



王仲平为学员讲授手机摄影技法



△学员在教室里排练舞蹈

◁学员在学习非洲鼓

## 社区老年大学助绘养老新图景

□本报记者 李霞/文 禹舸/图

“莫道桑榆晚，为霞尚满天。”随着人们生活水平的日益提升，许多老年人已不再局限于“老有所养”的基本需求，而是热切追求“老有所学”“老有所乐”的充实晚年。老年教育正悄然成为他们生活中的必需品。然而，面对老年群体高涨的学习热情，市场上现有的老年教育服务显得捉襟见肘，老年大学往往供不应求，一座难求。

为破解这一困境，为社区老年人开辟一片求知与展现自我的新天地，今年4月，卫东区优越路街道在华西社区创新性地推出我市首家社区老年大学——“优越路街道银龄时光老年大学”。这一举措极大满足了周边老年人的学习需求，让他们得以在熟悉的社区环境中免费探索新知、掌握技能，尽情享受丰富多彩的银龄生活。

这所家门口的老年大学有哪些课程？老人们在这里的学习体验如何？这种社区老年大学模式是否可以复制？带着这些问题，记者7月26日探访了优越路街道银龄时光老年大学。

### 老有所乐：家门口的幸福乐园

银龄时光老年大学坐落于华西社区三所家属院居民健身小广场东侧，二层小楼入口台阶较缓，设置了不锈钢护栏及无障碍坡道，以方便学员出入。

舞蹈教室里，学员随着老师的口令轻盈起舞；非洲鼓教室里，10多名学员围坐一圈，双手敲击出欢快的节奏；伴着音乐，太极拳班学员们动作流畅，刚柔并济。他们的热情与专注，丝毫不逊于年轻人。

“真是太好了！没想到晚年还能在家门口实现儿时的梦想。”63岁的梁淑梅感慨万分。梁淑梅家离学校仅几步之遥，步行5分钟即可到达。自幼热爱唱歌跳舞的她，在这里重新找回了童年的乐趣。“这里的课程我一次都没落下。能在这个年纪上学培养兴趣爱好，我可得珍惜机会。”她满怀感激地说。

58岁的李宗英则用“满腔热血”来形容自己当前的状态。自从加入非洲鼓班后，她家时常有

鼓声回荡，从最初的拍大腿、敲枕头、敲塑料盆到如今熟练地敲击非洲鼓，李宗英的学习热情被彻底点燃。她不仅为自己设定了年底登台表演和学会识谱的目标，更享受每一次敲击带来的快乐。

“这课程开得太好了。”67岁的曹杰振是手机摄影班学员，退休前就购买了智能手机，但只会基本的操作。看到别人用手机拍出精美的照片和视频，他心生羡慕。上了社区老年大学后，他掌握了不少摄影技巧，拍摄的作品得到大家的赞扬。

据负责老年大学日常管理的社区工作人员张朋彩介绍，目前老年大学开设了书法、模特、舞蹈、太极拳、非洲鼓、手机摄影、健康养生等7门课程，深受居民喜爱。尤其是手机摄影和非洲鼓这些课程，报名人数远远超过了教室容量。为了满足大家的需求，学校不得不分批授课。即便如此，每次上课教室都座无虚席，走廊上也常常站满了听课的学员。

### 老有所为：爱心点亮银龄课堂

作为优越路街道2024年重点民生实事项目，银龄时光老年大学自创办以来，始终紧密围绕老年人的兴趣与需求，不断丰富课程内容、充实师资力量。短短3个多月，课程从最初的4门扩展至7门，学员也从70余人增加到150余人。

谈及社区老年大学日益扩大的吸引力，优越路街道工作人员张兆宇说，这离不开无私奉献的老师们。街道经费紧张，他们怀揣对公益事业的热爱来到这所特殊的大学，不计报酬，仅凭一颗温暖的爱心默默耕耘、传递知识。

在7月26日的摄影课堂上，经验丰富的王仲平老师以其独特的教学方式赢得了学员们的喜爱。他巧妙地运用水笔上的条形码、饮料瓶上的配料表、帽子边缘的标签，乃至教室角落空调柜机上的型号说明等日常物品，向学员展示手机的近摄功能。“实践是检验真理的唯一标准”，他鼓励学员动手拍摄体会一下。

授课时尽量避免专业术语，注重实际操作。针对学员特点，王仲平坚

持每节课程围绕一个明确主题展开，确保内容的独立性，学员即使偶尔缺席，也能轻松跟上后续课程。

老年大学的舞蹈班主要教授民族舞蹈，动作看似简单，但是想要做好并不容易。舞蹈班老师曹华说，刚开班时可谓困难重重：学员年纪偏大，乐感不强，大都没什么舞蹈基础。不过好在大家学习都很刻苦，很少有人中途退出。为尽快让学员掌握舞蹈动作要领，她与几位骨干学员先抽空跟着电脑学习，学会后再根据学员的实际情况进行改编教授。她还通过班级微信群分享舞蹈视频及要领，方便学员复习巩固。

太极拳班级的刘运才老师则以其独特的分层教学法和尊重个体差异的教学理念赢得了学员们的尊敬与爱戴。他认为老年人学习太极拳重在开心与健康，因此在教学过程中不追求动作的整齐划一，而是根据每位学员的兴趣和身体状况进行个性化指导。在这样的氛围中，学员们不仅学会了太极拳的基本动作和要领，更在相互学习交流中收获了友谊与快乐。

### 不断探索：助绘“老有所学”新图景

近年来，随着人口老龄化趋势的加速，老年人的需求结构正悄然转变。据国家统计局最新数据，截至2023年底，全国60岁及以上老年人口已突破2.9亿大关，占总人口的21.1%。在此背景下，发展社区老年教育事业显得尤为重要。它不仅是应对人口老龄化的战略选择，也是推动教育现代化、构建学习型社会的重要途径，更是满足老年人多样化学习需求、提升晚年生活质量、实现自我价值的关键举措。

“我们社区的老年人学习热情高涨，对新鲜事物充满好奇与渴望。”华西社区党委书记樊晓鸽表示，面对创办老年大学过程中遇到的“师资难”“管理难”“经费难”等挑战，他们正积极探索解决方案。未来，社区将根据老年人的学习兴趣和需求，设计更多

丰富多彩的课程和活动，在传授知识与技能的同时，增强对老年人的吸引力、影响力和凝聚力，让老年人在这里“学有所得，乐而忘返”。

在优越路街道组织委员王玉看来，老年大学的成立不仅极大地丰富了老年人的精神文化生活，还培育了一批热心公益的居民骨干。他们在社区志愿服务和文化活动中积极奉献，成为一支推动社区基层治理不可或缺的力量。未来街道计划加强与市老年体协、卫东区文化馆等相关部门合作，共同提升老年教育的办学质量和服务水平，通过示范化、规范化建设，推动老年大学向更多社区延伸，实现教育资源的有效整合与共享，进一步满足老年人日益增长的多元化学习需求，为构建全民终身学习的教育体系贡献力量。

统筹：王冬梅 执行：董佳理