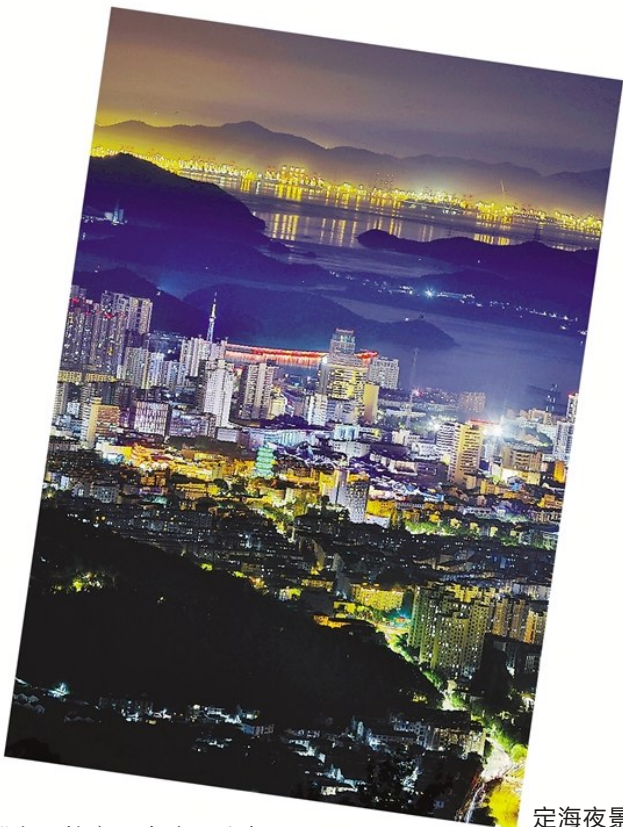


用光影为家乡“立传” 66岁舟山摄影师记录海岛变迁



定海夜景

“今天特意早点吃了晚餐，一会准备去海边看看、拍拍照。”7月24日，记者联系上66岁的潘汉渭时，他正在摆弄自己的相机。早晚出门拍照，是他的“每日功课”，也是他45年来的坚持。

拍摄舟山风光： 用镜头为家乡立传

作为土生土长的舟山人，潘汉渭始终倾注心血于海岛风光的日常记录。45年来，他的镜头始终对准家乡的每一寸海岸线，成为舟山变迁最忠实的见证者。

潘汉渭的拍摄没有“休止符”。他的车里常年备着相机，走到哪儿拍到哪儿，用他的话说：“一般早上和晚上都会去拍摄，每次至少1个小时。”

晨曦中的渔港、暮色下的礁石、潮起潮落间的沙滩纹理……这些被游客匆匆掠过的细节，在他眼中都是值得反复雕琢的画面。他总能在寻常景致中发现不寻常的诗意，将海岛光影凝固成永恒。

对潘汉渭而言，舟山不仅是生养他的故土，更是一座取之不尽的影像宝库。海浪的节奏、岛礁的轮廓、云雾的变幻，都是他乐此不疲的创作主题。

“我有一种使命感，要记录家乡的变迁。”他这样解释自己的坚持。在他看来，用影像为时代存档，是一件极具价值的事。

打造专属IP： 让这份记录走得更远

在潘汉渭眼中，镜头不仅

是记录工具，更是一支笔，用来书写舟山千岛的风物志。他常说，自己最想做的，是“挖掘乡村风光、渔家民俗与非遗资源，讲好舟山乡村海岛故事”。这句话不是口号，而是他数十年如一日的行动准则。

为了让这份记录走得更远，2020年他成立舟山市影视艺术产业协会，通过协会平台分享资源并组建起本土海岛影视创作矩阵，凝聚一群志同道合的创作者，系统性地产出海岛风光系列原创作品……

他的野心不止于此——他心中藏着一个更宏大的愿景：打造一个专属舟山的海岛影视产业IP，让家乡的美不再碎片化地散落，而是形成一个有辨识度、有生命力的文化品牌。

“我年纪大了，总有拍不动的那一天，但永远有人正年轻。”谈及时光流逝，他并不感伤，而是将目光投向了更远的未来。他希望更多热爱记录事业的年轻人接续这场光影接力，透过他们的镜头，展现各自眼中最美的舟山风光。

关于未来，他还有一个朴素而深情的计划：把所有底片和数码文件精心整理，办一场属于舟山的个人影展。“之后我要都印出来，留给孩子们，让他们能看到家乡的变化。”

这份跨越近半个世纪的影像，已不仅仅是个人的艺术追求，更成为舟山这座城市珍贵的视觉档案。

据《浙江老年报》



早晨，岱山大衢岛全景

“家门口”的“运动之家” 社区健身空间 变身“银发社交场”



早上8时半，上海市静安区大宁路街道“乐活空间”的门刚打开，76岁的陈阿婆已经等在门口，她早早就约好了隔壁楼的老姐妹一起来练八段锦。在大宁路街道的8处“乐活空间”里，这样的温馨场景随处可见。不久前，街道“乐活空间”长者运动健康之家被新华社英文客户端向全球推介，全面展示了智慧健康养老的“大宁样本”，这背后，是街道不断回应老年人需求、守护幸福晚年的生动实践。

推门可入的健身房

当前，上海社区老年人对于高品质养老服务的需求迫切，传统的“社区活动室”难以满足老年人日益增长的科学健身需求。为此，大宁路街道在全市首创并落地“乐活空间”理念，开设全市首家嵌入式社区老年人“体养融合中心”。目前，街道已在辖区均衡布点8处长者运动健康之家，全面构筑起“15分钟健身服务圈”，累计服务超40万人次，建立健康档案近2000份。社区老人如今从“有地方练”到“科学、安全、快乐地练”，形成了一条可复制、易推广、可感受的社区康养路径。

AI助力开出“运动处方”

走进“乐活空间”，最先映入眼帘的是一台AI体测一体机。通过全面升级智能适老化运动器械与物联网系统，为老人构建起“智能检测—处方开具—数据跟踪—结果反馈”的数字化运动健康服务闭环。运动前，老人可通过AI体测一体机完成心肺、肌力、平衡、柔韧等多维度评估，自动生成专属“运动处方”；运动中，心率臂带实时监测，以“绿、橙、红”三色标识身体负荷，一旦触及红线，系统会自动

提醒；运动后，数据自动同步至个人健康档案，子女也能通过“亲情账号”功能远程查看父母的运动状态。“以前打电话问我妈‘今天去哪了’，现在从手机上看到她一天不落地去锻炼，体质在改善，我越来越放心！”常阿姨的女儿说道。

“医生说我血压高，让我少吃盐、多运动，”67岁的赵老伯说，他之前去过健身房，两次就放弃了，“器械不会用，怕拉伤。”在乐活空间，这些顾虑有了科学回应。街道注重精准干预，为每位老人建立“一人一档”数字化健康档案，结合既往慢性病史自动生成个性化运动方案，并根据身体状况变化动态调整。专业工作人员全程跟进指导，让运动处方真正成为健康的“药引子”。

变化实实在在地发生在老人们身上，患有高血压的老人，经过规律的运动干预后，血压波动范围显著收窄；独居10年的老人，依靠规律康养运动与放松训练，夜间不再辗转难眠；一名髌关节术后的老人，经过6个月康复训练，已经可以自己买菜上楼……

“家门口”的银发“荟客厅”

而在这一过程中，“乐活空间”也从一间健身房变成了老年人家庭之外的温暖港湾。空间按有氧、力量、拉伸、律动等功能区布局，让老人“顺手练、安心练”。

在运动康复基础上，乐活空间的服务内容也在不断拓展：阅读交流、八段锦小组、防跌倒培训、健康饮食专题课……此处空间，已变身集运动、康复、社交、学习于一体的银发“荟客厅”，有效缓解了老人的情感孤独，满足了他们的社交需求，让晚年生活更加丰盈。

据《新民晚报》