

①最近，在短视频平台上，天津一家养老院的爷爷奶奶们火了，这些平均年龄超过 75 岁的老人，在视频里笑谈人生，演绎各种幽默场景，他们的乐观豁达让许多网友直呼“被暖到”。

①如何让老年人晚年生活更幸福？除了在就餐、出行、就医等方面需要更贴心的照顾，丰富、健康的精神生活也是老年人的必需品。

②养老服务体系建设的应当更加关注老年人的精神需求，让老年人精神世界更丰富，晚年生活更幸福。

①有所学，有所乐，文娱生活更充实。②依托老年大学、社区服务站等载体，老年人学习知识、放松身心，不仅可以掌握更多技能，还能享受文化发展的成果。③当然，与数量庞大的老年人口相比，老年教育服务还有着很大的发展空间。④比如，要开辟更多学习场地，提供更便捷的报名方式，开设更多样、更贴近需求的课程。⑤让越来越多老年人参与学习、爱上学习，他们就能感受到，老年生活是一段全新旅程。

①多尝试，多参与，数字时代要跟上。②面对日新月异的新兴科技，以及由此兴起的数字化生活潮流，老年人难免感到陌生。③社会要搭把手，帮助他们迈过数字时代的门槛。④开启手机应用程序适老化改造，设置“大字版”“有声版”等模式，方便老年人获取信息；开展针对老年人的公益信息化培训，助力老年人“玩转”智慧生活……这类举措已有许多成功尝试，还需要进一步坚持和拓展。⑤如今，在各大网络社交平台，不少老年人通过直播、短视频等方式记录生活、展现自我，积极融入互联网世界。⑥让越来越多老年人愉悦享受数字时代，他们就能感受到，老年生活也能拥有扑面而来的精彩。

①有人依，有人靠，关心陪伴做到位。②从社会层面讲，需要发挥志愿服务的积极作用，鼓励更多志愿者走近老年人身边，为他们提供精神慰藉。③从个人层面看，家庭成员应该常回家看看，多与老年人进行情感交流。④让越来越多老年人乐于展现自我，他们就能感受到，老年生活是充满欢声笑语的港湾。

①守护最美夕阳红，各方力量在行动。②进一步丰富老年人的精神世界，社会的关爱与温暖会如盏盏明灯，照见一幕幕安享晚年、乐享晚年的和谐图景。（835 字）