



手机导航的使用方法

杨晓琴



老友们，第一讲我们学习了如何发送手机位置和共享实时位置，您一定还想知道有了位置以后该如何导航，不再因为出门找不到路而发愁，更不用为出门坐几路公交车而犯难，还能避开拥堵路段的方法吧。现在，就以高德地图为例，来看看地图软件到底如何使用。相信一定能让您走更远的路，看最美的风景。

一、如何查询各种出行路线

归根结底，使用地图主要是使用它的导航功能来快速查找路线。

第一步，打开高德地图。

第二步，在中间的搜索框中输入目的地，这里以“太原古县城”为例。

第三步，在出现界面的地图中会看到刚才输入的“太原古县城”的位置，单击右下角的“路线”，进入路径规划界面，选择相应的出行

方式（“驾车”“打车”“公交地铁”“步行”“骑行”和“火车”等）即可查看具体的路线。

小贴士：

1. 屏幕上方显示起点、终点和出行方式，中部为相应的规划路线，下方为详细信息模块。

2. 地图中图标也都有各自的含义，如：表示学校、表示政府单位、表示商业购物、表示公园、表示医院、表示景点、表示住宅小区等。

二、如何查询“驾车”线路

第一步，接上面的步骤，初始默认即为驾车模式。在界面底部可以直接看到驾车模式的几种方案所包含的关键信息，如：红绿灯个数、打车金额、用时长短和公里数。一般第一种方案为最优方案，用时最短。也可分别单击这几种方案，查看详细路线信息。

第二步，选定路线后，单击右

下角的“开始导航”，即可开启导航。

第三步，跟随导航开始行程。箭头方向为汽车应该行驶的方向，同时导航语音播报开始（导航语音可自行选择，也可自己录制），全程转弯方向、测速、违章拍照、限速和距离等信息都有语音提示。屏幕右下角显示有“全览”图标，全程路线一目了然。

第四步，到达目的地自动退出导航。

第五步，如提前退出导航，可单击左下角的“退出”，在弹出的对话框中单击“退出导航”即可。

三、如何查询“公交地铁”线路

第一步，接第一部分内容步骤，点击屏幕第三行的“公交地铁”，显示出多种公交车出行的线路。

第二步，从界面中可以直接看

到每种路线的关键信息，如：几路公交车、金额、用时长短和步行距离。一般情况下，第一种公交路线为最佳路线。

第三步，选择合适的公交线路并单击，可查看详细的路线信息，如公交车的上车方向、上下车站、途经几站、步行路线（单击小人图标查看详情）和发车时间表（可以看到要等的公交车还有几分钟到达）。

第四步，点击“开始导航”。

小贴士：点击“开始导航”后，同时自动开启下车提醒功能。到达下车站点时，手机会自动发出语音提醒。

扩展挑战：老友们可以尝试使用一下“打车”“步行”“骑行”和“火车”等出行模式的使用方法哦！

（作者系太原开放大学副教授 山西省老年智能手机课程体系首创教师）



（打开微信，“扫一扫”，识别二维码，即可观看同步教学视频）

玩转“抖音”

米 玲

每当看到一树桃花怒放，总会想起那年春天，我参加培训班，学习制作“抖音短视频”的过程。

当我带着对新生事物的憧憬，信心满满地坐在课堂上的时候，发现我的同学大部分是朝气蓬勃的年轻人，他们学习能力强、接受新鲜事物快，而我拿起手机的时候，感觉自己接受能力、记忆力、视力都有一定的障碍，手机字小看不清，点击手机总是“手滑”按不准，即使当时学会了，第二天又忘记了，感觉自己被同学们甩下好远。为了跟上大家的学习步伐，我准备好笔记本，记住老师讲的每一个步骤，下载了“醒图”“剪映”软件，反复练习，想方设法克服技术难题，以及心理、社会环境的鸿沟，为“抖音短视频”制作打好基础。

我和同学们一起外出取景、拍摄，选择素材，编辑制作。

大家相信这是我制作的图片吗？灿烂的山桃花色彩逼真，一袭红衣的我手托玉露香梨，蹲在一朵山桃花的花蕊中间。老师让取名，我从《诗经》中受到启发，给它取题《桃之夭夭》。我从文件库找到内置精致好看的贴纸和字体，取草书“桃之夭夭”四字，放在照片左上角，并盖上闲章“春分”，在图片右下角，贴上“吉祥如意”及一朵祥云图，给图片增加了文化内涵和乐趣。老师看了这张照片，宣布给我“加一分”。

我从家里找来一朵西兰花，放在桌面上，拍了一张照片，然后把我托玉露香梨的照片抠下来，放在这朵绿色的菜花上，红衣、绿菜醒目、搞笑。我对自己曾经扶贫的隰县李城村玉露香梨情有独钟，从手机图库中找出一张沾满露珠的玉露香梨照片，把抠下来的“我”托玉露香梨的照片复制一张，翻转一下，让我俩面对面、错落地蹲在大梨上，图片上题字“玉露香梨”“隰有好梨”。

我把自己跳秧歌舞的照片抠下来，放在隰县鼓楼前面，配上舞蹈音乐，我穿着汉服在隰县鼓楼扭过来扭过去，轰动了朋友圈。

我学会了“剪映”软件的使用，学会了个性化短视频制作，用手机号码申请了抖音号，留下了生活中的精彩瞬间，让数字化生活有趣味、有品位、有鲜味。



自学绘画 为晚年生活添色彩

文/图 葛桂清

当颜料在白纸上游走，当笔触在画板上跳跃，当心中的形象逐渐变为现实，绘画让我发现了更多生活中的美好和对生命的感动。

2016年底，我第一次拿起画笔是给小孙女临摹米老鼠。小小的铅笔画意外得到了家人们一致的肯定。在他们的鼓励下，我开始认真地学习绘画。

曾经在单位，我是工会主席，逢年过节总会组织职工开展拔河、知识竞赛等活动；参加上级单位的活动，也总是要争个一二。刚退休时，我每天不是看电视就是翻手机，变成了“宅”家老太太。还好，当年小孙女的诞生给我带来了不少乐趣。

随着小孙女一天天长大，我又逐渐闲了下来。没想到，绘画成了我生活的一部分。绘画对我而言，就是自己给自己找事情做，也没有报辅导班。儿子给我买来素描书籍、纸张和各色画笔，从基础入手。另外在手机上查资料、看视频。无意间，我关注了一个教彩铅画的免费公开课，从中学到了许多绘画知识。

从静物素描开始，慢慢接触彩铅绘画。我跟着网课视频，学习用笔和色彩，画出来的东西还像模像样的。儿媳妇看到我的一幅幅画作，赞不绝口，随手就发到她的微信朋友圈，不多时，她高兴地举着手机对我说：“您看，这么多人点赞评论，足足有七八十个……”之后，只

要她在朋友圈里晒我的画作，总能引来满屏点赞。

能得到大家的肯定、赞扬，我感到非常高兴，也督促我尽可能画得更好些。从临摹别人的作品，到实物写生，我渐渐摸准了绘画的“脉门”，沉浸在线条与色彩的世界中，自得其乐。老伴儿经常劝我，“别一坐就是一天，起来活动活动。咱们有的是时间。”其实也不是我想久坐，而是在绘画时，根本感觉不到时间的流逝。一眨眼，一上午就过去了。

后来，我在网上购买了丙烯画教程，开始用丙烯作画。这类绘画不像是彩铅画那么“费眼”，也不像油画颜料呛人，刚好适合我。因在朋友圈里看到我的画作，太原市老龄办的同志邀请我参加省老龄委组织的“喜迎党的二十大 幸福三晋老年人”优秀文艺作品征集活动，我的丙烯画获优秀绘画作品金奖，丙烯画获得了银奖。

绘画为我的老年生活增加了一抹绚丽的色彩。我很幸运，在绘画道路上，有网课老师的引领，有儿媳妇和她“朋友圈”的鼓励，还有很多家人朋友的支持、帮助。

退休并不只是生活的后半程，更是新生活的开始。如今，画一会儿画、跳跳广场舞、遛遛弯，膝下承欢、含饴弄孙……我的生活丰富多彩、幸福美满。

手工作品

文/图 余跃军

果蔬闹钟

吃橘子时，我看一切两半的橘子切面，太诱人了，就想着做个手工。随着智能手机的普及，功能强大的手机代替了闹钟，不少闹钟下岗了。于是我突发奇想，就做个果蔬闹钟来怀念闹钟时代的分分秒秒吧！说干就干，半块橘子的切面就是闹钟的表盘；切成两半的海棠果正好做闹钟的两个铃铛；三根牙签用来当闹钟的腿和连接铃铛、敲锤；一段电话线当闹钟的提手；一片红苹果皮雕刻成秒针；两片香葱叶充当时针和分针。组装完成后，在橘子表盘上PS上12个数字，一个果蔬创意闹钟就做好了。看着摆在面前的“闹钟”，我仿佛又回到了闹钟陪伴的岁月。



征稿启事

银发/学堂版开设如下栏目：老年大学、老有所学、新潮老人、课堂内外、活学活用、才艺展示、学艺随感、手工作品等，欢迎您赐稿，与大家分享学习心得和学习的快乐。稿件请投至邮箱：tywblr@163.com