

推动医养结合深度发展 加快建设老年友好型社会

青岛市老龄工作委员会全体(扩大)会议暨深化养老服务改革工作会议召开



2026年春节期间,青岛中海锦年长者公寓的工作人员陪着入住老人做手工。

本报讯 3月3日下午,青岛市老龄工作委员会全体(扩大)会议暨深化养老服务改革工作会议召开,会议深入学习贯彻习近平总书记关于老龄工作的重要指示批示精神,全面传达省委省政府深化养老服务改革发展意见及贯彻落实要求,全力推动新时代青岛老龄工作高质量发展。副市长、市老龄委主任赵胜村出席会议并讲话。

会议指出,2025年,市老龄委发挥牵头抓总、统筹协调作用,各级各部门协同发力、同向推进,聚焦“中国康湾”建设培育康养产业新动能,积极应对人口老龄化

老龄工作机制更加完善、为老服务供给更具品质、友好社会建设更有成效,让全市老年群体的获得感、幸福感和安全感持续提升。

会议强调,“十五五”时期是我国人口老龄化水平由中度向重度演化的关键阶段,也是我市抢抓窗口期、塑造新优势的战略机遇期。必须对标中央部署、紧扣省市要求,以更高标准、更实举措推动老龄事业全面进步。要突出规划引领,科学编制“十五五”老龄和养老工作规划,夯实基层工作基础。要深化养老服务改革,狠抓安全生产整治,完善设施、资金、人才要

素保障。要健全社会保障和健康支撑体系,推动长护险提质升级、医养结合深度发展。要加快建设老年友好型社会,推进公共设施适老化改造,构建老年人社会参与长效机制。要坚决维护老年人合法权益,出台优待办法,严厉打击涉老侵权行为。要促进老龄产业良性发展,积极争取国家政策支持,推动适老产品研发创新和成果落地。

据悉,去年以来,全市持续深化“银龄行动”“敬老月”等品牌活动,稳步推进老年友好型社区建设。长期护理保险提质增效,累计惠及16万失能老年人;15分钟养老服务圈基本形成,老年助餐服务扎实推进,全国养老服务消费补贴首批试点成功落地实施,1.4万名中度以上失能老年人享受到政策红利,3.24亿元各级资金为养老服务发展提供了坚实的要素支撑;康复医院(护理院)县域覆盖率达到80%;公共空间适老化改造持续推进,新增加装电梯276部、适老化口袋公园65个。

(记者 王镜 尚美玉)

最高检:持续深化老年人等特定群体合法权益保护

本报讯 3月2日,最高人民检察院举行“持续深化‘检护民生’专项行动”新闻发布会,通报2025年全国检察机关深化“检护民生”专项行动的主要情况和举措成效,发布一批典型案例,回答记者提问。

最高人民检察院党组成员、副检察长史卫忠说,持续深化老年人、残疾人等特定群体合法权益保护,强

化重点场景无障碍环境建设公益诉讼监督。

2025年1至11月,全国检察机关共办理涉养老服务、高龄津贴等老年人权益保护公益诉讼案件600余件,办理无障碍环境建设检察公益诉讼案件2500余件,聚焦交通出行、医疗服务等重点场景突出问题强化监督力度,联合民政部、中国残联发布一批无障碍和适老化检

察公益诉讼典型案例。

最高检加入全国老龄工作协作机制成员单位,积极配合开展2025年全国“敬老月”活动,联合民政部等多部门印发《关于建立健全维护老年人合法权益工作机制的指导意见》等文件,促进从适老化改造、老年人权益保障等多个维度精准施策。

(孟亚旭)

山东新增2项 养老服务省级地方标准

本报讯 近日,山东省发布《为老志愿服务规范》《特殊困难老年人探访关爱服务规范》2项省级地方标准,旨在提升为老服务的专业化、规范化水平。

《为老志愿服务规范》聚焦为老志愿服务的组织实施,规定为老志愿服务的基本要求、志愿者招募与培训、服务内容、服务流程以及评价改进机制等内容,确保为老志愿服务在保障老年人安全的前提下有序开展,提升为老志愿服务的精准性和规范性。

《特殊困难老年人探访关爱服务规范》主要面向独居、空巢、留守、失能、重残等老年人群体,规定了探访关爱服务的对象分类、基本要求、服务流程等,明确健康管理、居家安全、应急救援等七大服务内容。

截至目前,山东省共发布养老服务省级地方标准15项,其中“十四五”以来发布11项,推动新时代养老服务从“有”向“优”转变,进一步增强老年人的获得感、幸福感、安全感。(刘涛 姚依荷)

三部门:新建住宅项目 必须配建养老服务设施

本报讯 为了降低养老服务用地成本、盘活存量空间,日前,自然资源部、民政部、国家卫生健康委等三部门近日联合印发《关于深化自然资源要素保障支持养老服务改革发展的若干措施》,着力减轻市场主体负担,释放服务供给潜力。

三部门表示,将推动扩大普惠养老服务供给,要求新建城区和住宅项目按照规划标准同步配建养老服务设施。同时,围绕“降成本”,支持土地混合开发与空间复合利用,允许非独立占地养老设施与其他建筑兼容建设。对非营利性养老机构用地应保尽保、依法划拨,免除土地出让金。对营利性养老用地全面推行长期租赁、先租后让等灵活模式,土地出让金可分2年缴清。围绕“用存量”,鼓励在城镇区域的老旧小区周边边角地、夹心地等零星用地上,改造或增设养老及医养结合设施,并支持非营利性养老设施依法依规调整容积率、建筑高度。在农村区域,优先利用闲置集体建设用地建设养老设施。

(崔霞 金晓曦)

这样睡觉,
抗抑郁还对心脏好

多项报告显示国人睡眠状况不佳。过去10年间,国人入睡时间晚了2个多小时,睡眠平均时长从8.5小时减至7.06小时,仅35%的人睡够8小时;超5成职场青年每天0点后睡,13%的人熬到凌晨2点后,仅6%的人能在22点前入睡。

长期睡眠不足,让人变丑、变笨、变胖,增加心脑血管疾病风险,还易情绪失控,游走在焦虑、抑郁边缘。不过,春节假期睡懒觉是身体和心理的双重“大补”。2025年新研究发现,假期比平时多睡1-2小时,抑郁症风险降低41%;假期补觉超1小时,心血管疾病风险降低63%;长期睡眠不足者降低幅度近70%;假期补觉0-2小时,高血压风险降低18%;补觉≥2小时,风险降低23%;假期补觉每增加30分钟,肥胖风险降低7%。所以,春节假期不妨尽情睡懒觉。