

我为群众  
办实事

# 2023 银发港湾课堂 第二期又来了

## “彩云汇” 创新创业大赛 开始报名

5月25日，“彩云汇”创新创业大赛暨2023年云南省创新创业大赛启动仪式在昆明举行，除了昆明赛区外，今年新增上海、深圳及云端3大赛区。大赛由云南省科学技术厅、共青团云南省委、云南省教育厅共同主办，昆明市科学技术局、盘龙区人民政府共同承办。

大赛以推动云南省创新创业大赛由地方赛事向全国性品牌赛事升级为目标，以“创新引领·科技强滇”为主题，将进一步聚焦服务国家创新驱动发展战略，结合云南省产业优势及动能转换主攻方向，围绕新一代信息技术、生物、高端装备制造、新材料、新能源、新能源汽车、节能环保七个战略性新兴产业广泛征集项目，不断开辟发展新领域新赛道，塑造发展新动能新优势。

今年新增的上海、深圳及云端3大赛区，经初赛、复赛、决赛3个阶段完成。大赛将设成长企业组、初创企业组及大学生创新创业专项赛。成长企业组及大学生创新创业专项赛一、二、三等奖，可分别获得50万元、30万元、20万元的科技计划项目经费支持；初创企业组一、二、三等奖可获得20万元、15万元、10万元科技计划项目经费支持。

除“彩云汇”创新创业大赛主体赛事外，还将同步开展总决赛项目产业园区参观、“彩云汇”科技创新论坛、创投对接会等活动，充实“彩云汇”科创品牌体系，链接高端创新创业要素资源，汇聚更多科技资源和创新力量，打造中小企业交流展示、项目孵化、产融对接、协同创新平台。

作为中国创新创业大赛的地方赛事，云南省创新创业大赛举办9年来已成为云南影响力最大、覆盖面最广、办赛规格最高的双创品牌赛事。

本次大赛报名通道已开启，有意向的企业可登录云南省科学技术厅官网通知公告栏报名。

本报记者 杨质高



大学生志愿者手把手教老年朋友使用智能手机

到5月31日，今年第一期“银发港湾课堂”将结束。即日起，第二期“银发港湾课堂”的报名热线和报名渠道开启。

“银发港湾课堂”是春城晚报、建行云南省分行连续3年专门面向全省老年朋友开办的专项系统培训，目的是让“银发族”们能够跟上数字化时代的脚步。

### 数字时代不掉队

5月24日15时，建行昆明城东支行营业室的“劳动者港湾”里，教授老年朋友学习使用智能手机的“银发港湾课堂”准时开课。这是建行昆明城东支行本年度第一期“银发港湾课堂”的最后一堂课，面对台下40多位银发学员，讲师在大屏幕上讲解如何使用智能手机线上买菜和买药，学员们学得格外认真。

今年3月起，“银发港湾课堂”在昆明地区共设11个开课网点，覆盖昆明各个行政辖区，以满足多个网点同时开课的需求，银发学员们可根据个人情况，选择对应网点和相关课程进行学习。目前已有400多人报名参加了“银发港湾课堂”，累计开课100余次、服务老年学员1800余人次。

与之前的“银发港湾课堂”相比，今年银发课堂讲师团增加了多名授课讲师和大学生志愿者，课堂内容围绕老年人日常生活中涉及的高频使用场景，包括智能手机使用的基本技能、微信使用技巧、网上挂号、手机导航、送菜(送药)上门、点外卖等功能，由专业的讲师们对银发学员进行面对面、手把手教学。

经过3个多月的学习，老年学员们身上发生了显著变化：他们不仅学会了点外卖、网上打车、发红包，还能跟亲友进行视频通话。

### 新版课程更细化

还没有报名参加学习的老年朋友也不要着急，“银发港湾课堂”今年会一直持续办下去。接下来的“银发港湾课堂”，不但有专题课纸质版课件，以便老年朋友带回家复习，还会根据学员需求开展定制课程，让不同学员就学习智能手机实用技巧的重难点内容进行针对性学习。

第二期“银发港湾课堂”将从6月持续到8月，报名热线和报名渠道现已开通，昆明地区的老年朋友可以选择列表上公示的任一授课网点，完成报名即可免费成为“银发港湾课堂”的学员，与大家一同步入数字化时代，共享智慧城市发展成果。

本报记者 万江 摄影报道

### 授课地点及时间

1. 建行昆明城西支行营业室(五华区大观街道东风西路158号电子大厦)	6月8日	6月29日	7月6日	7月20日	8月3日	8月17日
2. 建行昆明官渡支行营业室(官渡区国贸路1220号官渡广场旁)	6月14日	6月28日	7月12日	7月26日	8月9日	8月23日
3. 建行昆明曙光支行(官渡区东风东路308号)	6月7日	6月21日	7月5日	7月19日	8月2日	8月16日
4. 建行昆明佳华广场支行(官渡区北京路157附1号)	6月8日	6月29日	7月6日	7月20日	8月3日	8月17日
5. 建行城东支行(盘龙区东风东路38号建工大厦1楼建行内)	6月9日	6月30日	7月7日	7月21日	8月4日	8月18日
6. 建行昆明颐园支行(盘龙区白云路470号金色年华1层)	6月5日	6月19日	7月3日	7月17日	8月14日	8月28日
7. 建行昆明新迎路支行(盘龙区新迎小区新安巷2号建行内)	6月6日	6月20日	7月4日	7月18日	8月1日	8月15日
8. 建行昆明环东支行(盘龙区人民东路300号)	6月12日	6月26日	7月10日	7月24日	8月7日	8月21日
9. 建行昆明城北支行营业室(五华区华山街道人民中路18号美亚大厦中国建设银行4栋)	6月6日	6月20日	7月4日	7月18日	8月1日	8月15日
10. 建行昆明建设路支行(五华区建设路329号云上城1层建行内)	6月2日	6月16日	7月14日	7月28日	8月11日	8月25日
11. 建行昆明前卫西路支行(西山区日新中路618号润城小区第一大道LOFTA栋1层101-102号商铺)	6月1日	6月15日	7月13日	7月27日	8月10日	8月24日

(上课时间统一为15时至17时)

### 报名方式

- 老年朋友可到授课点的建行营业网点，联系建行工作人员(大堂经理)报名；
- 拨打本报电话报名：  
周一至周五(9:00-18:00)  
0871-64160069  
周六、周日(全天)  
小柳老师 19948745645  
小黄老师 19523346159  
小万老师 17687193523

### 尿频 尿急 夜尿多 尿失禁 有良方

老年人肾气不固、膀胱失约、下焦蓄血，症状为起夜多、尿频、尿急、排尿无力、尿线细和尿滴沥、失眠健忘等。夜尿多又叫膀胱过度活动症，是由于老年人的肾气虚弱、湿热下注，使膀胱虚损，膀胱括约肌无力，失去正常的储尿、控尿、排尿功能。

老中医研制的“前列腺贴”是用几十种中药材熬制而成，穴位外敷，直达病灶，专治慢性前列腺炎、肾气不足、阳虚气虚气弱、腰凉乏力、前列腺肥大增生、排尿困难、膀胱积尿、小腹憋胀、尿急尿频、夜尿多、遗尿尿失禁等。

津械广审文第23042001599 天津泰宝科技发展有限公司(广告)  
咨询电话:18638784150 13213119148 全国免费邮寄