

银发族遇上AI: 一场跨越代际的「数字共舞」

看见义乌



四月,阳光和煦的一天,义乌老年大学教学楼的走廊上,保温杯叮当作响。70多岁的宣永海揣着老花镜早早来到教室上课,生怕错过小金老师的开场白——这位1953年出生的退休干部,如今是AI应用与视频制作课下午班的“班长大哥”。与此同时,在一张课桌前,有人掏出手机研究,还有人在笔记本上工工整整写下“剪辑”“豆包”几个字。

这不是传统意义上的“养老打发时间”。讲台上,“00后”大三学生金京阳转身成了一群爷爷奶奶学员的“小金老师”;课桌边,78岁的老人正举着手机,聚精会神地寻找AI软件里的修图工具。保温杯、笔记本、豆包、剪辑,这些看似风马牛不相及的词汇,正编织着银发族在数字时代的全新故事。

在AI浪潮席卷各行各业的今天,一个值得关注的信号悄然涌现:2026年春季学期,义乌老年大学AI应用与视频制作课程报名人数推出不久即告爆满,学校不得不将原定1个班70个学位紧急扩容至2个班160个学位。义乌这座闻名全球的“世界超市”,正以其独有的敏锐与务实,见证着一场银发族拥抱人工智能的学习热潮。



课堂新气象:改写“老龄化等于保守”的刻板印象

“第一节课,真的非常紧张。”金京阳至今记得走进教室时的忐忑。这位就读于义乌工商职业技术学院旅游管理专业的大三学生,经学校推荐站上了老年大学的讲台。教室里坐着的,是一群阅历丰富的长辈,最长年的已有78岁。

他本以为会遭遇“七嘴八舌、嘈杂无序”的场面,没想到当天的现场令他意外——这些爷爷奶奶课堂纪律极好,有不懂就举手示意,课后围着他加微信、留号码,虚心讨教AI工具用法。

“每次上课前,我都要花几个小时认真备好课笔记,根据老年群体的实际需求,多教一些既新潮又实用的AI知识。”金京阳坦言,在教学中他发现,老年人学AI并非只是为了追赶潮流,而是有实实在在的需求痛点。“基础的,比如老人在吃药时,看不清药瓶上的字,问一下豆包,马上解决。高阶一些的,学会用剪辑等AI软件做短视频后,生活中很多场景可以记录下来。”

与其说这是一堂课,不如说是一场跨越代际的“数字对话”。“00后”的专业视角与技术储备,与“银发学生”的人生阅历和学习热情,在AI这个交汇点上产生了奇妙的化学反应。随着人工智能日益渗透医疗、购物、娱乐等日常生活场景,越来越多老年人展现出学习和使用AI的浓厚兴趣。

从“一窍不通”到“百事通”,宣永海的故事或许是义乌这群“银发AI学员”的一个缩影。临近退休那几年,他才刚把老年机换成儿子买的智能机,“刚开始一点都不懂,好在他‘不耻下问’,经常请教办公室的小年轻,边学边摸索。如今,他已是同学眼中的“百事通”——会拍照摄像、会剪辑短视频,豆包、剪辑等AI软件用得得溜。除了AI班,他还同时报了摄影、音乐等多个兴趣班。

“现在时间都不够用,非常充实。”宣永海这样形容自己的退休生活。“社会发展太快,我们也要尽量活到老、学到老,不然真被社会淘汰了。”在宣永海看来,AI

最神奇的地方在于,它能为老年人的日常带来实实在在的便利,“比如我早上散步到商博大桥时,随手拍几张照片发给豆包,边走边聊天,它就会普及一大堆相关知识,很实用。”

从“被手机淘汰”到“用AI出彩”,义乌老年大学的AI课堂正在改写“老龄化等于保守”的刻板印象。这群银发学员们不再被动接受“被数字化”,而是主动拥抱数字时代,完成了一场漂亮的逆袭。

鸿沟的桥梁:让AI成为生活“好帮手”

AI到底能给老年人的生活带来什么?

退休后从成都来义乌带孙子的姜远宁,给出了生动的答案。1964年出生的她身形高挑、打扮时髦,是义乌老年大学AI课下午班的骨干学员。“我刚来义乌时非常不适应——人生地不熟,没有朋友,生活非常单调,就是遛狗、做家务、带孙子。”自上了老年大学后,她的生活变得充实了很多。除了AI课程外,她还报了音乐、朗诵、走秀三个兴趣班,甚至还会到上海、杭州等地参加走秀表演,家人也非常支持。

说到AI技能,姜远宁直言这对老年人既实用又必要:“家里化妆品很多,有些保质期的字太小,看不清,我就问豆包,它总能一一解释清楚。还有一些家电,当你不知道怎么用,也可以通过AI软件咨询了解。”

有人说,技术的价值在于弥合差距而非放大鸿沟。在老年大学的AI课堂上,AI不是高高在上的技术名词,而是日常生活中实实在在的“好帮手”——查药瓶上的小字、辨识化妆品保质期、询问家电维修步骤、翻译外文、记录生活片段。这些场景正在一点点消解老年人对数字世界的畏惧。

值得关注的是,在义乌老年大学,AI学习不仅是老年人的个体求知行为,更在无形中搭建起同龄人互助共学的新型社交网络。宣永海就被同学们亲切地称为“宣大哥”,其他班级有什么活动,也经常邀请他到场帮忙拍照、做短视频。

义乌老年大学相关负责人介绍,学校积极为老年学员搭建再社会化通道,将志趣、爱好、专长相近的学员汇聚起来,培育10个多元化活动社团,推动银发族走向社会、参与社会、奉献社会。

适老化创新:把AI拆解成“听得懂”的步骤

AI应用与视频制作课程的火爆程度,连校方都始料未及。据义乌老年大学相关负责人介绍,原本这门新课程只开设1个70人的班,即周二上午8:45到10:15。推出后,名额很快报满。面对广大学员的强烈要求,学校决定再开设一个下午班,并将每班的班

级人数增至80人。

短时间的“秒光”,折射出的不只是课程的受欢迎程度,更是银发群体对时代前沿知识的迫切渴求。随着生活水平不断提高,越来越多老年人不再满足于单调、枯燥、打发日子的生活,他们更希望追求快乐、健康、积极的精神文化生活。

而老年大学,正是他们开启晚年新生活的重要选择。截至目前,义乌老年大学课程涵盖太极、舞蹈、绘画、书法、音乐、AI运用等多个领域,吸引近2000名老年人踊跃报名学习。

面对老年学员记忆力减退、操作慢、视力退化等实际情况,如何将AI技术拆解成他们“听得懂、学得会”的内容?金京阳的做法是:从具体生活场景切入,每节课攻克一个生活痛点,用“少术语、多生活语言”的方式,让老年人直观理解AI能为“我”做什么。

老年人需要的不是零散知识点、高深理论,而是真正从老年人生活实际出发、符合老年人接受习惯、尊重老年人学习节奏的课程体系。这正是义乌老年大学AI课程的探索方向——分层教学、注重实操、即时收益,让老年人从“你帮我弄”逐渐转变为“我试试看看”。

金京阳对此深有体会:“针对老年群体的实际需求,我会多教一些既新潮又实用的AI实操技巧。”上课前花几小时认真备课,上课时对学员的提问不厌其烦,课后微信群里随时答疑——这种“陪伴式”的教学方式,让老年学员从“不敢试”变得“敢用”,从“敢用”走向“善用”。

银发翩跹处,文化正芳华。在义乌,当“老有所养”逐步迈向“老有所乐”,更多银发族开始热衷于“文化养老”——在吹拉弹唱、琴棋书画间,让晚年生活变得多姿多彩。如今,AI应用与视频制作、无人机等前沿课程的加入,更将“文化养老”的边界延伸至数字技术领域,让银发岁月与时代脉搏同频共振。

四月的义乌,商博大桥下的江水静静流淌。桥头,一位七旬老人举着手机定格春景,随后把照片发给AI软件,边走边聊。与此同时,几公里外的义乌老年大学教室里,保温杯的盖子被轻轻拧开,笔记本翻到崭新一页,老年学员们埋头在手机屏幕前,像极了他们年轻时伏案研读的模样。

时代的洪流奔涌向前,无人应被遗忘在岸边。当AI的光芒照亮银发岁月,当“00后”与“50后”“60后”在课堂里共上AI课,数字鸿沟正在被一座名为“学习”的桥梁所弥合,代际隔阂正在被一份名为“热爱”的暖流所融化。

银发族的文化方舟,正在新时代的发展浪潮中乘风破浪。

全媒体记者 林晓燕 文/图

市青少年宫开展世界读书日系列活动

全媒体记者 李爽爽

本报讯 昨日是第31个世界读书日,市青少年宫组织开展“红领巾爱阅读·阅启芳华向未来”世界读书日系列活动,通过形式多样、内容丰富的阅读体验,引导青少年亲近书籍、热爱阅读。

在朗读分享区域,孩子们带着心仪书籍踊跃参与,自信分享阅读感悟,深情朗读经典片段,用真诚的声音传递文字力量。图书换绿植环节深受欢迎,孩子们主动捐出闲置书籍,让知识在循环中传递、在分享中增值,也在践行环保理念的

同时,收获分享的快乐与成长的喜悦。

为提升阅读指导专业性,活动特邀优秀教师带来绘本阅读课堂,以生动的语言、趣味的互动,带领孩子们走进文学世界。创意书签制作现场,孩子们挥动画笔、巧思创作,将书中金句、阅读心得融入方寸书签,把对阅读的热爱化作一件件独具匠心的作品。

此次系列活动将朗读分享、绘本教学、文化实践、绿色公益融为一体,打破传统的单一阅读模式,让青少年在沉浸式体验中亲近书籍、爱上阅读。

定点共读品书香 联动聚力促风尚

全媒体记者 王佳丽

本报讯 日前,“阅义乌·悦世界”义乌市第二届阅读马拉松活动正式启动。作为基层联动点位之一,赤岸图书分馆积极响应,有序组织读者参与共读,为“书香赤岸”建设注入新动能。

本次参与活动的读者涵盖各年龄段,通过集中品读指定书目《初阳》,进一步加深对义乌城市文化与国际交往脉络的

理解。在持续3小时的阅读过程中,读者均表现出高度的专注力与良好的阅读素养。现场无喧哗扰动,仅闻书页翻动声,充分彰显了阅读活动的规范性与读者参与的自觉性。

据悉,本届阅读马拉松以集中时段、定点共读的形式,引导读者暂离日常干扰,回归深度阅读状态,有效激发了基层阅读热情,对推动全民阅读向纵深发展、夯实公共文化服务阵地具有积极意义。

孝子祠社区:书香满怀 文化惠民

全媒体记者 李爽爽

本报讯 4月22日,稠城街道孝子祠社区依托新时代文明实践站,举办“春来肆‘阅’”,万物复‘书’”阅读活动,以书为媒、以花为伴,传承社区孝文化底蕴,营造爱读书、读好书、善读书的浓厚邻里氛围。

活动现场温馨雅致,书香与春意交融。社区精心准备了文学经典、生活常识、孝亲故事等各类书籍,供居民自由品读。大家围坐共读、静心阅读,在油墨芬芳中徜徉书海,在轻松交流中分享感悟,尽显“人文孝子

祠,幸福大家庭”的美好风貌。

读书分享环节温情流淌,多位居民主动登台,结合自身阅读经历畅谈心得、分享感悟。质朴的语言、真挚的情感,传递着阅读赋予的成长与力量,引发全场共鸣,更在思想碰撞中拉近了邻里距离。

备受期待的“旧书换花卉”互动环节,居民们纷纷拿出家中闲置书籍,兑换清新绿植与鲜花,让旧书循环利用、知识永续传递。

据悉,此次活动收集的闲置书籍将统一整理,充实到社区读书角,方便居民阅读。

佛堂老街社区:茶香氤氲 雅韵流芳

全媒体记者 谭祉潇 文/图

本报讯 温杯、投茶、润泡、出汤……近日,佛堂镇老街社区党群服务中心内,缕缕茶香自盖碗间袅袅升腾,“青蓝夜校”茶艺培训开课。

当晚,国家一级茶艺技师、国家职业技能鉴定高级考评员徐水叶端坐茶席前,手持一只青花盖碗,将生活茶艺的盖碗冲泡法演绎得行云流水。台下30余名学员屏息凝神,跟随她的动作,轻揭碗盖,细嗅茶香,再缓缓倾注,品吸一口——茶汤入口,回甘悠长。

徐水叶将传承的技艺与义乌这座城市的开放包容相结合,让学员们体会“一杯茶既连接着闽南深山云雾,也映照

义乌江畔的万家灯火”。

此次培训共有四次课程。第一课聚焦生活茶艺盖碗冲泡法与茶文化历史;第二课品鉴绿茶与乌龙茶;第三课品鉴白茶与黑茶;第四课品鉴白茶与黄茶。学员们将在四周内遍尝六大茶类,从色、香、味、形中感受中国茶文化的博大精深。

“这次茶艺培训,是佛堂镇社区学院继插花培训后,又一次将优质文化资源精准送入百姓‘15分钟高品质生活圈’的生动实践。”佛堂镇社区学院相关负责人表示,此次茶艺培训也是“青蓝夜校”品牌从乡村向古镇街区的延伸,让老街居民在清风商埠的日常烟火中,品味雅致生活的芬芳。



学员们专注练习盖碗冲泡法。