

## 青岛百岁老人已达1254位 有一种幸福,叫“家有一老,如有一宝”

10月13日上午9时许,刚刚吃过早饭的李德林和老伴金慧芳坐在自家客厅沙发上。金慧芳拿着刚送到的《老年生活报》,认真地读着她最喜欢的健康和文史版面。

家有一老,如有一宝。老年人是家庭的财富,也是国家和社会的宝贵财富。记者从青岛市民政局获悉,截至目前,全市80周岁及以上老年人共有30.8万人,1254位老人达到百岁及百岁以上。近年来,青岛市连续将优质养老列入为民办实事工程,致力于老有所医、老有所养、老有所乐,努力让每个老人都能安享晚年。



李德林夫妇

### 乐享晚年生活

#### 1 百岁老人倍感知足

李德林和金慧芳都是青岛科技大学的退休教职工,李德林曾是电工学教师、高级工程师,金慧芳则是学校的图书馆员。而即将102周岁的李德林也是目前青科大教职工健在的最长寿长者,80岁时,老人还在当时的青岛市退休工程师协会服务。

尽管前两年,因为一次摔伤,李德林在行动上有些不便,但两位老人思维清晰,尤其是金慧芳,见到记者的到来,格外善谈。老人的儿子李东告诉记者,两位老人平时喜欢读书看报,看新闻联播,最喜欢看的就是戏曲频道。“90多岁时,两人还一起上街买菜,父亲平时喜欢穿白衬衣,前些年一直是自己熨烫衣服。”

说到两位老人长寿的秘诀,儿子李东和女儿李明都说,最主要的还是心态。“一直以来,父母都是属于不争不抢的人,心态好,有什么过不去的坎,他们也不会太往心里去,没有脾气,总是很快乐。他们喜欢学习,喜欢帮助人,在潜移默化中影响着我们。”

提起现在的生活,两位老人表示十分满意,不仅学校领导经常到家里看望,国家和政府对老年人的各项福利政策也让他们感到知足和温暖。“我们每月有不错的退休金,有高龄补贴,老伴过了百岁后,还有百岁补贴,还有家庭病房,医护人员经常上门为我们检查身体。”金慧芳说,国家对老年人的照顾越来越好,为老年人提供了全面的保障,让每一个老人都能安享晚年。

#### 2 养老事业越发达 长寿老人会越来越多

10月13日,离午饭已经过去了一段时间,胡美琴才风尘仆仆地赶回家中。“大院那边有一些卫生工作需要处理,这是刚弄好。”

胡美琴今年81岁,是青岛市市南区香港中路街道云霄路社区云霄路大院的党支部书记,也是三个楼座的楼长,这份工作,她已做了整整22个年头。“我是1999年搬到这个大院的,没多久社区就找到我,希望我能为社区服务。”

胡美琴告诉记者,自己是1964年入党的老党员,一直以来,好学、好动、

好干。社区工作事无巨细,要考虑周全,有时也需要一些耐心。“虽然有时觉得挺累的,但很充实,心情也会跟着好起来。”

虽然已是八十多岁的高龄,但胡美琴却是个闲不住的人。“我以前是短跑运动员,跳舞也不错,退休后还在老年大学学了三年的民族舞。”正因如此,社区里的各项文体活动,都少不了胡美琴的身影。

“现在的小康生活,我还有什么不满足啊,我要好好享受当下,再活几十年。”对于现在的晚年生活,胡美琴感到很满

意,“从去年开始,我享受到了政府发放的高龄补贴,过年过节,街道社区领导也常来看望,如此好的社会养老服务是以前根本不敢想象的。”胡美琴说,养老事业越发达,长寿甚至百岁老人肯定会越来越多。



胡美琴

#### 3 高龄补贴守护最美“夕阳”

颐养天年,是所有老人的夕阳愿景。李德林夫妇、胡美琴的幸福生活是青岛养老服务发展的一个缩影。

据了解,百岁老人每人每月可享受青岛市财政不低于300元的长寿补贴金,在此基础上,各区(市)增发不低于每人每月100元。像胡美琴所在的市南区,拥有市南区户籍的百岁以上老人可享受每人每月500

元的长寿补贴,切实提升老年人生活的幸福感和获得感。

除此之外,青岛市对80周岁以上的老人均有补贴政策,80岁(含)以上青岛市户籍老年人每人每年150元体检补助;80~89周岁享受本市最低生活保障待遇的老年人高龄津贴标准每人每月不低于120元,90~99周岁享受本市最低生活保障待遇的老年人高龄

津贴标准每人每月不低于220元,其他80~99周岁老年人高龄津贴标准由各区(市)结合各自实际制定。“老人是每个家庭的宝,也会给下一代作出榜样,我们将不断完善养老服务体系,让老年人享受到优质精准的养老服务,切实提高老年人的生存和生活质量。”青岛市民政局养老服务处处长乔先华表示。

记者 许瑶

### 民政动态

#### 精神健康伴老龄 遇见美好享晚年

青岛崂山区开展特困老人心理救助活动



本报讯 近日,为深耕“物质+服务”多维救助体系,增强特困老人生活积极性,加强老年心理健康建设,在青岛市崂山区民政局的指导和支持下,崂山区社会福利服务中心联合崂山区链科社会工作中心“全心成长”困境人群心理救助项目组,开展了“有家”心理支持小组活动。

活动伊始,为了迅速活跃现场气氛,团辅老师安排了破冰游戏“风雨变奏曲”,让所有人员按照不同的天气指令,作出不同的动作。同时,为了增强小组成员与他人的沟通能力,建立与其他老年人的良好关系,团辅老师开展了“连点成线”的合作动手环节。所有成员在欢乐的气氛中相互合作,完成了挑战。

最后,为了增进小组成员和照护人员的关系,感谢照护人员的默默付出,小组成员在团辅老师的带领下,制作“微笑卡”,在卡片上写下想说的话,并将自己亲手制作的“微笑卡”送给了照护人员。

据了解,下一步,困难群众心理救助项目将继续通过系列心理团辅活动丰富特困老人精神生活,提升心理健康水平,培育积极向上的心态,增强的价值感,持续守护崂山区困境老人的身心健康。

(本报记者)

再过五天(23日)就是老人节!生命至上,健康第一!辛劳一生的老人们,要知道没有健康的体魄,难能尽享美好社会家庭生活。吃点海参把酷暑难耐的夏季消耗的体能补回来!老年生活报杨小兵珍品海参行——

# 品种多 质量好 价格低 服务优 放心买

特别推出下列四款质优价廉特价海参,惠顾新老客户  
另有多款:不同规格价位的长岛和大连刺参及即食刺参

本市免费送货  
全省全国免费包邮  
货到付款满意付款

买海参好礼相送

益生菌、绿茶、优质虾皮,可任选其中一份;还送用海参汤腌制的疙瘩头咸菜,拌或炒口感更鲜美,不失家庭餐桌上一道佐餐小菜,人们都爱吃。

杨小兵珍品海参行  
海参 阿胶 茶叶 蜂蜜 胶州路12号 电话:13105153320



长岛大连即食刺参	长岛优质刺参	长岛刺参	大连刺参
220元/1斤 买5斤送1斤	1200元/1斤 买3斤送1斤 买2斤送半斤	1950元/1斤 买3斤送1斤 买2斤送半斤	2350元/1斤 买3斤送1斤 买2斤送半斤

时间:10月18-28日 电话:131-0515-3320 135-0532-1980(杨小兵) 地点:市北区胶州路12号观象山庄大门一侧  
市立医院马路对面公交车站旁地铁1号线观象山市立医院站或中山路站A口下车