常向他请教集邮事宜,他耐心讲解。我静下心来思索,自己身体不好,年纪大了,耳朵背,视力下降,不能贪多,求全,要小而精,集中精力,体力、财力、在军旅集邮上下工夫。俗话说:打草鞋,边打边像。集邮常总结,常分析不断提高,由于身体不好,我提前五年内退,由于不上班与老友面谈机会少了,不过常有电话联系。天气好我步行到厂办公楼,老友方便,多聊一会,讲军旅集邮收获,感悟、乐趣。老友很高兴,给我鼓励,坚持下去,“十年磨一剑”,英雄题词签名封片组编成邮集,乐在其中。

参加集邮收藏展,弘扬军旅文化,宣扬科技强军……也是一件很有情趣,很有意义的事。

(作者:曲明森 75岁 芦淞区贺家土电厂生活区)

