

## 无障碍,更安全

## 适老化改造让老年人生活更舒适

弋搏

第七次全国人口普查数据显示,中国60岁及以上的老年人口数量已经达到2.64亿,中国正逐渐步入老龄化社会。适老化改造与人民群众的生活息息相关,目前,全国各地开展的适老化改造在居家设施、公共建筑、信息环境建设等方面优先考虑老年人的身体机能及行动特点,在互联网应用适老化及无障碍改造、居家适老化改造等板块逐渐专业化、精细化,极大地提高了老年人的生活品质,使越来越多老年人得以在无障碍、更舒适的环境中度过晚年。

## ● 互联网应用适老化及无障碍改造

随着人口结构的“变老”和智能手机的普及,近年来老年人使用手机上网的比例急速攀升。一方面,越来越多老年人加入网民大军,享受移动互联网带来的生活便利;另一方面,越来越多公共服务从线下搬到线上,对老年人熟练使用智能手机提出更高要求,反映出移动互联网适老化改造工作的必要性和迫切性。因此,老年人所面临的“数字鸿沟”问题也日益凸显,互联网应用适老化及无障碍改造势在必行。

“信息无障碍是无障碍环境建设的重要组成部分。”今年全国两会上,全国人大代表,浙江移动党委书记、董事长、总经理郑杰认为应进一步加快信息无障碍建设,最大程度地弥合“数字鸿沟”,帮助每一个人平等享受信息技术发展带来的社会进步福利,让更多人享受数字化成果和科技带来的便捷。

目前互联网应用适老化及无障碍改造在全国各地正有序推进,不少网站和客户端通过优化界面、加大字体、简化程序等方式更加贴合老年人的使用需求。首批适老化及无障碍改造名单中的网站、互联网应用已全面启动改造:中国铁路12306爱心版采用滑块验证、短信验证两种形式,使用大字体、大图标、高对比度的文字图标;中国工商银行手机银行推出幸福生活版,子女可以通过亲情账户协助父母

进行手机银行注册、代缴充值、查询转账等操作功能,并设置一键求助功能,方便老年客户在使用过程中随时向子女咨询;百度地图关怀版的界面更加简洁,不含任何广告,超大图区、字号、按钮设计避免老年人误点,推出地图显示大小调节功能,使地图信息更清晰易懂,考虑到有些老年人口音重、口语化的语言习惯,进行了语音操作识别优化……

在政策鼓励下,不少互联网企业还率先吃起了“螃蟹”,一批适老化互联网应用相继落地,加速改造进程。例如,京东联和中兴推出新款老年手机“时光机”,除了在显示、铃声等方面采取对老年人更为友好的设定,还围绕“亲情小时光”“上手低门槛”“寻医不求人”三大功能构建老年人智能手机应用场景,实现对生活、医疗、出行等多领域的覆盖;滴滴出行、高德地图均推出老年人“一键叫车”功能,叫车热线为老年人提供优先派单服务,甚至让老年人无论身在何处,都不用手动输入起点和终点;携程旗下数千家门店联合推出的“8大贴心服务”,免费指导老年人掌握智能手机使用技巧,学会在线观看旅游直播等,甚至帮助“薅羊毛”,指导老年人使用优惠券网络购物、缴纳水电气费、设置健康出行码等。

## ● 居家适老化改造

老有所养,必先老有所居。2020年7月,民政部、财政部、全国老龄办等9部委联合印发《关于加快实施老

年人居家适老化改造工程的指导意见》,针对老人居家养老中容易遇到的摔倒、生活不便等问题,居家适老化改造应运而生。近日,民政部、财政部等四部门联合印发《关于推进“十四五”特殊困难老年人家庭适老化改造工作的通知》,明确要求各地推进特殊困难老年人家庭适老化改造工作,切实提升居家养老的安全性、便利性。

居家适老化改造主要指根据老年人的生理特点及生活习惯,以顺应老年人期盼、增强居家生活的安全性和便利性为目标,通过施工改造、设施配备、老年用品配置等方式,对其住宅进行适当改造,比如地面硬化、厨卫改造、辅具适配、智能化助老服务建设等,有效消除老年人居家生活的安全风险隐患。

居家适老化改造是一项综合的居家养老服务。近年来,从老龄事业发展“十二五”“十三五”规划,到老年人家庭及居住区无障碍改造和老年宜居环境建设等具体政策,再到今年的政府工作报告,国家层面的居家适老化改造步伐逐渐明晰。在政策的引导和支持下,多地将居家适老化改造列入民生实事项目,陆续出台细化方案,制订规划加速推进,居家适老化改造从“试点探索期”步入“广泛实践期”。

福建省建瓯市以“室内行走便利、如厕洗澡安全、厨房操作方便、居家环境改善、智能安全监护、辅助器具适配”为主要目标,对分散居住的高龄、失能、残疾等老年人家庭实施适老化改造。2020年至2021年,建瓯市投入

资金近30万元,为290户困难老年人家庭完成了适老化改造;2022年,建瓯市计划再为150户困难老年人家庭完成适老化改造,进一步完善养老服务体系,不断满足老年人日益增长的多层次、多样化、品质化养老服务需求。

河南省开封市鼓楼区近日对辖区内申请适老化改造的家庭进行了入户评估工作,通过对辖区内老年人家庭生活环境和设施进行最急需的适老化改造工作,进一步改善老年人居家生活环境,缓解困难家庭老年人因生理机能退化导致的生活不适应,提升老年人的幸福感、获得感、安全感,让老人住得更方便、更安全、更舒心。

海南省琼海市在13个镇(区)重点排查了解低保、特困和低收入家庭的老年人所需并进行帮扶改造,截至目前,该市已为328户特殊困难老年人家庭实施老年人居家适老化改造,购买了拐杖、坐便椅、助听器、护理床等物资近1000件(套),改善老年人生活环境,提升老年人生活品质。

河北省石家庄市近日印发《2022年度养老服务提质增能工程实施方案》,将在全市分散供养特困人员、低保户和建档立卡脱贫人口中的高龄(年满80周岁)、失能、残疾老年人家庭中遴选3964户,采用政府补贴的方式,围绕地面、卧室、如厕洗浴设备和老年用品配置4个方面,进行防滑处理、高差处理、安装床边护栏或抓杆、配置沐浴椅和防走失装置等7个基础项目改造。改造计划在今年9月底前高质量完成。

## 大观园

【第430期】

## 纪录片《中国》第二季同名图书出版

数千年来,中华文明源远流长,从未断流。隐藏于历史深处的力量之源是什么?近日,国史普及读物《中国:从天宝惊变到辛亥革命》由上海人民出版社、学林出版社出版。这是正在热播的纪录片《中国》第二季同名图书,与第一季图书《中国:从春秋到盛唐》串联起自春秋到近代的文明源流,完整呈现中华历史发展脉络。

全书从唐代天宝年间讲起,到五代乱局与元明清的大一统,直至近代辛亥革命为止,选取历朝历代的经典人物,描摹出恢弘大气的历史画卷。书中注重表现个人在历史中的命运起伏,比如杜甫也经历过漫长的“待业期”、关汉卿就是古代

“斜杠青年”……以具体人物的经历和故事,让历史“人格化”。“要完成这样一部纪录片,创作者无论做多少努力,都是应该的,也是不够的,但这是一次义无反顾的出发。”在《中国》前言中,纪录片总制片人、总导演李东坤写道。用影像著史,首先面对的难题就是大结构,叙事必须先“舍”后“取”,“历史是复杂的,我们要做的是让它简明;历史是深刻的,我们要做的是让它普及。”联合总导演周艳期待:“让我们怀揣着温情与敬意,翻开《中国》,相信读完以后,你将认识自己,更理解中国;了解历史,更热爱中国。”

《文汇报》许昕

## 敦煌悬泉置遗址保护利用项目基础设施工程开工建设

甘肃敦煌市悬泉置遗址保护利用项目基础设施工程3月10日开工建设。位于大漠戈壁“深闺”中的悬泉置遗址,是公元前2世纪至公元3世纪汉代设立在丝绸之路接通中原与西域诸国的众多驿置之一,因出土汉简墨书“悬泉置”而为人们所知。2014年晋升世界文化遗产以来名声渐噪,吸引了络绎不绝的游人一探究竟。

作为汉代设于甘肃河西地区交通线上的一座规模较大的驿置,悬泉置的主要功能是传递各种邮件和信息,迎送往使者、官吏、公务人员和外国宾客。该遗址考古发掘出土文物包括简牍文书、帛书、纸质文书、丝织品、农作物、家畜骨骼等7万余件,特别是相当一部分有明确纪年的3万多枚简牍,是丝绸之路长

离交通保障的重要见证,2014年作为“丝绸之路:长安—天山廊道的路网”遗产点之一,被联合国教科文组织列入世界文化遗产名录。

此次开工建设的敦煌市悬泉置遗址保护利用项目基础设施工程总投资847万元,建设内容主要包括内部展示道路5公里和停车区、公共卫生间、观景平台等沿线配套设施,计划于今年10月完工。

据了解,下一步,敦煌市还将开建悬泉置遗址保护开发项目展示中心工程和悬泉置遗址景区文旅融合综合体项目等,以期全方位提升游客的参观体验,解决游客在实地参观悬泉置遗址时因“看点不足”而造成的观赏性、体验感与心理期待值有差距等问题。

(中新网 冯志军 徐雪)

## 盲文元素凸显人文关怀 橄榄枝体现“爱与和平” 《北京2022年冬残奥会闭幕式》手册亮点纷呈

3月13日,北京2022年冬残奥会精彩落幕。在闭幕式上,现场观众和嘉宾都收到了一本精致美观的《北京2022年冬残奥会闭幕式》手册。一本本手册以冰雪蓝与胭脂粉为主要色彩关系,整体呈现出时尚而明媚的视觉美感,流程序号在设计时也特意运用了盲文元素,在引领观众了解整个闭幕式的内容与流程的同时,更通过视觉艺术表达了我国的大国风范。

手册设计团队负责人、北京印刷学院设计艺术学院出版物设计研究中心主任夏小奇教授介绍,《北京2022年冬残奥会闭幕式》手册设计理念与意象表达,注重与北京冬奥、冬残奥整体设计理念和风格的融会贯通,并在“冬日暖阳”的核心主题与创意体系中不断开拓崭新的精神意韵。“我们在充分了解冬残奥闭幕式的创意介绍后,尝试以富有记忆点的核心视觉与符号意象、温暖明亮的整体色彩意象来展现和表达冬残奥精神,深化‘勇气、决心、激励、平等’的残奥价值观。与此同时,通过现代而简约的视觉创意语言来展现北京‘双奥之城’城市风采与中国奋发向上的民族文化精神。”夏小奇说。

在手册色彩系统的整体把握上,闭幕式手册以冰雪蓝与胭脂粉为主要色彩关系,在象征冰雪运动的冰雪

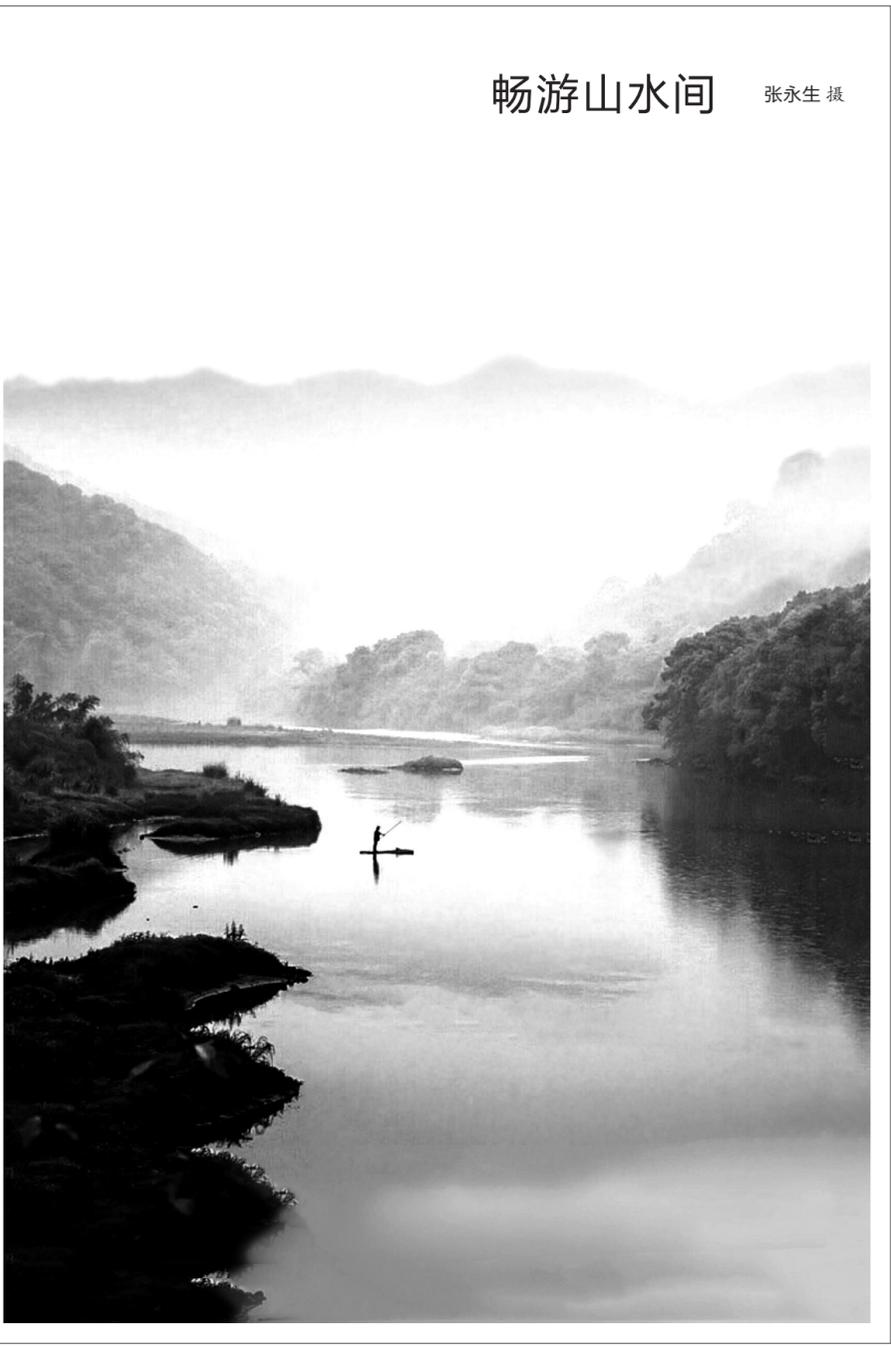
蓝的主色调下,融入了象征温柔、希望、包容与乐观的胭脂粉,整体呈现出时尚而明媚的视觉美感。除此之外,还以云水蓝、丹紫红、宝石蓝、柠檬黄等明亮色彩作为页面辅助色彩体系。整体视觉设计既是残奥价值观的意象性表达,焕发了永动不息的生命活力,也象征了人们对更美好生活、更包容世界的不懈追求。

在提取手册设计的视觉元素时,将冬奥元素与冬残奥元素巧妙链接并转化为具体的设计创意构思,意在传达奥运之美与奥运之爱的同时,强调“和而不同,美美与共”的生命之美与奋发向上的精神境界。如闭幕式流程序号在设计时特意运用盲文作为灵感元素,将代表相应数字的盲文与冰雪消融感的数字进行结合呈现。除此之外,页面设计中自然地融入“‘We The 15%’标识(‘我们这百分之十五’,即残疾人占世界总人口比例的15%),以期充分体现残健融合之意。在“爱的感召”页面,设计团队通过对橄榄枝的艺术化处理来体现“爱与和平”的深刻意蕴。“橄榄枝的枝蔓顽强地向前伸展,寓意着运动员们奋勇拼搏、自强不息的精神和对‘勇气、决心、激励、平等’残奥价值观的诠释。”夏小奇介绍。

《中国青年报》武文娟

## 畅游山水间

张永生 摄



## 睁眼锅盔

周荣光

家住陕西咸阳,周末在城市周边休闲游玩,最常吃的就是农家乐,那里的餐桌上总少不了锅盔这道美食。

锅盔是咸阳人家常饭的主食之一,是一种用烙的方法做出来的饼子。这类饼子,在北京被叫作火烧,在新疆被称为馕,不过,咸阳人餐桌上的锅盔绝对有着自己独特的定义,譬如一般要用硬面,多淡味型,中间不空,非馅饼;还有制作时锅内不着油,并且只烙,绝不用煎、炸、蒸等方法。锅盔可以有多种样式和口味,有油锅盔、咸锅盔、油旋锅盔、绿菜锅盔、调和锅盔等,但最纯正的锅盔,是淡淡的味道,或者就是原味,什么调料也不放,吃起来是一种浓郁的麦面香味。

咸阳人读烙锅盔的“烙”字,不读“lao”音读“luo”音,谓之烙(luo)锅盔。烙锅盔首先要和面。面是发面,用酵面先饧,然后施碱。但面要和得很硬,甚至硬到手揉不动的程度,只能用尽全身力量来压揉,然后擀成圆形的面饼放入锅中,用火慢慢烙熟。烙锅盔时,锅灶里的火必须是“软火”,即麦草烧的文火。麦草要一把一把地添,四周都要烧到,火力要均匀,不能过旺,也不能太蔫,避免锅里的锅盔烧焦或没有火色。经过这样的工序,烙成的锅盔外脆里酥,放上十天半个月也不会变味。农村的铁锅很大,直径一般都在二尺以上,所以烙出的锅盔又大又厚,形如锅盖,陕西八大怪中的“锅盔大得赛锅盖”大约由此而来。因为太厚,吃起来须用点力气,因此人们又称之为“睁眼锅盔”,形容吃锅盔时得用力到睁大眼睛的程度。

睁眼锅盔耐保存,吃的时候用刀切下一角即可食用,还可以与多种食品搭配着吃。譬如吃凉皮时,多以锅盔伴之;还有和玉米糝子稀饭一起吃的,就点几酸辣菜,味道极好。也许因为吃惯了,吃上了瘾,有的人无论吃什么饭都要嚼几口锅盔才算饱,说这才“实在”。

睁眼锅盔过去是咸阳人的日常面食,现在又成了农家乐里人们喜食的传统小吃,有的地方还把它开发成风味方便食品,装进礼盒,让来旅游的人们品尝之后,再带回自己的家乡馈赠亲友。以后,睁眼锅盔不仅要走南闯北,还有可能漂洋过海,挑起传播古都咸阳饮食文化的重担呢!

## 食坊闲话