

## 【社区·头条】

周浦桃园社区“老年人从零开始学电脑”开课啦

## 让老人在网络中找到一片“生活新天地”



文/摄 记者 王平 通讯员 张玉英

日前,记者来到刚刚正式开放使用不久的周浦镇桃园社区中心工作室,眼前一派老人和社区志愿者分工协作的忙碌景象。一打听才知道原来是中心志愿者和工作人员正在装订整理为“老年人从零开始学电脑”学习班而特别编写的教材。社区相关负责人向记者介绍,这个学习班自开课以来,学员们的积极性很高,同时,考虑到每周一节课时间跨度较大,参加学习班的群体又都是50岁以上的老年人,为了便于大家温故而知新,社区中心加大了教程的印刷量,保证每位上课的学员都能免费领到一本由《周康网》原创编辑的教程。但问题也随之而来,120本教程装订成册的难题摆在了眼前,之前的50本教程是《周康网》的所有员工花了整整一天的时间完成的,于是在一次上课前社区中心工作人员征求了学员们的意见,询问是否可以在课后协助装订教程,立刻得到了所有学员们的热情支持。课程结束后,大家分

批整理,分工合作,特别是其中几位学员,坚持完成最后一本教程的装订后才离去。

由周浦桃园社区主办,周浦镇文明办和《周康网》共同承办的周浦镇首个“老年人从零开始学电脑”学习班日前在周浦桃园社区中心正式开学,本期学员班得到了桃园社区老年朋友的积极响应。在开学典礼上,来自《周康网》的热心老网友“生缘主人”为在座的学员们现身说法,讲述了自己通过网络找到了一片“生活新天地”以及网络世界带给自己的惊喜和收获的心路历程,并为第一期的老年学员加油打气,鼓励大家通过积极的参与和认真的学习,一定会了解和掌握电脑、网络知识,从而在更快更多获取各类信息的同时,丰富和提高老年朋友的生活和情趣。

在场的学员代表也参与了互动,并表示感谢社会各界为他们提供了这么好的学习平台,一定会珍惜这次机会,认真完成全部学习课程。另外,来自浦东生产力促进中心党委的代表还为周浦桃园社区中心老年人电脑班送来精致的手写板。

特别值得一提的是,学习班所有参与授课的老师均是来自于各行各业的志愿者,其中不乏本身从事教职工作的专业老师。接下来,这些参加学习班的159名老年人将在未来的4个月内通过由《周康网》原创编辑的《老年人从零开始学电脑》教材,从电脑入门到上网基础以及智能手机的基础应用培训等方面,提高电脑、网络和手机使用的技巧和能力。

周浦镇桃园社区中心位于瑞浦路上,建筑面积4500平方米,是集社区事务办理、文化体育休闲、教育培训和社区卫生服务等功能于一体的公共服务平台。中心一楼大厅“一门式受理窗口”可为居民提供医疗保险、社会保险、失业保险等多种事务的咨询和办理。为了方便居民,这里还增设了生活缴费受理窗口,今后居民可在这里办理水、电、有线电视等的费用缴纳。



## 【社区·随笔】

日前,2014“东明杯”上海市中老年人太极拳邀请赛在东风社区尚博实验小学体育馆内如期开赛,当天申城的大雨丝毫挡不住22支代表队250余名来自本市各区县、街镇、协会参赛运动员的热情。(本报5月2日A4版)

春末夏初,本市各基层街镇的文艺活动热火朝天,笔者近期应邀参与了浦东地区多个街镇社区组织的文体汇演活动,总体感觉与前几年追求“高大上”的倾向比已有了明显区别,各社区组织的文艺活动更接地气,也更注重发挥社区居民的主导作用了,居民的参与热情普遍提高,与此同时,笔者也发现了一些较有共性的问题,值得有关部门在今后的工作中留意。

首先是社区活动的参与者基本上以中老年人为主,退休的老年人居多,一般在活动中见到的年轻人都是街道社区的工作人员。一方面是我们的街镇居委干部越来越年轻(笔者在近期的采访中就遇到了两名90后的居委主任),另一方面是参与社区事务自治管理的多是中老年人,如何沟通、如何协调、如何理顺关系已经成为社区治理中一个亟待破解的难题。其次对于进社区的文艺项目选择上还需多费些心思,比如有些地方选择街舞、摇滚乐或芭蕾就不太合适,因为大多参与的中老年居民还是欣赏不了,广场舞也不合适,因为老百姓中有不同意见,也确实存在一些争议。像太极拳或是具有地方特色的戏曲就比较合适,有文化底蕴、接地气、门槛不高、容易被接受。

社区文艺的形式需要创新,但更重要的是搭建一个社区居民互动学习、情感交流的平台,感受到来自政府的人性关怀,营造和谐健康的良好氛围。

## 社区文艺项目需精心挑选

□小王

## 长病床前有孝子 平凡生活亦幸福

浦东新区动物疫病预防控制中心“道德模范”姚俭的故事



文/通讯员 瞿瑜萍 记者 王平

在浦东新区动物疫病预防控制中心有这样一位同志,在食堂烧得一手好菜之前,他选好上等食材;在单位发放农产品的时候,他会安排妥当,如果有同志不能及时拿去,他会及时打电话告知或放到冷库以防变坏;若哪个办公室的电灯或电路出了问题,总是有人第一时间赶赴现场修理;在

同志需要服务,需要帮忙的时候,总是能看到他的身影……他就是浦东疫控中心的总管,姚俭同志。

## ●父母长病床前的孝子

俗话说,长病无孝子!然而,话不多的姚俭同志,却表现出了非凡的耐心和孝心。姚俭的母亲,2012年的6月被诊断出罹患了我们很少听到的公共卫生疾病,一种罕见的脑部怪病,住进了位于金山的上海市公共卫生临床中心,对他来讲,如晴天霹雳,他强忍悲痛,面对现实又很快振作起来。在照顾其母亲的晚年生活中,他坚持做到:每日三餐餐,饭菜顿顿端,衣服常换洗,被褥常拆换,尿尿随时清,闲时陪聊天,服药到嘴边,各细节也充分展示了一个大男人在照顾母亲身上的心细。

2012年农博会前一天,突然接新区农委通知让大家前往会场执行紧急保洁任

务,他是“先遣部队”的一员,而那一日,他的母亲非常危险,怕他心急如焚,但始终坚持将保洁任务做好。在完成任后返回单位途中,却接到农委领导的返工指示,他不能随车返回单位了,由于思母心切,一向节俭的他决定下车打车去金山。后来他说:他母亲不想看到他因为母亲的事而耽误工作。母亲在金山疗养这一呆就是一年半的时间,直到去年的12月去世。在这段漫长的时间里,每日奔波于金山医院、家庭和单位,疲倦、辛苦,他从不挂在嘴上,也不写在脸上。一年多啊,每周数次的陪伴,毫无怨言,悉心照料,不怕脏不怕烦……

他说:父母在世时,一定要对父母好。

## ●享受平凡的幸福

姚俭拥有一个平凡的家庭,没有丰厚的物质基础,妻子身体不是很好而且还是提前下岗在家休养的普通职工,全家仅凭

## 【社区·人物】

他的工资收入维系家庭开支,物质生活并不富裕,但他幸福快乐,因为他有一个夫妻和睦的家庭。当问及处理夫妻关系的秘诀时,他说要做到16个字:彼此尊重,互相体谅,换位思考,大度包容。老婆生气时做哑巴,老婆开心时做小喇叭。

在传统的观念下,大男人烧的一手好饭,做的一手好家务,或多或少都有些不大好意思。然而,煮饭烧菜,洗刷抹地,样样精通,件件上手,他觉得是一件非常光荣的事情。因为这样,他可以帮老婆分担,让老婆多休息,同时做家务还可以与老婆多沟通交流,甚至还可以有更多的共同语言。姚俭同志能正确处理好家庭事务,悉心照料生病的老婆,处处体现了对老婆的爱,把一个平凡的家庭营造成一个幸福而温馨港湾。

日常工作生活中,同事有困难,找他准没错;休息日,让他帮个小忙,“没问题”,是你常能听到的答复。同事家有什么婚丧喜事,少不了他的帮忙协助。因此,单位的同事都习惯于尊称他为“姚总管”。

他就是这样一个人,孝顺、忠诚、勤劳、节俭、热心、善良、友善、豁达。