

这里的晚年,是重启的“青春”

太保家园青岛社区两周年交出亮眼答卷



1 文娱相伴:从“孤单宅家”到“活力成团”

“原来家住5楼,上下楼不方便,常年闷在家里,觉得很孤单。”84岁的王阿姨,是太保家园青岛社区的首批“居民”之一。对她而言,从传统居家养老到社区集体生活,最大的变化不是地点,而是整个生活状态的“焕新”。如今,她的日程表被书法绘画、合唱排练、主题出游等活动填满,更成为“秋韵艺声”艺术团的核心成员,唱歌、拉手风琴,忙得不亦乐乎。

“这里不是封闭的养老院,而是真正的开放性养老社区。”王阿姨特别提及每周五的“超市日”——社区会安排专车接送长者前往大型商超采购,行动不便者有照护师全程陪同。“能自己挑选生活用品,这种掌控感让心里特别踏实。”她的话语道出了不少长者的的心声。

快乐活动部负责人介绍,社区构建了多层次的文娱体系:每日有晨间八段锦、书法绘画等常规活动;定期开展智能手机教学、中医养生讲座、趣味运动会;每月还有写福字、做香囊、晚会等主题节庆活动,外出参观博物馆、海边踏青挖蛤蜊等户外活动也从不间断。长者可根据兴趣自由选择,真正实现“我的生活我做主”。

92岁的王阿姨用“新生活的开始”形容自己的转变。这位时髦的“90后”,初入社区便被大厅的钢琴吸引,此后不仅学会了弹琴,还主动学习英语,常与年轻工作人员交流。“刚来时觉得养老就是‘等老’,住进来才发现精彩刚开场。”她的心态转变,源于社区打造的“价值实现”平台——有特长的长者可开设小讲堂,艺术团成员为生日会登台表演,在分享与展示中,长者们重新找到被需要、被认可的价值感。



2 医养护航:从“子女牵挂”到“安心托付”

“以前在家给母亲装了监控,我和哥哥轮流盯着屏幕,就怕她磕碰。现在母亲住这儿,我们彻底放心了。”王阿姨女儿艾女士的感慨,道出了众多子女的心声。在太保家园,专业的照护与医疗服务,为长者的健康筑起了坚实防线。

照护师小马记得,70岁的宋阿姨刚入住时因骨折术后卧床,连进食都需要协助。“我们制定了个性化康复计划,从每天5分钟锻炼开始,逐步增加到20分钟,搀扶着她一步步练习走路。”小马说,照护长者既要细心更要耐心。三个月后,宋阿姨康复出院,临别时抱着她激动落泪:“谢谢你们给了我第二次行走的机会。”

专业的医疗资源更是社区的“硬核实力”。中医师姜大夫毕业于山东中医药大学,曾在市南区医院从事中西医结合诊疗工作。来到社区后,他为长者提供针刺、艾灸、红外线理疗等全方位中医服务,还定期开展健康科普讲座。据姜大夫回忆,82岁的王阿姨曾受口腔黏膜白斑困扰,多家医院治疗无果后,经姜大夫辨证开方,调理3至4次便彻底痊愈。“用医术为老人解除痛苦,这种成就感无可替代。”姜大夫说。

此外,社区与上海瑞金医院合作推出远程医疗服务,长者无需舟车劳顿,就能与顶级医院专家线上“面对面”远程问诊。流感季组织集体接种疫苗、24小时健康巡查等细致服务,更让健康保障无处不在。为方便家属了解情况,社区为每位长者组建专属家属群,照护师、医生、厨师等每日分享长者生活照片和健康状况。“看到母亲专注画画的照片,我们全家都更安心了。”一位家属说。

此外,社区与上海瑞金医院合作推出远程医疗服务,长者无需舟车劳顿,就能与顶级医院专家线上“面对面”远程问诊。流感季组织集体接种疫苗、24小时健康巡查等细致服务,更让健康保障无处不在。为方便家属了解情况,社区为每位长者组建专属家属群,照护师、医生、厨师等每日分享长者生活照片和健康状况。“看到母亲专注画画的照片,我们全家都更安心了。”一位家属说。

此外,社区与上海瑞金医院合作推出远程医疗服务,长者无需舟车劳顿,就能与顶级医院专家线上“面对面”远程问诊。流感季组织集体接种疫苗、24小时健康巡查等细致服务,更让健康保障无处不在。为方便家属了解情况,社区为每位长者组建专属家属群,照护师、医生、厨师等每日分享长者生活照片和健康状况。“看到母亲专注画画的照片,我们全家都更安心了。”一位家属说。

“原以为来这儿是‘熬日子’,没想到是新生活的开始。”92岁的王阿姨梳理着刚烫好的卷发,笑容里透着同龄人少有的活力。12月15日,太保家园青岛国际康养社区迎来运营两周年“生日”。两年来,这座坐落于市中心、推窗即见山海的养老社区,从零起步,如今入住率已达70%。它究竟有何魅力,让众多长者选择在此开启人生新程?近日,记者深入社区与入住长者、家属及一线工作人员交流,发现答案藏于“快乐”“健康”“家”三个质朴而温暖的关键词之中。

3 温情守护:从“衣食住行”到“家的归属”

“床单被罩每周换洗,房间每天打扫。”王阿姨说,闲暇时她会到邻居家串门聊天,邻里间的互助让她倍感温暖。在太保家园,“家的归属感”不仅体现在整洁环境中,更渗透在衣食住行的细节里。

姜厨师长拥有多家五星级酒店工作经验,他将星级烹饪与长者饮食需求结合,打造出营养均衡又贴合口味的老年餐。“老人牙口不好,饭菜要软烂;味觉退化,调味又要适度,关键在平衡口感与健康。”姜厨师长说,“做些他们爱吃的菜,让他们感受到家的味道。”

社区位于市中心,方便子女探访。艾女士说,当初考察多家养老机构后选择太保家园,不仅因环境优美、距离适中,更因这里的氛围:“母亲爱热闹,在这里她找到了真正的快乐,这比什么都重要。”

如今,太保家园青岛社区入住率达70%。“让长者在安全舒适的环境中延续生活方式、找到晚年价值,这是高品质养老的核心。”社区负责人苏晗表示,未来将引入更多专业医疗资源、组织代际交流活动,让长者保持与社会的连接,让生活始终充满新鲜感。正如王阿姨所说:“在这里,我们不是在养老,而是在享受生活。”对于追求品质晚年的长者而言,这座山海之间的社区,无疑是安放幸福的理想家园。



为让更多老人能够亲身体验太保家园的优质服务,
太保家园青岛国际康养社区推出三天两晚试住活动。
读者可拨打电话咨询,开启属于您的幸福养老之旅。

咨询电话:0532-86682288
家园地址:青岛市市南区香港西路47号