

养老消费,如何更好满足个性需求

在山东,每4人中就有1位老人。2024年,60岁及以上人口占比达24.62%,总数突破2400万。庞大的数字背后,是日益增长且分众化态势凸显的养老消费需求。只有把握需求变化,才能够激发和释放消费潜力。

5月15日,2025年山东首趟“鲁疆号”银发旅游专列启程。



选择养老院可“试住”七天

网购商品有“先试后买”“七天无理由退货”,你知道入住养老院也有先体验后选择的七天“试住”吗?4月初,86岁的刘奶奶走进烟台市老年福利服务中心,开启了7天的试住,“如果住得好,我就不走了。”

这是山东提振养老消费的创新举措:4月份,全省养老行业推出“百家养老机构试住周”活动,试住期间享受床位费全免、护理费及伙食费打折等优惠。这样一

来,既可以降低试错成本,让老人们能像网购商品一样,不满意就“七天无理由退货”,也为养老机构提供了展示服务、吸引老年人的机会,带动养老消费提质升级。

当一部分高龄老人走进当地养老院体验康养服务时,还有大批六七十岁的活力老人登上了山东银发旅游专列,奔赴“诗与远方”。

年龄一高一低,场景一静一动。当供给端能同时回答好“如何让高龄老人老有所依”与“如何让活力老人老有所乐”,银发经济的

蓝海,方能在供需适配的齿轮咬合中澎湃涌动。

让政策红利与市场需求同频共振

走路怕摔跤,洗澡怕滑倒,如厕蹲起困难……老年人在居家生活中,各类场景都有可能遇到难处。

今年2月,山东省印发《山东省消费品以旧换新居家适老化改造补贴实施方案》,将居家适老化改造纳入以旧换新支持范围,全省60周岁及以上老年人都可以享受,单件产品补贴额度

上限为其实际销售价格的30%。补贴政策推动居家适老化改造从“兜底保障”向“普惠共享”跨越,以真金白银激活消费市场。

今年以来,山东省打出政策“组合拳”提振养老消费。

2025山东养老服务消费提振年暨“鲁焕春欣”康养文旅消费季启动,推出一系列标志性活动,为养老服务消费注入新活力。

同时,通过政府搭台、企业参与、市场运作,引导各地推出一批标志性活动;上下联动、部门联合,围绕客流共享、活动共联、载体共建,放大展会等活动消费带动效应;聚焦供需对接,有效满足老年人“衣食住行用文旅康养体”等多方面需求。

做好“细”“适”“信”文章

在淄博市博山区大辛社区,蔺志凤老人的肩膀一不舒服,只需通过一个电子产品,就能在线呼叫按摩理疗服务。在泰山景区,老年人身着轻便的外骨骼机器人,轻松沿着陡峭山路攀登。

随着养老需求日益细分,银发经济赛道不断拓宽,对养老服务供给提出了更高要求。想要进一步激发养老消费活力,就必须答好更多“加分题”。

要在“细”上下功夫。青岛市养老服务协会专家委员会主任张志勤举例说,身边既有能熟练操作最新款智能手机的老人,也有人仍在使用老年机。这充分说明,养老消费市场需要精准细分,产品和服务更要分层分类,以满足不同年龄层次、健康状况及经济能力老年群体的多元需求。

要在“适”上做文章。张志勤说,“供给侧需深入了解老年人的消费心理、需求和场景,提供契合老年人特点且与时俱进的产品与服务。”

要在“信”上下力气。一些骗局盯上老年人的钱包,打“亲情牌”、挖消费陷阱。因此,守护老年人消费安全,既需要有关部门强化监管力度,严厉打击违法犯罪行为,也需要社会各界共同努力。刘笑笑 田汝晔

烟台:老年大学为基层养老治理注入活力

本报讯 在烟台市蓬莱区南王街道半岛蓝庭社区,一座没有围墙的“幸福银龄”老年大学正以创新模式与温情服务,书写老年人老有所学、老有所为、老有所乐的生动实践。社区党委立足老年人实际需求,以共建共享理念为引领,探索出一条课程赋能、志愿聚力、活动润心的特色路径,为基层养老与社区治理注入活力。

社区党委深入调研老年群体需求,构建“兴趣+实用”的课程体系,聘请专业教师团队,依托党群服务中心阵地,打造多元化学习平台。老年大学开设太极拳、书法、瑜伽、合唱等30余门课程,2024年新增国画班,全年吸引300余名学员参与,让老年人在家门口实现“兴趣变现”。

老年大学不仅是学习阵地,更成为社区治理的“人才孵化器”。社区挖掘学员潜力,发动40余名热心老人组成“幸福银龄”志愿服务队。学员从“被动接受服务”转为“主动服务他人”,带动更多老年群体参与社区事务,形成“学习—服务—反哺”的良性生态。(从春龙)

泰安:离退休干部党组织定制主题党日“套餐”

今年,泰安市岱岳区离退休干部党工委依托每月主题党日平台,为离退休干部党组织定制主题党日“套餐”,将“软要求”变成“硬措施”,不断提升组织生活对离退休干部党员的吸引力。

提供“菜单式”套餐,让主题党日有章有序。每月推送主题党日内容,给离退休干部党组织提供参考;依

托“岱岳老干部之家”微信公众号和全区离退休干部党建微信群两个阵地,发布学习内容,开展学习交流。

规定“组合式”套餐,让主题党日有本有源。设置现场参观考察、“光荣在党50年”纪念章颁发等“自选动作”,激励引导老同志坚定理想信念,永葆政治本色。开展回忆峥嵘岁月、对党说句心里话、给党员过政

治生日等“创新动作”,不断增强离退休干部党员的政治荣誉感、组织归属感和身份认同感,确保主题党日“源头”正、“党味”浓。

探索“创新性”套餐,让主题党日有声有色。以“实地参观+行走党课”的形式组织老同志接受党性教育。鼓励引导机关事业单位党组织和社区党组织联合开展以法治宣讲、物业管

理服务等为内容的主题党日活动,让有声有色的主题党日更具感召力。

推荐“单点式”套餐,让主题党日有为有效。针对离退休干部党组织党员身体状况、工作经历等实际情况,开展“讲初心、讲经验、讲担当”的“三讲”党课活动。激励更多老党员到基层一线发挥银辉作用,助力全区高质量发展。刘涛

“五彩银龄”绘就莒城基层治理新画卷

日照市莒县积极开展“银龄行动”,组织离退休干部参与基层治理与社会服务,助力老年群体实现老有所为。

银龄汇聚,搭建暖心家园
2022年6月,银龄工作室依托县老年大学正式成立,实施“志愿者编号备案制度”,构建银龄人才支持库,坚持以“红色初心、绿色爱心、黄色公心、橙色热心、蓝色责任心”的“五心筑五彩”理念,组建起“九队一团”志愿服务矩阵,吸引了众多离退休干部踊跃参与,为基层治理注入银龄力量。

“春风化雨调解队”穿

梭于大街小巷,及时化解邻里纠纷;“美丽河湖保护队”定期巡查河道,清理河岸垃圾,向周边居民宣传环保知识;“银龄驿站”成为基层治理的前沿阵地,将服务精准送到居民身边。

各级银龄驿站,普遍开设心理咨询站,关注群众的心理健康,为那些在生活中遇到困扰的人们提供专业的心理咨询和疏导服务。

“五彩行动”,点亮星火万象
“五彩银龄工程”涵盖了理论宣讲、扶助青年群体、关心关爱特殊老人等,丰富了“银龄行动”实践内容。

“清风送廉”银龄宣讲团以创新“宣讲+”模式,将党的理论和红色文化传递到千家万户。

面向青年群体,退休企业家与青年创业者结对帮扶,分享创业经验,解决青年创业过程中遇到的难题;退休教师在青年夜校开设各类实用课程,提升青年的职业技能和综合素质。

同时,离退休干部们还积极结对帮扶高龄孤寡、独居、空巢老人,为他们送去温暖与关怀。

关怀相伴,共赴美好新征程
在“银龄行动”的征程中,莒县十分重视对银龄

志愿者的关怀与激励,一系列贴心举措为志愿者们构筑起全方位、多层次的保障体系。

“积分超市”的设立充满创意,志愿者们凭借服务时长积累积分,可以兑换理发维修、家政清理、健康理疗等实用服务;“心灵相约”圆桌会是志愿者们心灵的栖息地。每周六,专业心理咨询师与银龄志愿者围坐交流,疏解生活与服务中的压力情绪。

随着“五彩银龄工程”的持续推进,莒县“银龄行动”将在基层社会治理等领域发挥更大作用,为城市发展增添新活力。史易可

夏季补阳气,姜枣茶怎么喝?

“冬吃萝卜,夏吃姜。”是一句流行于民间的养生谚语。姜枣茶,是最适合夏天的补阳茶。

生姜味辛性温,大枣味甘性温,姜枣一辛一甘,合而化阳。经常喝姜枣茶,既能补体内阳气之虚以温养脾胃,又能助阳气发散以排寒散湿,对于预防疾病有着很好的保健作用。

姜枣同用之妙在于:生姜辛散为主,得大枣乃不至于过散,大枣甘守功多,得生姜乃不至于过守。更因生姜温燥,与脾喜燥之性相合;大枣柔润,与胃喜润之性相投,姜枣配则能调脾胃以和里。

姜枣茶,逐渐被科普成“网红级”的养生茶饮之后,市面上也开始销售搭配好的成品。但姜枣茶成品往往会有一个问题,就是把不易保存的生姜变成了易保存的“干姜”。这样的姜枣配,性质有所改变,功效也就不尽相同了。

比较两姜的性味归经与功效,市售的姜枣茶,如果用的是干姜,一般人喝了后可能比较容易上火。

姜枣茶讲究从立夏开始一直喝到入伏的头一天,这样效果是最好的,能养阳排浊。但到三伏天来临时,就不建议再这样喝了。潘毅