



居家养老,可能和你想象的不一样

提到居家养老,大多数人的第一印象,就是老了继续待在自己家,实在不行找家政上门照护。其实,居家养老可能与你想象的不一样。

1 居家养老是什么?

居家养老,即以家庭为核心,以社区为依托,以专业化服务为依靠,为居住在家的老年人提供以解决日常生活困难为主要内容的社会化服务。居家养老服务涵盖生活照料、医疗保健、精神慰藉等,以上门服务为主要形式。在社会养老机构无法满足大量老龄人口增长的需求下,居家养老服务很好地弥补了这一不足。与此同时,居家养老让一部分家庭经济困难又有养老服务需求的老年人得到精心照料。居家养老带有一定的社会福利性,可享受不同程度的补贴。实际上,居家养老更适应老年人的生活习惯和心理需求。受传统的安土重迁观念影响,很多老年人更愿意在自己的家庭和社区养老。根据国家卫生健康委2021年公布的调研结果,90%左右的老年人选择居家养老,7%左右的老年人依托社区支持养老,3%的老年人入住机构养老。

2 各具特色的居家养老模式

目前,居家养老服务标准和模式还未形成统一的标准,各地都是在探索过程中。“十三五”期间,民政部、财政部先后在全国遴选了五批、203个地区开展试点,覆盖了大部分省市。部分省市出台了居家养老服务条例,居家养老服务实施方案,引导居家养老服务发展。事实上,除了生活起居方面的照顾,居家养老服务还可以有更多的创新。2022年3月16日,民政部办公厅、财政部办公厅发布了居家和社区养老服务改革试点工作优秀案例名单,上海杨浦区、天津市和平区、湖北省武汉市等51个案例入选。住得舒适,是居家养老首要考虑的问题。上海杨浦区根据

老年人身体机能、行动特点、生活习惯等特点,进行了“居家环境适老化改造”。居住在上海市60周岁以上的老年人,都可以自愿申请改造,而且还有不同程度的改造费用补贴。据了解,改造内容涵盖地面防滑、浴缸拆除、智能家居等各类服务,基本覆盖老年人居家生活的方方面面。住得安全,是居家养老服务的重中之重。一键求助、人体红外感知……如果将这些设备安装在独居老人家中,会发挥什么样的作用?天津市和平区为部分特殊老年群体安装了居家卫士“五件套”设备,实现实时分析、精准定位,一旦发生危险及时报警,有效引导应急救援队员入户服务。

3 创新性养老模式出现

居家养老并不适合城市独有,乡村也可以有。比如,河北省滦南县通过“政府补一点、个人出一点、社会捐助一点、志愿者奉献一点”的“四个一点”模式,先后指导西胡各庄、康中河等30个村(居)开办了农村居家养老小食堂,为村里75岁以上的老人、低保户、特困供养户、贫困边缘户和残疾人提供餐饮制作和专送服务。随着试点深入,一些创新性的居家养老模式逐渐出现。武汉市探索运用互联网思维方式和工作方法,打造了“虚实互通、家院互融”的“互联网+居家养老”新模式——“家庭养老院”;威海市大力推广“互联网+”“物联网+”居家社区养老服务模式。试点以来,居家养老从无到有,从单一模式到各种创新探索,已经取得了很大的进步。相信不久的将来,居家养老服务会越来越成熟,覆盖范围愈来愈广。 边万莉



李忠令扶老人行走。

1 半途改行 选择养老

今年54岁的李忠令是青岛万林居家社区养老服务中心的一名社区居家养老护理人员。9月23日早上8时,李忠令赶到了位于东莞路上的第一户老人家中。睡了一夜。后来,经楼长介绍,吕先生签约了居家照护服务项目,评定为3级失能的他每周可以得到一次居家护理服务,这也让王女士得到了一定的喘息机会。李忠令是万林居家的“状元”护理人员。在成为“养老护理人员”之前,他曾在工艺品厂干了很多年,工作繁重。几年前,他选择了辞职。喜欢中医的他,推拿、按摩都很擅长,成为护理员后,他的专长派上了用场。

2 全年无休 老人感动

李忠令告诉记者,大约五六年,他就想过做养老的想法,但因为家人不同意只能放下。“辞职后,我开始了居家服务。”据了解,李忠令每天要服务四五家老人,平均下来每天要工作八九个小时,一周没有休息时间。在他看来,做养老护理员并不苦,如果说护理员不容易,老人其实更不容易。“大部分有需求的老人都是老伴在照顾着,他们可以说是全年无休,很多老人说着说着就会掉眼泪,太心酸了。”

上午9点50分,李忠令来到清江华府小区,住在这里的张先生早已起床,收拾完毕等待他的上门。张先生今年70岁,14年前突发脑溢血的他,虽然抢救过来,但大脑却严重受损。十几年来,老伴蒋女士全心全意照顾张先生,非常劳累,那种无力感只能在夜深人静时自己消化。2年前,张先生签约了家庭养老床位,评定为失能5级的他每周都会接受护理人员2次服务。“我们主要是有康复需求,

一位居家养老护理员的服务日常 上门助老,他为老人撑起一片蓝天

我国正步入老龄化社会,“养老”一直是全社会关注的问题,未来谁给我们养老?据调查显示,90%以上的老年人倾向于居家养老。一些失能半失能的老人,也不想离开家。正因如此,居家养老护理员这一职业逐渐进入人们视野。日前,记者跟随护理员李忠令的脚步,感受他们传递到千家万户的爱。



服务当天,老人换好衣服,盼着李忠令上门。

3 替人尽孝 无怨无悔

下午的时间,李忠令又先后来到两名老人家里服务。在位于延安路上的徐先生家里,李忠令首先给徐先生做上肢推拿,穴位准确,用力刺激……徐先生今年52岁,患有高血压,因为没有明显症状,未用药物治疗,三年前突发脑出血,抢救过来即意识丧失、肢体瘫痪。平时,照顾徐先生的重任全部压在他的父母身上。两位老人都已是78岁的高龄,本应是需要别人照顾的年纪,照顾儿子的难度可想而知。“李师傅脾气好,有耐心,有需要,他都帮忙。我俩年龄大了,弄不动儿子,多亏李师傅来照顾,他除了给孩子洗澡整理

个人卫生外,还坚持做康复训练,只有他的体力能撑住孩子。”老人激动地说道。从徐先生家出来,已是华灯初上,近两个小时的工作,除了中午的简单便餐外,李忠令的一天全部都在车水马龙的穿行路上或给老人的服务中度过。“第一代独生子女的父母已慢慢老去,需要照顾,一个孩子根本忙不过来,我们能解决所需,替儿女尽孝,也是行善积德的事。”李忠令告诉记者,老人们的爱与信赖就是他坚持下去的源动力,他也将带着这份心中的热爱,去迎接每一天的任务与挑战。 记者 许瑶

养老资讯

网课,老年教育迎来“升级版”

“淡墨画枝条,浓墨勾秋叶,用笔要柔中见刚……”北京市63岁的杨阿姨每天晚上都会准时守在电脑前,跟随屏幕另一端的老师学国画。如今,越来越多的老人开始尝鲜知识付费,通过上网课实现自我提升,丰富晚年生活。网上国画课 圆了杨阿姨梦想 如今,很多老人愿意通过购买网络课程,观看直播等新形势重拾年轻时的爱好和特长。 屏幕那头,老师用毛笔泼洒着一幅花鸟图;屏幕这头,杨阿姨按照老师的笔法,画得像模像样。杨阿姨的儿子告诉记者,学国画是母亲年轻时的梦想,到了老年终于实现了。“这个国画课6个月1380元,老人想学就掏钱报名了。”老年人拥有空闲时间和消费能力,对知识付费这种新事物也不排斥。除了学习国画、书法培养一门特长外,中医养生也是很多老年人热衷学习的内容。“49元钱就能了解点中医诊断学的知识,多学点没坏处。”家住北京市丰台区的徐阿姨在楼下锻炼, 鹿杨

讲文明 树新风 公益广告

2021年度 “感动青岛”道德模范

王菊秀

市南区金门路街道仙游路社区居民

助人为乐

你总看别人还需要什么,你总问自己还能做什么。古道热肠的善举,源自你温润的侧隐之心。毕生节俭,不吝扶危助困;耐得清贫,守得心灵富足。



中共青岛市委宣传部 青岛市文明办

“反对浪费 崇尚节约”公益广告



光盘行动

青岛市精神文明建设委员会办公室

辅酶Q10 12瓶仅需368 野生海参6斤999

随着年龄增大,想要年轻健康,就要饮食清淡,多注意保养。经评价,辅酶Q10软胶囊具有增强免疫力和抗氧化的保健作用,可随季节补充适量辅酶Q10软胶囊。
辅酶Q10团购活动通知
本次活动向消费者提供的精品辅酶Q10,由老年生活报康康商城直面对厂家批量团购,省去中间诸多环节,12瓶原价1288元团购价仅需368元。优质精品辅酶Q10,各项指标均达到相关标准,让读者能吃上正宗、便宜的好产品。
活动要求: 为了让实惠真正落到需要的读者身上,本次活动提出以下两点要求:①团购者必须是真正有需求的朋友;②为防止恶意囤货,每人最多购买2份。
特别提示: 每日前20名打进电话订购者,12瓶再送4瓶。



野生海参6斤999
淡干海参买1送1 沂蒙山蜂蜜10斤299
1.高档野生即食刺参:6-8年壮年参,肥美新鲜。今天333元/斤,3斤送3斤,6斤999元,本周特惠“买6斤送8斤”,14斤1998元吃半年。
2.大连臻品野生即食“参王”:深海纯野生、肉厚、壮年参,口感佳买2斤送2斤,共1099元。本周更推出“买4斤送5斤”特惠,9斤只需1998元,吃半年。
3.大连纯野生淡干刺参:刺好、筋粗、肉厚,涨发12斤以上,两种原价一斤2399元、2899元,现买1斤送1斤,都是回头客。
4.高档沂蒙山野生成熟蜂蜜:纯天然,不勾兑,香甜可口,滋补佳品,75元/斤,特惠买5斤送5斤,10斤299元。
电话:186-1519-3097 (各地免费送货)

2023年度《老年生活报》大征订敬老月钜惠

孝亲大礼包

孝亲大礼包重磅来袭! 159元可获得价值99元老年生活报一份+市场价199元双星中老年防滑鞋一双。大礼包仅限2000份,特惠超值,领完即止。

- 连续两年购买孝亲大礼包的读者,享孝亲大礼包9折优惠
- 购买孝亲大礼包的读者,享第二双双星鞋9折优惠

青报优选,您身边的订报专家。一键扫码,原产地好货送到家。 活动地点:沂水路8号甲青岛日报报业集团发行公司一楼展厅 热线:82880022