

我市各老年大学本学期停课

所有课程、招生工作延至下学期完成

这两天,宁波老年大学和我市各区、县(市)所有老年大学均发布消息:受新冠肺炎疫情影响及防控常态化的工作要求,为确保广大学员的健康安全,各学校决定本学期不再开学,开学时间顺延至下学期(秋季学期),具体复课(开学)时间另行通知。

秋季开学后,学校将对原定的教学计划、课程安排、招生工作进行适当调整,具体安排如下:学校所有班级本学期的课程、活动等均延至下学期完成;原定本学期进行的新学年招生工作,也改在下学期进行。

据宁波老年大学工作人员表示,这次推迟开学的决定是考虑到学生的健康与安全。至于下学期的开学时间会另作决定,将根据相关教育部门和卫生防疫部门的要求做好开学准备。

镇海老年大学工作人员也表示,老年人这个群体比较特殊,学员年龄

比较大,有的还有慢性病,因此开学必须很谨慎,届时会视疫情发展情况提前发布开学通知。

据了解,新冠肺炎疫情发生以来,各地老年大学在宣传疫情防控知识,积极引导学员参与线上平台学习,精准满足老年朋友学习需求,丰富居家生活。

就读于宁波老年大学书画艺术系的王女士得知该消息后表示,理解学校的决定,她们的同学也对此决定表示赞同,“不着急,防控疫情要紧,学校的决定也是对我们身体健康负责。”最近,她们班级微信群里的学员经常把书画作品发到群里,请老师指教,通过网络交流心得。“疫情发生以来这段时间,我在家整理之前学习的笔记,拿出来重新回顾了一下,温故知新,也对自己学习的方法进行归纳,设立了新的目标。”王女士说,这个超长假期,她还教会了母亲使用智能手机。

●相关新闻

在家学起来,这些优质网课别错过

虽然不能到学校课堂学习知识,但老年朋友们可以通过线上学习,打破时空限制,满足自己求知的渴望。

宁波老年大学、海曙老年大学、鄞州老年大学线上资源

宁波老年大学、海曙老年大学、鄞州老年大学借助中国老年大学协会资源平台,开通网上学习平台。您如果想参加线上学习,只需打开“宁波老年大学”微信公众号,点击“学员天地”,再点击“网上大学”即可。

您也可关注“海曙老年大学”微信公众号,点击右上角“校园文化”,再点击进入“云课堂”;或者关注“鄞州老年大学”微信公众号,点击“校园

动态”,再点击“网上学堂”,都可以进入学习界面。注册可选择“微信授权”或“短信验证”注册。

该平台课程分类明确,支持在线查找课程,可通过语音查找、文字搜索等方式查找喜欢的课程进行学习。大家可以在线享受10万多个免费的课程资源,涵盖了养生保健、音乐舞蹈、书法绘画、摄影艺术等多门课程,能全方位满足老年学员的学习需求。

奉化老年大学线上资源

奉化老年大学的微信公众号专门推出了“在线课堂”栏目供学员居家学习,只要关注公众号后点“在线课堂”,然后点击“网上课堂”,里面

有来自奉化老年大学的老师和工作人员录制的录播课程。课程内容包括书法课、陈氏太极拳、烹调课、舞蹈课、纸艺课等。

宁波终身学习公共服务平台

除了各学校的微信公众号,您还可以打开宁波终身学习公共服务平台网站(<http://www.nblll.cn/onlineclass>)。据了解,宁波终身学习公共服务平台本身就有相当丰富

的学习资源,涵盖地方课程、道德法治、宁波特色、人文历史自然科学、医疗保健、体育健身、生活技艺、安全常识、家庭教育、青少年教育、老年教育等内容。

“甬上”APP

如果您对学习智能手机操作感兴趣,可下载“甬上”APP,打开“专题”里的“迎接5G时代,玩转智能手机”专题内容。专题用图文结合的形式一一讲解智能手机操作,主要

介绍智能手机上应用最广的微信基本操作,从看、听、搜、行、医等方面介绍一些实用功能。内容浅显易懂,跟着视频很快就能学会。

记者 徐丽文



宁波博视眼科医院
NingBo Bosa Eye Hospital

或早或晚都可能发生 这种眼病是生命一道坎

宁波博视眼科医院院长、白内障专家俞存提醒,除了近视还有一种眼病,不仅常见,危害更甚。一般来说到了一定年纪,每个人都有可能患上这种眼病,患病只是早晚问题,并且,患上后随着病情加重,视功能将逐渐丧失,直至失明。它就是白内障。

人人都可能得的眼病

白内障,指各种原因引起的晶状体变性混浊。混浊的晶状体让眼睛仿佛蒙上了一层不透明的白布,光线难以透过混浊的晶状体投射到视网膜上,视物变得模糊,如果不加治疗,眼睛将进入失明的状态。

而白内障中较常见的是年龄相关性白内障:随着年龄增大,新陈代谢减缓,晶状体进而变性混浊。因此,白内障多发于年纪比较大的人群,并且随着年龄增加,患病率不断提升。

“虽说白内障在老年人中更常见,年轻人也不可掉以轻心。”俞存说,白内障也可能合并其他眼部疾病发生。如今用眼习惯的改变、用眼负荷的加大,使得白内障这样的老年眼病也呈现“年轻化”的趋势。

如何判断是否有白内障?

白内障患病时会呈现一些典型症状。

首先是视物模糊和视力下降;其次,由于晶状体混浊光线难以透过,看东西会觉得偏黄偏暗;最后,也可能会出现怕光、复视(看一个物体出现两个物象)。

当然具体的白内障诊断仍需要专业的眼科医生进行系统检查,如果出现了疑似症状建议及时就诊,以免耽误治疗。

白内障如何治疗?

在门诊中,俞存听到患者这样提问,眼药水能治疗白内障吗?白内障是透明的晶体变混浊,而目前尚无药物手段能将混浊的白内障重新变得透明。

因此手术是目前有效的治疗方式,通过超声乳化或飞秒激光等方式将已混浊的晶体击碎并吸出,再植入透明的人工晶状体。透明的晶状体不再阻挡光线的进入,也就完成了白内障的治疗。整个过程较为轻松,术后留院观察一天拆掉纱布后即可出院。

门诊时间	
俞存 主任医师	周一、周四上午
朱玉英 副主任医师	周二、三、四、六全天
周峰 主治医师	周五全天
毛春亮 主治医师	周一全天

地址:海曙区环城西路北段337号(海曙区人武部旁)

公交线路:5路、14路、23路、305路 海曙区人武部站(博视眼科医院站)

记者 陆麒雯 通讯员 高强

宁波晚报·博组客居家养老服务站 重新开始“接单”

宁波晚报·博组客白云庄社区居家养老服务站可以重新“接单”了,近日,我市民政部门通知各居家养老服务机构在做好疫情防控的基础上,可提供为老服务项目。宁波晚报·博组客白云庄社区居家养老服务站工作人员严格按照要求,每天消毒、测体温、戴口罩……只为给老人提供更放心的服务。

优惠服务范围和价格:

目前,优惠活动价为40元/小时,服务范围为中信白云社区周边,如果路途比较远,可进行协商。

地点:海曙区蓝天路108弄25号

联系方式:15372642836(居家护理专线)

记者 徐丽文