

每天学英语练速算

百岁学霸用 AI 挑战“最强大脑”



扫码看视频



人物名片

乌何何,101岁,浙江宁波人
长寿秘籍身体要运动,
大脑也要“健身”。

本报讯(记者 乐美真)这几日,宁波的一位百岁老人成了网友们争相点赞的“顶流”。当许多人还在为生活中的新变化感到无所适从时,住在宁波市南山老年疗养院的乌何何老人已经默默给自己排满了“每日课程”——练速算、写钢笔字、背英语单词,甚至还摸索着用起了时下最火的人工智能(AI)。

3月20日5时,101岁

的乌何何已端坐在桌前,只见她一笔一画地抄写着词句,一旁,另一本厚厚的笔记本上面,密密麻麻写满了英文单词,每个单词旁边都细心地标注着用铅笔写的中文释义和自创的“音标”。

乌奶奶的一天,通常是从练习毛笔字开始的。写到户外走一走,便去吃早饭,随后再到疗养院内的图书馆,开启一上午的“沉浸式学习”——写钢笔字、学英语、练速算。她还将报纸上刊登的一些简单的英语单词和对话,拿剪刀把那些小方块剪下来,贴在旧本子上。

后来,有位朋友送了她一本《英语900句》,这本书成了她的“宝贝”。从最简单的“Hello”开始,她每天清晨都要翻开读上几页,跟着书上的音标揣摩发音,遇到不懂的就用铅笔在旁边做个记

号,等孩子们回来时请教。这一学,就坚持了七八年。

虽已期颐之年,乌奶奶却眼不花、手不抖,讲话中气十足。“除了要动,要学习,还要接受新事物,保持好奇心。”在乌奶奶看来,学习不是为了考试,而是一种让生活更有奔头的方式。因此,她能熟练地操作智能手机,遇到不会读的英语单词就用手机软件查;她会网购一批编制材料,手工编制了100条小金鱼,送给自己的100位学生;她还会用豆包(AI助手)进行互动,像发现“新大陆”一样向旁人演示:“你好,请把这张照片生成视频。”

这些年,乌奶奶对新鲜事物的学习劲头,让院内许多年轻工作人员都佩服不已。当问及她的长寿秘诀,乌奶奶笑着说:“要多动脑,学习对身体健康很有益。”

西湖区

怕走失可领防丢手环

本报讯(记者 张鑫 何玲瑶 周夏林)近日,杭州市公安局西湖风景名胜区分局启动春季大巡防,一系列贴近游客需求的暖心举措集中落地。针对旅游旺季人员密集、走失警情多发等问题,景区公安分局升级推出“平安鹭版”防丢手环和定位器,旅游旺季来临后,家长可在景区游客密集处,比如断桥、雷峰塔等地免费领取,将手环戴在孩子或老人手腕上,一旦发生走失,民警可第一时间通过定位器快速锁定位置。

黄岩区

服务群众“零距离”

本报讯(通讯员 陈雨柔 王玲丽)近日,走进黄岩江城社区紫云苑小区,居民童阿姨说起社工驻点服务,脸上满是赞许。为深入落实社工进小区工作部署,深化基层治理效能,江城社区创新服务模式,全面推动社工常态驻点小区办公,让20名社区工作者下沉一线,把服务送到居民家门口,真正实现服务群众“面对面”、服务群众“零距离”。

绍兴市

智慧助老守护银龄幸福

本报讯(通讯员 屠峰风)近日,中国电信绍兴分公司公客中心党支部与绍兴市人民医院退休党支部在“爱心翼站”银色家园开展“智慧助老 银龄守护”党建联建主题活动。活动通过现场演示、一对一指导、实操练习等方式,让老同志轻松掌握智能操作技巧,零距离感受人工智能带来的便捷。活动现场,电信专业技术人员向老同志介绍了适老化智慧助老产品,老同志受邀担任“银发体验官”,现场沉浸式体验。

从大山到讲台

讲师团与山区孩子的科学之约



与小朋友合影。受访者供图

本报讯(通讯员 洪萍)3月19日至22日,杭州市科协、市关工委、市老科协与临安区科协联动,组织一场跨越山海的科学传播之旅,科学家精神讲师团7名成员以12场生动鲜活的科普宣讲,覆盖临安区

学生超1200人次。

讲师团成员辗转于深山中多所中小学,每场宣讲都饱含深情、干货满满。讲师们结合自身科研经历,用通俗易懂的语言、生动有趣的案例,将奋斗故事融入日常,把

家国情怀藏进细节。

“我小时候也和你们一样,在山里奔跑,看着大山,梦想着看看外面的世界。”一位讲师站在讲台上,望着台下的山区孩子,回忆起年少时在乡村求学的艰辛,讲述着靠不懈努力走出大山、投身科研事业的历程,告诉孩子们,大山阻挡不了追梦的脚步。

讲师团团团长张贵书表示,讲师团的讲师们大多从大山走出,对山区有着深厚的感情,看到深山里的孩子,就像看到了当年的自己。此次活动不仅是传播科学知识、弘扬科学家精神,更是一场初心之旅、感恩之旅。