

居家养老这样做

居家养老作为现代社会养老的主要形式，正受到各地政府有关部门的支持与引导。基于不同的经济发展水平、文化差异和生活习

惯，各地都在探索适合本地特点的居家养老方式。今天我们向读者介绍的，是山东、上海、河北3省市一些比较受老年人喜欢的居家养老方式。

山东：养老服务贴紧老人人心

本报记者 李万祥

在山东青岛市市南区八大峡街道成武路社区，刚同老朋友们唱歌回来的86岁独居老人刘甸勤很熟练地打开防盗门，回到家中。一同进门的还有阳光暖情社区服务中心的护理员李静，进屋后就忙着收拾这收拾那。

除了家务劳动，今年48岁的李静每天还陪老人捶背、聊天、布置屋子。做家政服务多年的她，已经拿到中级护理专业证书。现在由她负责提供居家服务的老人有四五十个，每月回访一次。对自己的工作，李静说，“只要您热情周到的服务好，老人就会认可你。一些老人及家属起初对家政服务人员的怀疑和冷漠，就会逐渐变为信任和热情”。

之前，刘甸勤老人都是由街道居委会照料。2011年，阳光暖情社区服务中心开始接手为老人提供居家服务。现在，刘甸勤老人的生活丰富多了。在老人家的客厅里还摆放着一台电子琴，带着老花镜的刘甸勤老人说，“这可是我自学的，没人教。去年，我在老年大学学了乐理知识后就买了台电子琴，自己弹着解闷儿”。

“80多岁还能住上这么好的房子，每天有人送奶，做饭，没有不满意的地方，我可要好好生活！”刘甸勤老人动情地说。

家庭养老是我国大多数老年人选择的养老方式。高龄老人的快速增长、“倒金字塔”的家庭结构，以及“空巢”家庭不断增多，使得传统的家庭养老模式越来越不能适应需求。随着在养老服务层面上扮演主要角色的家庭功能逐渐弱化，以上门服务为主要形式的居家

养老服务逐渐走进了那些需要帮助的老人家中。

潍坊市潍城区居家养老服务套餐卡上，分别列出了基本服务项目和自选服务项目。基本服务项目中，有理发、缝洗、卫生保洁、健康体检、送餐、送奶等，并标注了每月每天的服务数量。卡上的自选服务项目有康复训练、临床陪护、心理疏导、日常陪护、保健推拿、法律维权、油烟机清洗、下水道疏通、家电维修、代购代办、居家维修等。可见，居家养老所要提供的高质量服务，得从老年人居家养老实际需求中来。

同样细心的居家服务，在青岛市市南区的居家养老服务机构那里变成了“六送”，即送奶、送报、送家政、送爱心、送保险、送午餐。其中，最早实施的是送

奶服务。“我们不是简单地给独居、高龄老年人送奶，而是借此来了解他们的居家情况，比如身体状况、养老需求等。”青岛市市南区民政局李亭副科长介绍说，区政府投入20多万元委托牛奶公司送奶给每一位独居老年人，惠及全区5000多位老年人。同时，老年人所住的社区负责监督送奶公司服务，老人签收后，社区服务中心还定期回访。

居家养老同样需要信息化的手段加以串联，才能更加高效地运作。如此形成的网络，有人把它形象地比喻为“虚拟养老院”。比如，山东省东营市就在中心城区全面推行“虚拟养老院”模式，通过搭建数字信息服务平台，将全市(包括油田)分散居住的60岁以上老年人全部纳入服务范围，由加盟企业提

供生活照料、家政服务、康复护理等专业化服务。

“对城市三无老人、空巢老人和90岁以上老人，我们分别按照每月500元、300元、100元的标准，由政府为其购买养老服务，企业定期上门提供免费服务。”东营市副市长杨梦斌介绍说。

记者在采访中发，寿光市三元社区更是把居家养老融入了新农村建设之中。作为冬暖式蔬菜大棚的发祥地，寿光市孙家集街道三元朱村不仅仅以“乐义蔬菜产业基地”而闻名，而且在村民养老普惠方面也有积极探索。除了由村集体投资180万元建设敬老院，对孤独、荣复转退军人等老人集中供养之外，村支部书记王乐义还在居家养老方面动了不少脑筋。

55岁的村民王秀芳家是门对门的一大一小两套房子。“大儿是我家儿子和儿媳住，小户儿是我们老两口住。”王秀芳说，这两户是通过阳台连通的。这样，年轻人照顾老人方便，他们不在家的时候，老人还可以帮忙看房子。“没事儿的时候，下楼活动方便得很。”王秀芳一指两门中间的电梯自豪地说。

“当初刚听说要住在这么大的楼房，都高兴，可过两天明白过来，老人怎么爬楼梯呢？”谈起当年的决策过程，王乐义说，“作决策得听听群众的意见，那就设计上个电梯嘛！”

不仅如此，村内60岁以上老人每人每月可得补助100元，70岁以上老人每人每月可得补助200元。村集体还将村民全部纳入了新型合作医疗。



山东省潍坊市鹤翔安养老中心与美国Esreal基金、日本明寿会合作运营，注册成中日合资潍坊鹤翔安养老技术公司，全方位引进美国、日本养老模式和管理理念，提高了养老服务水平。图为护理人员在与老人交流。李万祥摄



河北省石家庄市祥和老年公寓老人共度新年佳节。(资料图片)

河北：政府投资是后盾

本报记者 雷汉发

在河北省石家庄市西三教老年公寓楼前的广场上，70岁的鲍翠花带着10多个小伙伴正在唱红歌。“我们这里吃不愁、穿不愁，每周一和周三下午唱歌，每天晚上做操，天冷了，就在楼上唠嗑、打牌，充实着呢！”鲍翠花脸上洋溢着幸福的笑容。

类似的场景，在石家庄各个养老机构每天都在出现。该市把促进社会化养老作为建设和谐社会的一项重要民生工程，加大投资力度、完善基础设施、提升服务质量，力求让所有需要照顾的老人均能安享幸福晚年。

加大投资做好坚实后盾

石家庄市民政局局长李文昌告诉记者，目前我国已经开始步入老龄化社会，而石家庄老年人口比例则高于全国水平。截至2010年底，全市60岁以上户籍人口已达139.28万人，并以平均每年3%的速度递增，呈现出高龄化、“空巢”多、增速快等特点。为满足需求，石家庄市委、市政府专门出台了《石家庄关于加快居家养老服务中心建设的实施意见》，要求在全市每个街道、乡镇均建成一所示范性的居家养老服务中心，社区全部建成居家养老服务中心，实现街道、乡镇和社区养老服务设施基本覆盖。到“十二五”末，全市新增民办养老床位将不少于12600张，养老服务机构床位总数达到老年人口的3%以上。

2010年以来，石家庄市两次提高民办养老机构床位运营补贴：2010年12月将原来的每床每月10元提高到50元，2011年8月再次将补贴标准提高到100元至150元。由于积极落实关于民办养老机构的政策扶持和优惠措施，不断加大财政补贴力度，石家庄民办养老机构得到快速发展。仅3年时间，石家庄就投入资金6亿多元，建成农村互助幸福院2291个，社区居家养老服务中心272个。

“通过政府补助，我们建立民办养老院的信心更足了，这是我开办的第二家老年公寓了，共有147个床位，现在住进了140位老人。”祥和老年公寓负责人王平说。

在祥和老年公寓一个房间里，82岁的刘淑琴老人感慨地对记者说，“好着呢！房间中有空调、暖气，还有独立卫生间，冬暖夏凉、饭菜可口，24小时都有人照顾，比在家里养老好多了！”

完善设施确保老有所养

盛夏时节，骄阳似火，石家庄城区气温高达35摄氏度以上，但在该市新华区新安街道日间照料中心却是异常的清凉，数十位空巢老人在这里开展着各种有益于身心健康的活动。中心负责人告诉记者说，中心是去年8月开业的，建筑面积达300多平方米，设有休息室、阅览室、书画室、老年餐厅、老年课堂、文体活动室、医疗保健康复室，并配备有厨房、卫生间等专用房，定期开展老年人健康知识系列讲座、老年人书法绘画技法培训讲座、老年模特队、老年健身舞蹈队、老年人合唱队等多种多样的文体娱乐活动，是一种适合老年人“白天到中心接受照顾和参与活动，晚上回家享受家庭生活”的社区居家养老服务新模式。此外，对行动不便的老年人提供了上门送餐服务，还特别在日间照料中心安装了呼叫系统。这个呼叫系统一方面可以提供预约服务，另一方面，工作人员可以在老年人出现意外子女却不在身边的情况下提供紧急援助服务。

在石家庄市南简良村一座2层小楼的娱乐室内，87岁的马月月与几个老姐妹玩纸牌，牌桌上时不时传出欢畅的笑声。小院里，还有几位老人边聊天边在健身器材上锻炼身体……这里是南简良村的互助幸福院，目前有40多位老人在这里安享晚年。马月月对记者说，“我们幸福院实行‘自治、自愿、自保、自助’的管理原则，够了70岁，只要你想来，只需拿着被褥和日常生活用品就行了，什么费用都不用缴。”南简良村村主任董洪军说，幸福院内各种设施齐全，电视、空调、冰箱、娱乐室、健身器材等应有尽有。

优化服务保障安享晚年

家住石家庄振头四街92岁的“三无”老人许素坤，每隔一段时间就要找人帮忙打扫卫生。一大早，她就拨通了星光服务中心的热线，预订钟点工服务。钟点工搞完卫生后，许奶奶拿出几张“养老服务券”交给钟点工。“有家政服务员周到的照顾，在家就跟在养老院一样。”许奶奶对目前的居家养老服务非常满意。

石家庄市区的居家养老服务网络，主要采用企业出资建设和运营管理、政府监管和购买服务的模式进行运作。自2008年起，石家庄市每年出资200多万元，以“三无”老人每月200元、低保老人每月50元的标准，向他们发放“养老服务券”。专业服务机构和服务人员上门为老人服务后，可凭券到政府相关部门兑付现金。

改善居家养老服务环境的创新无处不在，比如，一键通呼叫服务网络建设就是石家庄市的一个创举。去年5月，一位八旬老人通过与一键通呼叫服务网络的卫星定位手机打来电话：“我回不了家了，也不知道自己在哪儿呢！”服务中心接线员冯丽接到求助电话后，迅速通过卫星定位系统查到老人所处位置，是在建华大街和中山路交叉口。同时，她从老人登记的资料中调出老人的家庭住址，是在槐安路和维明大街交叉口的珍珠小区。在她的指挥下，老人打车回到了家。据中心负责人介绍，目前，呼叫中心集合了3000多家加盟服务商，拥有一支100多人组成的专业服务队伍，可以为市民提供家庭服务、维修服务、养老服务、20个大大类、200多个小项的涵盖居民生活各方面需求的社区服务。截至目前，全市24个县(市)区已建成22个县级居家养老信息呼叫中心，其中“一键通”呼叫系统注册老人用户达50000多户。

本版编辑 姜天骄

江西九江打造社区居家养老新模式

江西省九江市庐山区姑塘镇化纤社区是地处乡村的国有企业改制社区，有60岁以上老年人820人，占居民总数的12%。2012年，该社区申报成为全国社区居家养老服务试点项目，为社区内在家庭中养老的老人免费提供健身康复、休闲娱乐、送餐供应、日间照料等服务，并为社区老年人不定期免费开展健康义诊，设立“绿色就医通道”。

为更好地服务老年人，该社区成立6个老年党支部，组建社区老年体育协会，经常性组织老年体育健身活动。目前，江西省九江市积极探索社区居家养老新模式，已建成社区居家养老机构29家，服务社区老年人达2万，受到了老年人的欢迎，成为“没有围墙的敬老院”。图为老年人在九江市庐山区姑塘镇化纤社区老年服务中心打台球。张海岩摄(新华社发)



上海：睦邻点成“爱的家园”

本报记者 沈则瑾

冯明慧退休了，由于女儿在国外，她就得一人生活。热心肠的她主动向街道提出申请，在自己宽敞的家里建了一个社区老年人互助服务睦邻点，20多个和她差不多境遇的老人定期在她家聚会，聊各自在外子女的生活，也读诗赏画，或者结伴出行，生活变得充实了许多。

上海长宁区新华街道民政科陈邑岭告诉记者，这样的睦邻点是2010年出现的，2011年起在整个街道推广，目前已有37个，参与活动的老人达600余人。

记者从长宁区民政局了解到，2012年起，睦邻点项目在长宁的10个街道(镇)推广，至年底共有睦邻点134个，1300多老人通过参与睦邻点活动融入社区。

新华街道地处上海中心城区，老龄化程度很高，60周岁以上老年人占总人口的29.8%。老年人不断增加，活动场地和设施却难有增加，活动内容也不够丰富。为了鼓励更多老人走出家门、加强社会交往，新华街道支持冯明慧这样一些热心公益事业、住房条件又较好的老人建睦邻点，先考察评估符合条件的家庭，

登记备案外还提供“五个一”保障：推选一名冯明慧这样能张罗的负责人；添置一些桌椅水杯等简单设施；订阅一批老人们爱读的书报；补贴一点烧水开空调的水电费；办理一份意外保险。街道老年协会通过管理小组对睦邻点进行日常管理，还送去学习和娱乐用品。

因共同兴趣爱好好而走到一起的老人们，有的学书法绘画摄影，有的学跳交谊舞，甚至办化妆舞会，更多的是邻里互助，从精神慰藉到生活照料，老人们多了同龄人的陪伴和关爱，少了无人交流、生活寂寞的困扰，一些以前无法独立完成的生活小事如换灯泡、配药购物等，现在有人帮着做了，维护合法权益、解决邻里纠纷这些难事也不愁了。

目前，上海已逐步形成了家庭自我照顾、社区居家养老服务和机构养老服务为一体的“9073”养老格局。除了3%的老人入住养老院以外，还有7%的老人由社区日间照料中心为主提供居家养老服务，其余90%为家庭自我照顾式养老。“十二五”时期，上海实际养老床位将达

14.5万张，接近户籍老年人口的4%。无论是3%还是4%，养老床位增加再多，都无法改变绝大部分老人要在家庭自我照顾和社区居家养老服务间度过晚年的事实。

上海社区居家养老服务起步很早，2000年开始探索，2003年全市推开。从一开始，上海就非常注意强化社区居家养老的专业化建设，如注重专业化的制度保障，立足专业化的组织建设，加强专业服务规范，提升专业服务能力，引入专业服务机构。

记者所采访的新华街道，不断拓展社区老年人日间照料中心功能，提供日间照料、就餐、理发、泡脚、洗衣、洗澡、缝补及医疗保健等10余项生活服务，开展文化娱乐活动等。不仅如此，他们还把居家养老、爱心助餐及精神慰藉等专业项目送出去，让老人们在自家也能安享社区居家养老服务。

记者发现，随着“智慧养老”投入规模应用，新华街道的社区居家养老服务让老人们的生活变得更简单、方便和安全，以前存在安全隐患的独居老人的家，如今正在变成“宜居养老院”。例如，老年人家安装的服务人员刷卡系统，有效保障了服务时间；“伴”管家服务能让不在身边的子女随时可知老人是否平安；智能电子门锁、床垫式生命监测仪、跌倒检测地毯设施等，都可以通过网络实现向服务后台的实时信息传输。

但是这并不意味着上海的社区居家养老服务已踏上坦途，还有很多难题需要破解。

进入“十二五”，上海户籍老年人口继续快速增长，总量将突破400万，比例将接近30%。截至去年底，上海已有

社区老人日间照料中心314家，助餐服务点441家，享受社区居家养老服务的老人达26万。

数据显示，上海得到社区居家养老服务的老人只占全部60岁以上户籍老人的6.5%，长宁区是“老年友好型城区”国家级创建试点区，占比达到9.8%。但即便如此，长宁区也只能优先选择部分有需求的重点老人，向他们提供社区居家养老服务。

根据民政部及上海市的相关规定，社区居家养老服务提供的主要内容包括生活照料、家政服务、康复护理、精神慰藉等。记者采访发现，因为种种原因，尤其是居家养老服务人员本身的专业能力所限，大部分社区居家养老服务提供的内容主要局限在生活照料和家政服务。对于康复护理及精神慰藉等专业要求相对较高的服务，则基本无法提供。老人交友婚恋的渴望，失去独生子女的痛楚、没有自理能力的无奈，这些更为复杂的需求就更难以满足了。

上海近年出台了多项措施，加快社会组织尤其是民生类社会组织的孵化与培育，使这类具有相对比较专业服务能力社会组织更快进入养老等社会服务领域。不少街镇也在与各种专业社会组织合作，通过购买服务来满足老人的精神需求。

正是基于这样的现实，睦邻点的出现才如和煦春风吹过，不断拂去老人们心头的阴霾，一次次活动坚持下来了，一个个小伙伴被带动起来了，笑容更多地洋溢在脸上，“幸福指数”实实在在地高了许多。

这也给了我们很多启示，社区居家养老服务还刚刚起步，有众多领域等着去开发，无数老人等着去关怀。爱无止境，睦邻点就是老人们充满希望的“爱的家园”。



上海老人在社区里打台球。