



## 桑榆热评

### “在外互帮父母” 需要“搭把手”

为了让出门在外的老年人都能及时得到帮助,社交网络上,一份自发形成的“在外互帮父母协议”悄然流行。没有约束条款,甚至缺少统一内容,这份协议却得到了众多网友的留言支持,纷纷表示“自愿签署”,并分享转发,呼吁大家出门在外,都尽己所能伸出援手。

“这一次我来帮助你的父母,下一次你帮到的或许就是我的父母”。相信很多人都清楚,这份所谓的协议并没有法律效力,无法形成行为约束。但这样一份“君子协定”,为何仍能让无数年轻人“上头”?说到底,无非是相信人间自有真情在。无论是在爬楼梯时帮拿重物的老人搭把手,还是进出地铁站时给旁边的老人找乘车码,这种互助的良性循环,既体现出“老吾老以及人之老”的传统美德,也让善意与关怀在接棒中传递。

必须认识到,“在外互帮父母协议”只是一种倡导呼吁。在不少年轻人选择跨城就业、定居的背景下,想要帮助留守老年群体乐享生活,还需官方前来“搭把手”。比如,加强城市基础设施建设的适老化改造,精减各类App、小程序……与此同时,也要在服务上做加法。比如,在地铁站、景区等位置增加工作人员或志愿岗,并针对老年人可能需要的服务展开系统培训,让“在外互帮父母”多点人手。刘硕

### 16部门启动实施 “体重管理年”活动

本报北京讯 近日,国家卫生健康委、民政部等16个部门联合印发《“体重管理年”活动实施方案》。

《实施方案》提出,加强老年人人体重管理,倡导家庭成员积极主动学习老年人人体重管理相关健康知识和技能,提高家庭健康养老水平。发挥基层医疗卫生机构家庭医生健康指导作用,指导老年人选择适口餐食、坚持适当运动,维持适宜体重,定期测量老年人人体重、身高、腰围和基本运动功能等指标,开展体重管理综合干预指导,预防肌肉减少及肥胖,减缓机能衰退。鼓励和支持城乡社区、老年大学、老年活动中心等开展老年人人体重管理教育。(张晶晶)

## 科技赋能老有所养 多重守护银发一族

### 2024青岛康养博览会科技感十足



智能产品在博览会上受青睐。

6月27日一大早,73岁的车先生兴冲冲地走入青岛国际会展中心1号展馆,了解各类科技养老产品。当日,以“迎接银发经济发展新时代”为主题的2024中国山东(青岛)国际康养产业博览会隆重开幕,“我每年都来逛逛,了解了解这方面的发展,也好为未来做好打算。”

2024年被称为银发经济元年,随着国办1号文的出台,银发经济也迎来快速发展。今年,近500家国内外知名康养企业齐聚青岛,博览会现场,不少企业带来了新潮、充满科技感和适老化的产品,以满足老年群体的多样化需求。

### 科技公司介入银发产业

在博览会展馆走一圈,扑面而来的是满满的科技感,行业内外技术交叉共振趋势明显。

在中车康养展区,记者看到一个连接着管子的纸尿裤,大小就像小型吸尘器一样。“这是我们研发的二便及卧床护理产品,主要适用于失能、半失能等老人。”工作人员告诉记者,这款二便智能护理机器人可自动感知,通过抽、洗、烘、消,进行全自动处理,一旦老人排出大小便,机器人能够1秒感应启动,并清洗回收完,整个清洗回收过程全自动完成。

“康养智能化主要面临老人隐私安全、监护人不放心等诸多问题,我们创新推出了AI辅助康养传感器,实现无感监测保护隐私,子女可每月掌握健康数据和起居生活。”博览会现场,华为带来的全屋智能解决方案吸引了不少老人和行业人士关注。据介绍,AI辅助康养传感器支持坐床、跌倒等检测功能,拥有智能分级告警和检测数据双重隐私保障,实现居家生活贴心守护。“我们这个系统采用了更加简便、轻量化的安装模式,支持

吊装及非吊装,通过PLC预埋连接网络组网,使用时通过AI辅助康养传感器进行非接触式检测判定,可以在卫生间、阳台、卧室等场景中被感知,且没有摄像头的监视感。”

展会现场最热闹的地方,莫过于一台自助式AI智慧中医四诊仪。站在仪器前,点击开始按钮,通过面诊、舌诊、脉诊三步测试,几十秒的时间,心率、血氧、精神压力指数、患疾病风险预估等数据都会显示出来,并会给出合理的调理建议,包括饮食、运动等。“测得很准,上面显示的症状和我平时身体反应出的症状是一样的。”正在测试的吴女士说。

### 居家适老化产品种类增多

“居家养老仍是未来最重要的养老模式。”中国社会福利与养老服务协会会长吴玉韶表示,在自己熟悉的生活环境里原居安老是中国传统,也是未来方向。

在展会现场,记者发现,居家服务多样化的需求,催生了种类繁多的适老化产品,也是此次老博会展出频次最高的展品。来自中山市的吉乐家现场带来的轻便型助行器,既能乘坐休息又能

装物,是日常散步买菜的好帮手;天津金岳带来的多功能电动床,除了常规电动床的床头床尾上升下降和床整体高度的上下升降外,还可以辅助离床,扶手可以根据需要选择封闭和打开……

适老化产品中最常见的就是扶手。在一家生产适老化企业展位前,各种适老化家具一应俱全。“桌子四个角都有扶手,还带有拐杖头,挡水槽是为了一旦洒水不流到衣服上,这些家具都是木制的,木制的东西更适合老年人。”话说间,工作人员还给记者展示了公司生产的养老台球桌、养老冰球桌,“这几年适老化改造是趋势,适老化产品要顾及老人的尊严、体面,这些产品也是为了让老人参与其中,更多地活动起来。”

### 品牌养老机构受青睐

近年来,随着人口老龄化进程的不断加快,老人们对于养老的观念也逐步改变,品质不断提升的品牌养老机构养老成为老年人的首选。为此,本届博览会邀请了福山养老、新华锦、中康颐养、宏远养老、福彩养老院、福彩四方、万林健康等知名品牌养老机构,为老人提供了一

站式选择养老机构的平台。

“这次特意来看看,也是想多家养老机构比较比较。”今年81岁的周先生和老伴家住崂山区,随着年纪增大,老两口也开始关注自己的养老问题。“之前也看了几家养老机构,莱西有一家就不错,服务、环境都可以,还是医养结合,我们去看了都很喜欢,现在也正在考虑。”在周先生看来,现在的养老机构生活有人照料,三餐营养均衡,各种活动丰富,老年人住进去子女也放心。“早晚要去养老机构,等和孩子们商量商量,价格在5000元以内的我们都能接受。”周先生说。

和周先生有同样想法的老人并不在少数,在中康颐养展位前,不少老人前来咨询。“今天来咨询的老人年龄范围比较广,大家的关注点不一样,像自理老人,正是要享受的时候,大家更关心生活品质。”中康颐养运营经理王丽表示,老年人的养老观念正在发生改变,而养老院的工作人员也正在朝专业化、年轻化发展,能为老人提供的服务更多样,老人的接受度更高,住养老院已经成为不少老人自主选择的晚年生活方式。记者 许瑶

## 数据多跑路 群众少跑腿 山东今年全面上线“退休一件事”

本报济南讯 近日,山东省人力资源社会保障厅等6部门印发《山东省推进优化“退休一件事”工作实施方案》,提出今年10月底前,打通部门业务衔接堵点,全面上线“退休一件事”,实现“退休一件事”经办流程的便利化规范化。根据《实施方案》,山东

省将进一步提升“退休一件事”服务质效,全面推动政务服务扩面增效,强化线上线下服务深度融合,强化部门联动,加强数据共享,丰富公共服务供给。梳理业务事项,对接“爱山东”业务中台系统。在实现线上办事“一网通办”“应上尽上”的基础上,加强跨层

级、跨部门数据共享,以山东省政务服务网为依托,利用、开发、优化现有工作信息系统,加强部门间信息共享和协同工作,实现信息主动共享。加强电子身份证、电子档案、电子签名等在办理流程中的应用,推进服务流程信息化、电子化,实现一表办理,深

化业务流程极简办理。企业参保职工在进行退休资格确认后,无须再次提交申请,实现养老保险退休待遇核定、医疗保险减员、医疗保险待遇核定、住房公积金提取等相关业务流程一链式办结,主动共享相关信息,实现“数据多跑路,群众少跑腿”。(齐静)