

放大课件字体、用大白话授课、精简文字内容

“00后”在老年大学讲“潮课”

在浙江湖州,一所老年大学的教室里飘出阵阵咖啡香。讲台上,一名年轻女孩正耐心指导年过六旬的学员如何控制水温 and 注水手法;讲台下,头发花白的长辈们戴着老花镜,认真研磨每一颗咖啡豆。

这堂咖啡鉴赏课的授课老师陈薪羽是名“00后”,她既是精品咖啡店主理人,也是咖啡茶饮研发师。当“Z世代”遇上“银发族”,一场关于潮流艺术的对话悄然展开。

想让更多人爱上咖啡

陈薪羽与咖啡的缘分始于童年。小时候喝到的第一杯速溶咖啡,在她心里埋下了一颗咖啡师的梦想种子。大学毕业后不久,她便一头扎进精品咖啡行业,至今已有四年。如今,她经营的精品咖啡店在当地小有名气,她也成为一名咖啡茶饮研发师,不断探索咖啡风味的更多可能。

“我希望把咖啡变成人人都能读懂、轻松享受的美味饮品。”正是抱着这份初心,当湖州老年开放大学邀请她开设咖啡鉴赏课时,陈薪羽爽快地答应了。

这门专为咖啡新手设计的课程,不追求高深理论,而是带长辈学员走进精品咖啡世界,从零基础小白成长为懂品鉴、会冲煮的咖啡爱好者。

“很多人觉得咖啡神秘、高端,我想打破这个固有印象。”她说。



陈薪羽在课堂上为老年学员讲解咖啡知识。

受访者供图



图为陈薪羽在课堂上。

咖啡课的“适老化改造”

第一次正式站上讲台,面对台下比自己爷爷奶奶年龄还大的学员时,陈薪羽坦言有些紧张。“但我清楚老师的状态会影响课堂氛围,所以尽力调整心态,以专业沉稳的状态授课。”

为了让这群特殊的学员听得懂、学得会,陈薪羽在教学中做了三方面的“适老化”改造。

第一是扭转认知。开课之初,大多数长辈只习惯焦苦口感,认为咖啡就是苦的,对酸甜、花果香等风味感到陌生甚至怀疑。陈薪羽采用“理论+实操品鉴”的方式,带大家逐一感受不同产地、不同烘焙度咖啡豆的风味层次。

“很多学员第一次喝到带果酸的咖啡时,露出不可思议的表情——原来咖啡还可以这样。”陈薪羽说。

第二是训练感官。成年人的嗅觉和味觉很少经过专业训练,

初期很难分辨具体风味。陈薪羽特意带来风味水,带领学员做嗅觉味觉拆分练习,引导大家品鉴时进行风味联想。“比如闻到了什么水果?有没有花香?就像文学课上的通感训练,效果很明显。”陈薪羽说道。

第三是加大实操。长辈们对冲煮手法的理解和把控能力偏弱,她就安排大量实操课程,手把手传授技巧,鼓励多练习。学期刚过半,许多学员的冲煮水平已经有了明显进步。

把“潮课”变成“暖课”

备课阶段,陈薪羽专门调研了老年人的学习特点:他们不追求高深专业知识,更看重轻松易懂、动手体验的乐趣。于是,她放大课件字体、把专业术语换成通俗大白话、精简文字内容,避免课堂枯燥。

上课时,陈薪羽习惯放慢语速,对重难点反复讲解,通过互动提问加深记忆,每节理论课都穿插实操环节。“既提升兴趣,也促进学员之间的交流。”陈薪羽说道。

课后,这群银发学员除了交

流咖啡知识,还会和陈薪羽唠家常、分享人生经历,也好奇地询问她的开店故事和生活。

“相处久了就像家里长辈一样温暖真诚。”陈薪羽说。她平时多和年轻人打交道,原本不太擅长和长辈相处,通过这次授课收获了很多温暖,也发掘了自己更多的可能性。“长辈们踏实耐心、谦逊有礼,让我变得更有耐心、更懂包容。”陈薪羽说道。在她看来,这不仅是长辈们学习新技能的过程,更是一场双向陪伴、互相治愈、共同成长的经历。

当下,像陈薪羽这样的年轻“00后”老师出现在老年大学课堂已不是个例。年轻教师正成为老年教育师资库中的新鲜血液,他们带来的短视频制作、手机摄影、咖啡品鉴等“潮课”,深受银发族欢迎。

陈薪羽说:“感谢老年大学提供平台,让我从吧台走到讲台,跳出门店局限,走进老年群体。也希望未来有更多年轻咖啡师走上讲台,让精品咖啡和品质生活一起丰富更多长者的幸福夕阳红。”

综合中新社、《河南商报》报道

公告

由我司负责施工的轨道交通12号线(江北段)石桥站位于后湖大道(姑嫂树路至绿柳路)段。自占道施工起,采用全封闭占道施工的方式进行,同步调整秋桂街(绿柳路至姑嫂树路)由东向西单向通行,整体打围长度229米,宽度45米,仅保留北侧3米宽保证行人和非机动车通行,其余道路封闭,机动车一律绕行周边道路,主要绕行后湖大道、绿柳路、秋桂街、姑嫂树路等。石桥站施工涉及多处电力、管道迁改及市政道路、园林等恢复工程,因迁改难度大,施工断面小,作业面较多,致使该工程不能按期完成,我司正在办理占道施工延期申请手续,需延期至8月31日。

下一步施工计划:

为减少工程建设对道路交通安全和通行秩序的影响,确保施工期间道路安全畅通,我司以尽快恢复原有交通为原

则,秉持对周边影响降到最低为目标,合理组织施工部署,对剩余工程量按工序匹配人力及机械,细化施工节点和工期排布,具体工序安排及保障措施如下:

附属出入口及风亭主体结构土方回填开始时间为2026年6月30日,完成时间为2026年7月10日。

管线回迁开始时间为2026年7月1日,完成时间为2026年7月31日。

道路路面恢复开始时间为2026年8月1日,完成时间为2026年8月20日。

道路园林恢复开始时间为2026年8月15日,完成时间为2026年8月31日。

以上占道总工期2个月,不便之处,敬请谅解!

特此公告!

中铁十一局集团有限公司

武汉轨道交通12号线(江北段)土建7标项目经理部

2026年6月29日

声明公告

刊登 13164692093 热线

居住项目(湖畔捌号)项目一期交房公告

尊敬的各位业主:

我司开发建设的居住项目(湖畔捌号)(推广名:湖畔大观,以下简称“本项目”)一期2、5、6、8号楼已取得法定验收文件,具备合同约定的交付条件。本项目房屋将自2026年6月30日起陆续正式交付,具体交付日期以您与我司签订的《武汉市商品房买卖合同》约定的交付时间为准。

届时请您携带交付资料至本项目售楼部办理交付手续。在此,恭祝您乔迁新居!

咨询电话:027-87914665/18607132637

武汉捌号湖畔置业有限公司

2026年6月29日

股权转让公告

湖北毅昇建筑工程有限公司原股东100%股权自2026年5月12日起转让至武汉市正意兴建筑装饰工程有限公司。公司原股权已变更变更前的债权债务由原股东湖北毅昇建筑工程有限公司负责,并做债务清算。2026年5月12日变更后的债权债务由武汉市正意兴建筑装饰工程有限公司负责,特此公告。

遗失声明 湖北纳信企业管理咨询有限公司,统一社会信用代码91420107MA4L06MUSE,遗失公章、财务章、法人章,声明作废。

遗失声明 武汉野良电子商务有限公司91420106MABQ7U844Y,遗失备案:公章、合同章、发票章、财务章、法人章,声明作废。

声明公告

18607129730

遗失声明 武汉锦锂石化工程有限公司遗失危险化学品经营许可证,编号:4201131320240365,声明作废。

武汉龙湖御湖境商品房交付公告

尊敬的龙湖御湖境业主:

我司开发建设的龙湖御湖境项目A地块9#、10#、11#及11#栋商业已经达到合同约定的交付条件。将在2026年6月30日集中办理交付手续,我司已提前通过EMS快递向您寄送交付通知书,请龙湖御湖境业主(网签合同交付时间2026年6月30日前)根据交付通知书的时间和要求,携带本人身份证、购房合同、交付通知书、银行卡等资料到龙湖御湖境11#底商交付区办理集中交付手续。

如在集中交付期之后办理,请提前向龙湖御湖境物业客户服务中心热线咨询零星交付办理流程,24小时服务热线:950961。

特此公告!

联方汉宁(武汉)置业发展有限公司

2026年6月29日

遗失声明 本人周性斌,身份证号420102194607010315,不慎遗失硚口区京汉大道528号汉口中心嘉园1栋4单元6层1号房,购房合同原件一本(备案号鄂070316655),发票原件一张,发票号:00019417,发票金额623268元,如因虚假事实造成的责任和后果一律由本人承担。

遗失声明 武汉未岚网络科技有限公司91420100MAEPN4QB7H,遗失公章、财务章、法人章,声明作废。

遗失声明 武汉市炬诚泽发电竞发展有限公司遗失财务专用章(编号42011110347976)一枚,声明作废。

遗失声明 武汉炬泽泽发电竞发展有限公司遗失财务专用章(编号42010310202397)一枚,声明作废。

万科锦绣湖山项目交房公告

万科锦绣湖山项目业主朋友:

您与我司所签商品房买卖合同约定交付时间为2026年6月30日前的万科锦绣湖山项目(下称“本项目”)1#号楼住宅,现已竣工验收合格,具备商品房买卖合同约定的交付条件。我将在2026年6月30日(9:00—17:30)为符合交房条件的1#号楼业主朋友集中办理交房手续,请您在该期间携带房屋买受人本人身份证、商品房买卖合同、交付通知书、购房票据、银行卡等资料原件(详见我司交付通知)到万科锦绣湖山小区(原营销中心)办理收房手续。若您满足收房条件但在前述期间无法前来办理收房手续,上述集中交付期限届满后,即2026年7月1日起,您可咨询物业服务中心(4009515151)或万科客户服务中心(4008000002)了解零星收房流程后办理收房手续,特此公告!

武汉市锦子湖房地产有限公司 2026年6月29日