

随着我国老龄化进程的加速推进,如何让老年人实现老有所养、老有所乐,已然成为社区治理领域中一项至关重要的课题。近年来,位于青岛市李沧区世园街道的南王家上流社区,积极探索老年友好型社区建设之路,凭借助老大食堂、老年养护院、爱心超市以及丰富多彩的文化娱乐活动等一系列暖心举措,切实提升了老年人的生活质量,增强了他们的幸福感和归属感。

青岛市李沧区南王家上流社区: “宠老”新花样 生活很快活



正做到了“便民惠民”,让老年人的生活更加轻松惬意。

此外,为了让老年人出行更加便利,南王家上流社区近年来大力推动无障碍环境建设。社区修建了便民通道,安装了防腐木座椅。便民通道平坦宽敞,方便老人行走;防腐木座椅可以让老人在行走过程中随时休息。

暖心餐饮: 敬老食堂吃出幸福味

“年纪大了,做饭实在不方便,社区助老食堂可真是解决了我的大问题!”75岁的王阿姨是南王家上流社区的居民,自从社区助老大食堂开放后,她每天中午都会来这里用餐。食堂精心准备营养均衡的中餐和晚餐,充分考虑老年人的口味和健康需求。“为了解决高龄老人外出就餐不方便的问题,我们还开通了上门送餐服务,有需要的老人可以打电话给社区或助老食堂提前预约上门送餐,到了吃饭点,助老食堂工作人员就送餐上门了。”社区副主任王龙告诉记者。

更为贴心的是,社区为60岁以上的男性居民和50岁以上的女性居民每月发放200元的用餐补贴。这一举措大大减轻了老年人的经济负担。

专业照护: 养护院里住出安心情

由于社区离周边的菜市场有一段距离,对于行动不便的老年人来说,买菜购物可能是一件颇具挑战的事情。南王家上流社区考虑到社区老年人的“难处”,开设了社区爱心超市,为每位居民每月发放200元菜金补贴,老年人可凭卡购买粮油、蔬菜等生活必需品。“以前买菜需要子女帮忙,现在只需步行几分钟就能到爱心超市选购。社区想得真周到,连买菜都替我们考虑到了。”正在挑选调味品的居民张先生说。

社区爱心超市的设立,不仅极大地方便了老年人的日常生活,还在一定程度上减轻了他们的经济负担,真

记者 崔佳佳

在青岛市崂山区金家岭街道康城社区,一支由退休老人组成的“夕阳红巡逻队”每天穿梭于小区各个角落,成为社区安全的“守护者”;“暖心桥”维修工作室的银龄志愿者们两年来为居民提供各类便民服务超过500次;“银龄艺术团”的精彩演出让社区文化生活更加丰富多彩……这些生动场景,正是崂山区深入开展新时代“银龄行动”的缩影。

面对人口老龄化加速的社会现实,崂山区创新思路,系统谋划,自2025年起全面推进“银龄行动”,通过政策引领、品牌带动、服务创新、积分激励等举措,充分激发老年群体参与社区治理的积极性,让“银发力量”成为基层治理的新动能。

凝聚“银发力量” 激活治理新动能 青岛市崂山区创新举措推进银龄行动,老年人老当益壮显担当

记者 王镜

1 政策搭台:让银发族有了新舞台

崂山区将“银龄行动”作为积极应对人口老龄化的重要举措,构建了完善的政策体系和工作机制。今年4月,《崂山区新时代“银龄行动”实施方案》正式出台,明确了“银龄行动”的目标任务、队伍建设、阵地建设等内容,实现了与乡村振兴、健康崂山等工作的有机结合。

在组织架构方面,崂山区成立了由区政府分管副区长任组长,民政、卫健、教育等30余个部门和街道为成员的“银龄行动”工作领导小组,建立联席会议制度,定期研究解决工作中的重点难点问题。同时,将“银龄行动”与老年友好型社区创建等工作一体部署、一体推进,确保各项措施落地见效。

2 品牌开花:每个社区都有银龄明星队

在区级层面,崂山区打造了“乐崂山海”服务总品牌,各街道社区结合自身特点,培育了一批特色鲜明的子品牌,形成了“一社区一品牌”的良好格局。

金家岭街道康城社区是其中的典型代表。作为一个老龄化程度较高的社区,社区创新打造“银龄筑家”品牌,通过“银龄服务联盟”整合社区卫生服务站、学校、商户等资源,组建了“夕阳红巡逻队”“银龄艺术团”等多支志愿服务队伍。目前,社区登记在册的银龄志愿者达231人,占社区志愿者总数的48.4%。

3 服务暖心:大爷大妈变身社区多面手

在“银龄行动”推进过程中,崂山区注重发挥老年人的专业特长和经验优势,创新服务形式,拓展服务内容,让“银发力量”在社区治理的各个领域绽放光彩。

康城社区的“暖心桥”维修工作室由6名具有专业技能的银龄志愿者组成,两年来为居民提供水电维修、汽车救援、血压计检测等10余项便民服务超过500次,服务范围覆盖社区12个小区。“戎耀家园”老兵服务队由社区退伍军人组成,无论严寒酷暑都坚守在校园安保、社区巡逻的第一线,被居民亲切地称为“社区守护神”。



凝聚“银发力量” 激活治理新动能

记者 王镜

4 积分有爱:做好事获得特色激励

为建立“银龄行动”长效机制,崂山区创新实施志愿服务积分兑换制度。康城社区开发的“康城之家”积分小程序,可以详细记录志愿者的服务内容和时长。志愿者积累的积分可以兑换米面油等生活用品,也可以兑换社区老年大学课程、小学生课后辅导等服务。

2024年,社区专门筹资2万元用于积分兑换,213名银龄志愿者成功兑换了心仪的礼品,占参与兑换志愿者总数的60.86%。“通过积分兑换,我们既是对志愿者付出的认可,也是希望吸引更多人参与进来。”臧晓恩表示。

除了物质激励,崂山区还注重精神激励。各社区普遍设立了“银龄荣誉墙”,展示优秀志愿者事迹;定期开展“银龄之星”评选活动,通过公众号、短视频等平台广泛宣传先进典型。截至目前,仅康城社区就有12名个人和5个团体获得“银龄之星”荣誉称号。

5 多方受益:老人开心 社区省心 社会放心

“我们通过‘银龄筑家’这个品牌,既为老年人提供了发挥余热的平台,又为社区建设注入了新活力。”康城社区党委书记臧晓恩说,品牌建设不仅提升了服务的组织化程度,更增强了老年志愿者的归属感和荣誉感。

“银龄行动”的实施,取得了显著的社会效益。对老年人而言,参与志愿服务让他们重新找到了人生价值,实现了“老有所为”。康城社区72岁的王先生参加“夕阳红巡逻队”后说:“退休后总觉得生活少了点什么,现在每天为社区做点事,感觉整个人都年轻了。”

对社区而言,“银龄行动”有效补充了基层治理力量,提升了治理水平。康城社区先后荣获“全国学雷锋志愿服务站”“全国健康社区示范点”等多项国家级荣誉。臧晓恩感慨:“银龄志愿者不仅是服务的提供者,更是社区建设的智囊团,他们的经验和智慧是我们最

莱西市姜山镇全家屯村:

“银龄互助+文化养老” 解锁养老新“享”法



青岛市民政局 老年生活报联办

“大妈,今天咋没见您上街拉呱,有啥事儿吗?我过来看看您。”60岁的银龄志愿者王阿姨走进81岁独居老人王大妈家中,关切地询问道。在莱西市姜山镇全家屯一村,这样温暖的场景每天都在上演。自村里成立“银龄精准结对帮扶组”后,高龄老人每天都能迎来低龄志愿者上门探望,养老服务再无后顾之忧。

帮扶组的成立,实现了对村里高龄老人的精准结对照顾。以“两人帮一人”为原则,组织身体健康、相对年轻的低龄老人与失能、半失能或独居老人结对,针对老年人日间照护缺失、精神生活匮乏等问题,明确了代购生活用品、陪同就医、助餐洁等服务内容,开展“2对1”照看。目前,村里已组建12个互助小组,覆盖24名高龄老人。帮扶组的成立有效提升了村里高龄老人的生活质量,为年轻人解决了后顾之忧。

此外,村委每月评选“银龄互助之星”,以此调动和激发低龄老人的参与积极性。

文化志愿队

老有所乐添活力

“银龄文化志愿服务队”为村里老年人带来了诸多欢声笑语。村里挖掘内生动力,发挥老年人特长,吸纳文艺爱好者组建志愿服务队,开设戏曲、二胡、广场舞等兴趣班,让老年人在生活之余感受文化熏陶。村里还

定期开展“戏曲大舞台”“邻里茶话会”“银发才艺大赛”等活动。在春节、元宵节、端午、重阳节等传统节日,组织村民开展“祖孙共庆”“老党员故事会”等活动,充分展现老年人的价值。每次活动,老人们都积极报名、投入创作。目前,已有83名老人经常参与活动。近年来,村里共举办各类文化活动12场,现场视频直播观看量超万人次。“现在活动多了,我们每天都过得充实!”村民张大爷感慨道。

老年人文化生活的丰富离不开村委的大力支持。村委将闲置用房改造为“老年人活动室”,设置棋牌室、图书角、健身区,日均服务老人40人次,让村里养老的老年人真正实现“老有所乐”,生活幸福感倍增。

全家屯一村以“物质+精神”双轮驱动,在保障老人基础生活需求的同时,整合资源,开展多部门合作,让更多老年人享受幸福晚年。本报记者

●工作动态●

公益主题课堂助力全民健康体重管理



认识与重视。

课上,青岛市老年活动中心营养课教师张燕围绕着如何结合中老年人的实际情况,进行有效的健康、营养和运动管理,以达到健康体重管理的目的,她强调,对于中老年人而言,理解个体差异,制定个性化的健康计划至关重要。张燕结合实际案例,给出了针对性的建议,如如何调整饮食结构以满足身体所需的营养,以及如何选择适合的运动方式来促进身体健康。她的讲解深入浅出,让在场的每一位学员都能够受益匪浅。

(本报记者)