



阿尔兹海默症患者张青莲在社区认知症日间照护中心的窗边,阳光洒在她的脸上,她轻轻哼着歌,脸上洋溢着满足的笑容。

张青莲所在的社区认知症日间照护中心,正是

青岛市崂山区中韩街道海大路社区为认知障碍老年人打造的一个“记忆家园”。这里不仅为认知障碍老人提供了专业的照护服务,还通过丰富的活动和温馨的环境,帮助他们延缓病情发展,提升生活质量。

### 认知障碍友好社区: 为老年人打造温暖的“记忆家园”



认知障碍中心老人吃午餐。

#### 认知障碍友好社区: 从筛查到照护的全方位支持

“认知障碍是一种因大脑病变带来的记忆、语言、逻辑等认知功能异常的疾病,它不仅影响患者的社会功能和行为能力,也给家庭带来了巨大的照护压力。”海大路社区负责人曲桂英介绍,海大路社区现有居民584户,人口1640人,其中60周岁以上的老年人有472人,占社区总人口的三分之一,属于典型的老龄化社区。为了应对这一挑战,社区积极响应青岛市关于建设老年友好型社区的号召,率先在辖区内开展了认知障碍友好社区的建设工作。

社区通过与万林到家养老服务中心合作,建立了认知症日间照护中心,为轻度认知障碍和阿尔兹海默症患者提供专业的照护服务。万林到家养老服务中心的工作人员马珊珊介绍,中心不仅为老人提供日常生活照料,还通过认知训练、音乐疗法、手工制作等活动,帮助老人保持大脑的活跃度,延缓病情的进展。张青莲就是这些活动的积极参与者之一,她喜欢唱歌,每次参加音乐疗法时,她总是唱得特别投入,仿佛回到了年轻时在幼儿园工作的日子。

#### 三级预防模式: 早筛查、早发现、早干预

为了更早地发现认知障碍患者,海大路社区还积极开展认知障碍筛查工作。社区工作人员、志愿者经过专业培训后,定期为老年人提供认知功能初筛服务。对于筛查出的高风险人群,社区还会建议他们前往医疗机构进行进一步的诊断和治疗。

“认知障碍的早期筛查和干预非常重要,尤其是轻度认知障碍阶段,如果能够及时发现并干预,可以有效延缓病情的发展。”曲桂英说,社区通过三级预防模式,即病前预防、病中干预和病后照护,为认知障碍老人提供全方位的照护。

在病前预防阶段,社区通过健康讲座、认知训练等活动,帮助老人保持大脑健康;在病中干预阶段,社区用实际行为践行了“老有所养、老有所乐”的理念。“我们希望每一位老人都能在社区里找到属于自己的‘记忆家园’,在这里,他们不仅能得到专业的照护,还能感受到社区的温暖和关爱。”曲桂英说。未来,海大路社区将继续推进认知障碍友好社区的建设工作,为更多老年人提供贴心的服务,让他们在熟悉的环境中安享晚年。

#### 从社区到家庭: 构建认知障碍社会支持体系

除了日间照护中心,海大路社区还通过“健康筛

查+照护”模式,为认知障碍老人提供上门健康体检和筛查服务。社区与万林到家养老服务中心会定期组织医护人员和志愿者,为行动不便的老人提供上门健康检查,包括血压、血糖、认知功能初筛等项目,确保老人在家中也能享受到专业的健康管理服务。同时,还为认知障碍老人的家属提供照护培训,帮助他们掌握专业的照护技术。

“我们不仅要照顾老人的生活,还要关心他们的心理健康。”马珊珊说,认知障碍老人不仅面临着身体上的挑战,心理上的孤独、焦虑和抑郁也是他们常见的情绪问题。为了帮助老人更好地应对这些心理困扰,社区认知症日间照护中心会定期为老人提供心理疏导服务。

“当老人出现情绪波动或心理问题,我们会进行一对一的疏导,帮助他们缓解焦虑和抑郁情绪。”马珊珊介绍,中心会根据每位老人的具体情况,制定个性化的心理干预方案。比如,对于感到孤独的老人,会鼓励他们多参与集体活动,增加社交互动;对于焦虑的老人,会通过放松训练和认知行为疗法,帮助他们缓解紧张情绪。

海大路社区通过建设认知障碍友好社区,为认知障碍老人和他们的家庭提供了全方位的支持。从早期的筛查到专业的日间照护,再到家庭照护指导,社区用实际行动践行了“老有所养、老有所乐”的理念。“我们希望每一位老人都能在社区里找到属于自己的‘记忆家园’,在这里,他们不仅能得到专业的照护,还能感受到社区的温暖和关爱。”曲桂英说。未来,海大路社区将继续推进认知障碍友好社区的建设工作,为更多老年人提供贴心的服务,让他们在熟悉的环境中安享晚年。

除了日间照护中心,海大路社区还通过“健康筛

记者 王镜



“银龄先锋”队伍开展“绿色循环”活动。

### 1 “红色党建引领”, 绘就驿站创建底色

在全国第62个“学雷锋纪念日”期间,八大湖街道银龄先锋驿站6020红色教育联盟携手求实技术职业学院、乐活志愿者协会和青岛小袄关爱养老服务有限公司开展“学雷锋当先锋”志愿服务活动。老军医王学良与海陆空三军老战士李泽林以《寻雷锋的足迹,传播红色基因》为主题,深情地为青少年们讲述“永不褪色的军装”背后的故事。多年来,老干部志愿者王玉敏、纪文高、吴海青以“学雷锋当先锋”的切身体会,影响着青岛实验中学、南京路小学、宁夏路小学等学校的学生们。

### 2 “金色坚守初心”, 萃取文化传承本色

聚焦春节、端午节、重阳节等传统佳节,银龄先锋驿站组织开展十二属相卡花节、敬老粽子节、四世同堂同品腊八粥等活动20余场,大力弘扬敬老尊老文化,传播中华优秀传统文化美德。积极开展银龄宣讲团进学校、进社区、进楼宇、进网络等宣讲活动,老党员肖辉丽为宁夏路二小暑期班的孩子们讲述的《老科技工作者董罗海和南海石的故事》深受孩子们欢迎。举办的“培根铸魂传薪火,携手同心育英才”共庆教师节活动,放大“6020红色教育联盟”的“乘数效应”,萃取坚守初心、立德树人的“金色”底色。



“银龄先锋”志愿者在教幼儿园孩子识别百草。

## 八大湖街道银龄先锋驿站: “五色工作法” 霞光映岛城



青岛市市南区八大湖街道,活跃着一支由离退休老干部组成的“银龄先锋”队伍。他们虽已离开工作岗位,却秉持

### 3 “蓝色科技赋能”, 补足科普宣传成色

为进一步深化社区垃圾分类宣传教育,推动绿色环保理念深入人心,近日,市南区八大湖街道“银龄先锋”绿色循环垃圾减量科普宣讲活动在八大湖街道太湖路社区党群服务中心热烈开讲,街道老干部协会40余名老同志参加此次活动。

银龄先锋驿站吸纳一批老科学家、老干部、老教师进驻驿站开展科普宣教活动,精心推出20余场“银龄课堂”。老教师姜雁几年如一日开设公益声乐课,并经常带领到养老院慰问老人;老教授于元经常写诗鼓舞志士的斗志;老教师刘美兰则用实物和卡片把百草“种”进孩子们的心田;更令人感动的是,年过八旬、胸前佩戴着“光荣在党50年”纪念章的宋兰芳夫妇经常给孩子们讲红色故事。银龄先锋驿站举办书法、绘画、红歌赛、智能手机使用等悦享课堂,助力“银发族”在家门口便捷智学;走进辖区幼儿园举办酵素制作科普讲座,让“60+”为“20前”健康成长提供指导,共建美好家园。

### 4 “银色创建乐园”, 氤氲志愿服务暖色

前不久,八大湖街道银龄先锋驿站在延福花园举办了一场别具一格的善邻敬老活动。在志愿者汪海荣和张怡彤的带领下,学生志愿者们分组来到老党员家中,有的帮忙包饺子,有的打扫卫生……在这些活

### 5 “绿色循环减量”, 点亮低碳环保春色

“这是蒲公英,它不仅不仅可以美化我们的环境,还能做成茶,帮助我们清热解毒呢。”71岁的银龄先锋驿站负责人、志愿者队长李荣丽指着卡片上的小黄花向孩子们讲解着。近日,市南区洪泽湖路幼儿园与八大湖社区合作开展了一场别开生面的“萌娃趣探百草欢乐行”活动。银龄先锋驿站创新推出

“红色引领绿色”垃圾减量特色项目,建设市南区首个绿循环微生态花园,与延福幼儿园、金钥匙幼儿园、新昌路小学等学校携手,常态化开展垃圾减量、果皮制作酵素等活动。组织辖区青少年参与垃圾减量、制作酵素视频展,推动垃圾分类工作迈上新台阶,成为新风尚。

“我们退休了,做不了

着“退休不褪色”的情怀,持续释放正能量。近年来,八大湖街道银龄先锋驿站紧扣“6020红色集结号”离退休干部发挥作用品牌内核,创立“五色工作法”,通过“红色党建引领、金色坚守初心、蓝色科技赋能、银色创建乐园、绿色循环减量”,在党建引领、精准服务、文化养老、作用发挥、自身建设等方面协同发力,推动新时代离退休干部工作高质量发展。

先锋驿站成立善邻敬老工作团,下设幼儿团、小学团、初中团、高中大学团和低龄党员志愿者群,吸纳各学段学生融入社区,为离退休干部发挥作用、为青年一代勇担使命搭建平台,形成“60”与“20”的常态化互动。

什么大事,能在社区做一些‘小事’‘平常事’,献出我们的一份力量,我们感觉非常满足。”李荣丽告诉记者。这支银龄先锋队伍正以实际行动诠释着:最美不过夕阳红,初心如磐志更坚。他们的奉献不仅温暖了社区,更为新时代老干部工作书写了生动注脚。

记者 崔佳佳



“银龄先锋”队伍开展垃圾减量活动。

#### ● 老龄政策 ●

### 意外伤害不用怕 60岁以上有保险

青岛为60岁以上户籍老年人购买意外伤害保险



本报讯 为切实减轻老年人家庭负担,2024—2025年度青岛市将继续统一为60岁以上户籍老年人购买意外伤害保险。青岛市户籍老年人保险费为每人每年30元,其中有3元用于意外伤害者的康复指导服务。

据介绍,参保对象为2024年12月1日零时起,发生意外伤害时,年满60周岁以上的青岛市户籍老年人和常驻本市且持有暂住证的外市户籍老年人。已办理青岛市居住证且符合条件的非青岛户籍老年人可自愿购买,保费

由参保人自行承担。保险责任涵盖意外身故保险金、意外伤害伤残保险金、意外伤害医疗费用补助、意外伤害住院(照护)补贴等,保险期限为2024年12月1日零时至2025年11月30日24时。

据了解,本年度保险项目服务机构已经开通了24小时服务热线400-100-1117,为市民提供报案转接、咨询解答、赔款监督、纠纷调解、投诉受理等服务。参保对象发生意外伤害保险事故后,48小时内拨打服务热线进行报案,按照提示准备理赔材料并到就近理赔网点递交索赔材料,由保险公司审核并支付赔款。

(本报记者)

### 墨韵寄哀思 红色忆英魂

七旬翁书写《抗日英烈,民族英雄》长卷

本报讯 近日,青岛市市北区合肥路办事处桦川路社区党委会举办“墨韵清明 红色追思”活动,沉痛悼念革命烈士,纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年。

活动现场,青岛红高粱书院院长76岁的张家荣带来的书法长卷《抗日英烈,民族英雄》成为全场焦点。这幅长卷长达15米,约5000字,庄重书写着民政部、退役军人事务部分三批公布的1085位抗日英烈的名字。这些英烈身处山河破碎、强敌压境的至暗时刻,无畏生死,扛起钢枪,在烽火硝烟中与侵略者殊死搏斗,用生命捍卫祖国尊严,谱写了气壮山河的抗战史诗。



张家荣庄重地展开长卷,那一个个笔锋刚劲的字迹,瞬间将大家拉回那段艰苦卓绝的抗战岁月。随后,他饱含深情地发表演讲,分享创作背后的故事。他介绍,在一笔一划书写英烈名字时,仿佛能看到英烈们冲锋陷阵的身影,强烈的使命感驱使他务必以最诚挚的笔触,将这些名字完美呈现。(记者 张磊)