

学会手机摄影 让『夕阳』更绚烂

■李彦彦

“拍视频的时候手一定要稳，要慢慢移动……”3月30日，咱爸咱妈文化课堂手机摄影班的刘炜老师正在指导学生操作智能手机摄影的基本技巧。刘炜老师讲得细致，学员们听得认真。

课间，学员们意犹未尽，围着刘老师交流讨论，希望能多掌握点手机摄影的技巧。咱爸咱妈文化课堂负责人李灿介绍，现在的老人对学习用手机拍照片和视频的意愿越来越强烈，许多老人反映生活中需要记录的影像越来越多，尤其是出去旅游的时候想拍点美美的照片。虽然儿女们给老人换了新的智能手机，功能也越来越强，但拍摄技术一直没有提高，拍出的照片不好看。在场的学员也纷纷表示，希望通过在咱爸咱妈文化课堂手机摄影班的学习，能够拍摄好身边的人和事。“学会了手机摄影，以后和姐妹们出去旅游也能多拍一些好照片。”学员黄洁对手机摄影的领悟能力很强，课堂表现很活跃，几节课下来就学到了很多实用的摄影小技巧。

随着科学技术的发展，中老年人对文化精神生活的追求更加强烈，手机摄影已成为人们工作和生活不可或缺的一部分。为帮助老年朋友掌握相应拍摄技能，应众多老年同志的要求，咱爸咱妈文化课堂每周四上午都会开设老年手机摄影课程。主要教程有手机摄影摄像基础知识，讲授对焦、测光、用光、构图，讲授风光摄影、人像摄影、花卉摄影知识，讲授手机摄影的推、拉、摇、移、转等方法。



手机摄影班学员周志华作品《江心屿》。



手机摄影班学员张军作品《海边掠影》。



手机摄影班学员梁家伟作品《美丽的九寨沟》。

手机摄影班学员张军作品《椰树与大海》。

衡东县老年大学： 给晚霞添彩 让夕阳更红

最近，在衡东县老年大学2023年春季开学典礼上，衡东县委常委、常务副县长颜亚华代表县委、县政府为老年大学送上2023年老年教育经费并讲话。县委常委、县委办主任李建华将“衡阳市老年教育学习体验基地”牌匾颁发到学校负责人手中。

颜亚华表示，老年同志是革命事业的宝贵财富，必须关心关爱。各位老领导、老同志曾经为衡东经济社会发展倾心倾力，挥洒了青春和热血，贡献了智慧和力量。如今退而不休，大家仍然活跃在推动衡东县经济高质量发展火热实践中，他们的坚定信念和崇高品质值得全县人民学习与传承。老年大学是文化传承的特殊学校，必须办好办实。在办学中，要突出政治立校、质量兴校、机制活校，结合老同志的兴趣爱好和实际需求，不断创新招生机制、教学机制、服务管理机制，推进教学质量和服务水平迈上新台阶。老年活动是推动发展的重要载体，必须支持支援。近年来，大家在开展文艺汇演、送戏下乡、慰问演出、志愿服务等活动中唱响了主旋律、弘扬了正能量、传播了好声音、展现了好形象。衷心期盼广大老领导、老同志要一如既往地发挥政治优势，把优良传统、高尚品格、宝贵经验和积极精神传承给年轻干部；要一如既往地发挥经验优势，积极建言献策，继续关心支持全县各项工作；要一如既往地发挥威望优势，当好维护团结的表率、参政议政的表率。同时，县委、县政府也将一如既往地支持支援老年活动，让活动办得精彩、办得出彩。

会前，大家还观看了《桑榆感党恩、沐水霞满天》衡东县老年大学33年回眸短视频。

让雷锋精神在新时代 绽放银发光芒

近日，贵州省各地老年大学紧紧围绕弘扬雷锋精神，大力践行“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神，积极开展志愿服务活动。

六盘水市水城区老年大学将学习雷锋精神与春耕相结合，组织水城区老年教育师资队伍农业技术志愿者走进田间地头，从农技推广、动植物疫病防治、农产品质量等方面无偿向老年学员、群众普及相关农业知识。在开展农业技术志愿服务的同时，该校教师学员们积极筹集物资到乡镇小学开展慰问活动，本次活动为该小学提供新桌椅共计500余套。

铜仁市思南县老年大学组织志愿服务队到思南县康乐康养中心开展“银龄学雷锋，互助乐夕阳”志愿服务活动。志愿者们为养老院的老人们送上了一场温情的文艺汇演。文艺活动结束后，志愿者们有的为老人们梳头、剪指甲，有的陪老人们聊天谈心……今年以来，该校银龄志愿服务队开展送文艺节目进社区、景区、养老院3场次，助力文明城市创建、保护生态环境等宣传劝导5次，充分发挥老有所为，用实际行动争做新时代“银龄雷锋”。

龙里县老年大学按照贵州老年大学向全省广大老年学员发出“让雷锋精神在新时代绽放银发光芒”的倡议要求，积极动员干部职工及老年学员参与学习雷锋活动月主题活动，切实把弘扬雷锋精神转化为具体行动代代传承下去。黔南州龙里县老年大学普通话班朗诵《永恒的雷锋》的活动现场，老年学员们个个精神抖擞，意气风发。

据新华网