

当老人开始和AI玩起来

□见习记者 任寅

如今,“老友圈”里玩AI的老人越来越多,玩法也花式多样。有的用AI做相册,有的写回忆录,还有的老人甚至用AI进行艺术创作并取得了一定成绩……专家表示,老年人适当玩AI有助于丰富生活,扩展社交圈子,但同时也要适度和避免上当受骗。

爱上AI写真,唤醒青春记忆

记者发现,很多老人都非常喜欢AI写真的功能。王丽萍82岁,春节期间,女儿回家给她带来了一份特殊的“礼物”——教她使用AI生成写真。在女儿简单操作示范后,王丽萍的眼中闪烁起了光芒:“AI写真逼真生动。我年轻时可爱美了,那时候拍张照片

都难,更别说拍写真了。现在年纪大了,就算去影楼,也拍不出年轻时的模样了”。

自从接触AI写真后,王丽萍仿佛找到了通往过去的时光隧道。短短两周,她就为自己生成了600多张风格各异的图片。这些写真中,有复古韵味十足的旗袍照,也有如梦如幻的仙境照,王丽萍置身云雾之间,宛如仙子下凡,“看着这些照片,感觉自己又回到了年轻的时候”!

AI相伴,慰藉孤独心灵

吴应然的老伴早年离世,子女都在外地工作,以往他只能靠电脑下棋来打发寂寞时光。孩子给他的电脑安装了具有AI智能聊天功能的设备后,吴应然的生活有了很大转变。

一次,吴应然感冒身体不适,心情低落,对着AI设备倾诉:“我浑身没劲儿,饭也不想吃,身边连个照顾的人都没有……”AI设备立刻用温柔的声音回应:“您别太担心,先多喝点热水,好好休息。要是症状一直不缓解,我帮您联系医院或者子女,我还有几个治感冒的小妙招……”简单几句话,让吴应然心里暖乎乎的。“和AI聊天,想聊多久它就能陪我聊多久,不管聊什么,它都能引导我深入地聊下去。有时候聊着聊着,经它引导,一些快记不起的往事又能想起来了,还能锻炼我动脑。而且不管遇到啥问题,它都能安慰我,帮我想办法。”吴应然感慨道。

河北张家口市委党校科学社会主义教研室讲师朱颖

祺表示,AI可以在很多方面帮助到老人,如医疗辅助、健康管理、社交娱乐等,家人可以帮助下载,大多数老人很快就会学会使用方法。

谨防AI成为新型电诈工具

AI正在为养老带来新模式,但是使用时也会有风险。哈尔滨孟繁旭律师事务高级合伙人律师孟广远认为,相信不久会有更多的老年人使用AI,但AI也会成为新型电诈工具,老人需谨防被一些不法分子利用。

孟广远律师提醒,老年人在使用AI技术时,应保持警惕,尤其是在涉及金钱交易或个人隐私的情况下。家人也应多关注老人的网络使用情况,及时提供帮助和指导,防止老人落入骗局。

保持锻炼有助减少痴呆症风险

美国约翰斯·霍普金斯大学的一项新研究发现,每周进行约35分钟的中等强度到高强度锻炼,就能让老年人的罹患痴呆症风险降低41%。

分析显示,日常锻炼的时间越长,痴呆症风险的降低幅度越大。与完全不锻炼相比,每周锻炼35分钟到70分钟可使痴呆症风险降低60%,70分钟到140分钟降低63%,140分钟以上降低69%。

新华社

“哪吒热”引全民共创

近日,随着《哪吒之魔童闹海》电影热映,全国多地的艺术爱好者发挥奇思妙想,根据动画电影创作多种形式的作品。图为市民在长沙市岳麓区岳麓街道五星村观看哪吒主题墙绘。

新华社

SHIDIAN
视点



药品追溯码归集超200亿条 买药更安心

国家医保局消息,全国医保系统积极推进药品追溯码监管应用,截至22日,国家医保信息平台累计归集追溯码219.36亿条,覆盖全国31个省(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团。

据悉,药品追溯码已接入88.9万家定点医药机构,占定点医药机构总数的95.6%,其中定点医疗机构接入占比92.82%,定点零售药店接入占比98.18%。

药品追溯码是药品的唯

一“电子身份证”。一盒药品的追溯码,只应有一次被扫码销售的记录,若重复出现多次,就存在假药、回流药或药品被串换销售的可能。

新华社

去年农村居民人均可支配收入达23119元

国务院新闻办公室于24日召开新闻发布会,介绍解读今年的中央一号文件《中共中央、国务院关于进一步深化农村改革、扎实推进乡村全面振兴的意见》。

中央农办主任韩文秀表

示,过去一年,粮食和重要农产品稳产增产,全年粮食产量再创新高,历史性突破1.4万亿斤,大豆产量保持在2000万吨以上,各类农产品供给充裕。去年农村居民人均可支配收入达到23119

元,同比实际增长6.3%,城乡居民收入之比进一步缩小到2.34:1。脱贫攻坚成果持续巩固拓展,脱贫县农民人均可支配收入增幅高于全国平均水平。

钟国

标题新闻

时政

★习近平同俄罗斯总统普京通电话

★公安部承办的2024年全国两会建议提案全部按时办结

★中央农办:加强对农村适婚群体公益性婚恋服务

法治

★航空工业集团原党组书记、董事长谭瑞松严重违纪违法被开除党籍

★中国联通原党组成员、副总经理曹兴信严重违纪违法被开除党籍和公职

★四川省政协原党组成员、副主席杨克宁受贿、非法持有枪支、弹药案一审宣判

社会

★广西推动国有景区“一票3日使用制”

★2025年六五环境日主题为“美丽中国我先行”

朝鲜谴责11国召开对朝制裁会议

据朝中社24日报道,朝鲜外务省对外政策室长23日发表谈话,谴责11国成立的“多边制裁监测组”近日举行首次会议,称此举“有可能招致他们难以承受、适得其反的严重后果”。

谈话说,该组织表示将加大联合国对朝制裁决议履行力度来应对朝鲜核导“威胁”,但该组织本身不合法,是某些为了破坏国际和平安全的国家拉帮结派炮制的。

“多边制裁监测组”运营委员会首次会议当地时间19日在美国首都华盛顿举行,澳大利亚、加拿大、法国、德国、意大利、日本、荷兰、新西兰、韩国、英国、美国等11国代表与会。

新华社

今日微推荐
扫码更精彩



老年日报
微信

春日吃好姜
整年都受益



龙健康

水果
什么时候吃最好

老年日报 维权热线
13796087938
13936697319