

游学养 为老年人定制专属精神土壤

□见习记者 孙玮悦
本报记者 菅月

72岁的退休教师陈淑芳站在浙江绍兴鲁迅故里的黛瓦粉墙前，在笔记本上郑重写下“乌篷船划过的不只是河水，更是岁月沉淀的文学肌理”。她这场跨越千里的实景写作课，正是当代中国老年人重构晚年精神生活的生动写照。

2023年9月，国家老年大学正式印发《国家老年大学建设工程行动计划》，首次在国家层面提出“助推康养游学一体化发展”品牌战略，这种集教育、旅游与康养于一体的新型养老模式，打破传统“围墙养老”的局限，为银发群体开辟精神成长的新天地。

从身体养护到心灵滋养

在黑龙江省双鸭山市，一场别开生面的“游学养”活动正改写银发群体的晚年生活图景。50余位老年学员在矿坑遗址公园晨练八段锦，随后走进由工业遗址改造的疗愈空间，跟随赫哲族传承人学习鱼皮画制作。黑龙江省双鸭山市老干部服务中心主任刘玉红介绍，这种“红色教育+非遗体验+养生课堂”的移动教学模式通过多维度健康干预体系全面关注老年人身心健康。80岁的王德志感叹：“现在每天晨练都能看到白桦林，下周还要穿知青装拍怀旧照，比在养老院数日子强多了。”

为精神需求定制土壤

云南怒江州老年大学的

银发学员们正在丽江参加“东巴文化游学”活动。古城中，学员们不仅欣赏着丽江的秀美风光，更通过实地体验深入了解东巴文化的精髓。与此同时，在普洱市景迈山古茶园，另一批老年大学学员们正聆听茶艺师讲解普洱茶的历史渊源、品种分类及冲泡技艺，通过亲身体验感受茶文化的深厚底蕴。

此类实践正突破单一健康维度，开始关注老年人的精神需求。南开大学社会学教授陈浩指出，当研学不再是简单的“旅游+上课”，而是非遗传承、自然探索、养生的融合，银发经济便有了精神赋能的温度，这场变革的终极意义在于老龄化社会获得了可持续发展的精神内核。

构建“游学养”发展新生态

尽管“游学养”模式目前还面临课程同质化、区域发展失衡、安全规范缺失和专业人才短缺等现实挑战，但其展现出的社会价值和发展潜力不容忽视。黑龙江省委组织部副部长、老干部局局长于志伟对于“游学养”的落地给出了龙江答案：当前黑龙江省正积极推动“游学养”模式创新，通过整合本地特色资源赋能银发群体、助力银发经济。未来将重点推进资源整合与模式创新，构建“游学养”发展新生态，培育区域性示范项目，同时加强跨区域协作与标准化建设，让老年群体在参与中实现精神富足，为积极应对老龄化提供龙江方案。

标题新闻

经济

★三峡船闸通航22年货运量超22亿吨

★哥伦比亚加入“一带一路”倡议后首个大型基建项目开工

法治

★检察机关依法对十三届全国人大教科文卫委员会副主任委员杜玉波涉嫌受贿案提起公诉

文化

★22万种中外精品图书亮相北京图博会

社会

★公安部会同有关部门整治“黑灰产业链”在全国范围内开展保护鸟类活动

体育

★国务院同意湖南省承办2029年第十六届全国运动会

国际

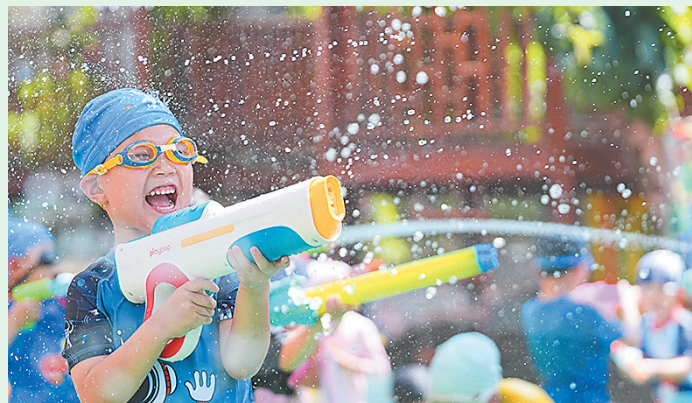
★5月日本对美出口同比大降

多地国补暂停？ 有关部门回应

近期，多地传出以旧换新“国补”暂停或者调整的消息。

对此，国家相关主管部门就“国补”下一步计划回应称，今年国家安排3000亿元超长期特别国债资金支持消费品以旧换新，目前已向地方下达了共计1620亿元资金，剩余资金将有序下达。2025年的消费品以旧换新政策将全年实施，有关部门正指导地方平稳有序使用“国补”资金，推动政策发挥更大效能。

经辛



萌娃戏水

17日，重庆市北碚区缙云幼儿园启动夏日戏水节系列活动。孩子们在戏水游戏中嬉戏游玩，尽享夏日清凉。

秦廷富



“体育+旅游”成文体旅融合新业态

入夏后，到户外欣赏美景的同时享受运动带来的快乐，成为许多游客的选择。随着“苏超”、广东龙舟赛等赛事升温，大众对体验式、参与式旅游的需求增加，“体育+旅游”成为文体

旅融合新业态。

携程数据显示，今年端午假期，龙舟赛事让热门城市订单量激增。其中，广东佛山旅游订单量同比增长167%，湖南汨罗旅游订单量同比增长85%。除了因赛

事而打卡目的地，来一场“短期游”以外，不少户外运动爱好者还会选择到目的地停留十天半个月，一边游玩，一边深度体验和学习体育项目。

岳弘彬

我国磁悬浮技术获新突破

近日，在湖北东湖实验室，科研人员通过悬浮支撑和电磁推进的方式，成功在1000米距离内将1.1吨重试验车加速至650公里/小时。

东湖实验室高速磁悬浮电磁推进技术创新中心

主任李卫超称，可以看到这个曲线大概7秒的位置，就把速度加到了650公里每小时，运行距离是600米，速度这个指标我们是世界范围内最高的。依托强有力的电磁助推和精准的测速定位，不

仅能实现“贴地飞行”，还能在200米内速度减为零。如此可靠的加速与制动控制，让这条高速磁悬浮测试线成为我国开展高速列车等研发和试验的重要支撑平台。

科辛

互联网电视 告别被动扣费

日前，国家广播电视总局实施针对互联网电视自动续费服务的专项规范管理措施，聚焦用户反映较为集中的自动续费扣费前无提醒、取消流程复杂、投诉渠道不畅等问题，通过规范服务规则优化互联网电视消费体验。

根据国家广播电视总局规定，互联网电视集成机构在提供自动续费服务时，必须严格遵循“用户主动选择”原则，禁止通过隐藏条款或强制捆绑其他服务的方式诱导用户开通。严格谨慎使用默认勾选“自动续订”功能，用户在首次订阅含自动续订服务的视听产品时，须通过二次确认的方式明确表达同意意愿，才可以进入支付环节。

朱晓倩

老年日报 维权热线
13796087938
13936697319

扫码更精彩



老年日报
微信

糖类和碳水 真越少越好吗？



龙健康

几款适合夏季喝的汤