

老年友好型社区,何以友好

“三个一”为老服务、建设“5个家”……岛城部分社区创新养老服务模式各显神通



何为老年友好型社区?顾名思义,就是让老年人在社区生活得舒适自在、充满幸福感。

为了给老年人创造更加舒适、便捷的生活环境,青岛市积极推进老龄工作,扎实建设老年友好型社区,在改善老年人居住环境、方便老年人日常出行、提升为老年人服务质量、扩大老年人社会参与、丰富老年人精神文化生活等方面各有所长。如今的养老已然打破传统意义上的基本生活照料,而是让每个老年人都能实现老有所养、老有所为、老有所乐。

近日,记者走进青岛市各个街道社区,看看他们如何打造自己的养老服务模式。



▲下崖社区文化氛围浓厚,丰富老年人精神生活。

▼宿流社区为老年人提供各种便民服务,增强老年人生活幸福感。

下崖社区

一段操、一堂课、一餐饭 “三个一”为老服务见真章

2022年7月圆满实现回迁,2023年12月转型为城市化社区,位于城阳区的下崖社区现有居民2458人,其中老年人口占比30%。下崖社区通过“一段操、一堂课、一餐饭”,联系起了社区一个个“小家”,树立了“家风下崖”文化品牌。

练好“一段操”,不仅强身健体,更能调整心态。在社区的号召下,每天,老人们都会在钱桌街广场相聚,做“拍打养正操”。作为一种传统的健身方式,拍打养正操不仅可以锻炼身体,还有助于调节身心,提高免疫力,每天一“健”看似是不经意的拍拍打打,其实每一个动作都有名堂。老人们在广场上求知、求健、求美,不仅身体健康了,“心”也聚在了一起。

今年70多岁的万瑞云老人与梁秀花老人已经“不对付”几十年了,二人之间的矛盾由来已久,平时鸡毛蒜皮的小事得不到解决,天长日久,积怨便难以化解。“自从开始做拍打操,除了身体素质增强以外,我感觉我的思想境界也提高了。”万瑞云笑着告诉记者,每天来广场一练,让她身心舒畅。身体条件允许,自己也想回馈社区,于是她主动当起了社区志愿者,在参与社区组织各种公益活动的过程中,万瑞云逐渐认识到了自己的问题,累积多年的心结终于打开。今年春天,她主动找到梁秀花聊起了往事,两人在欢笑声中化解了几十年的矛盾。

“每周来社区上课真是太有意义了,不仅充实了生活。还能学到不少东西!”原来,下崖社区还有个“社区老年大学”,在校学员共400余人。这“一堂课”打破了传统的教学模式,从老年人自身的需求和家庭实际出发,采取多渠道、多类型、多层次的方式开展教学。目前,培训班已经举办了60多期,教学内容涵盖国学文化、养生知识、生活常识等多个领域,让老年人在学校里坐得住、听得进、学得好,在专业讲师的带领下,学员们既能学知识、讲礼仪,又能唱红歌、做游戏。

“退休以后在家里也没事做,我一看咱们社区的培训班办得真不错,就来报名参加了。体验下来真是感触很深,培训班让我们这些老年人学到了知识,开阔了眼界。”今年74岁的张阿姨通过培训班掌握了很多养生知识,她利用老师在课堂上教授的知识,每天在家研究营养搭配,根据建议调整自己的生活习惯,精神面貌越来越好了。

为有效解决社区60周岁以上老人以及独居老人的吃饭问题,社区投资60余万元改造了社区助老餐厅——德馨餐厅。餐厅配备工作人员6人,专门从事采购食材以及午餐制作,社区在城阳区老年助餐补贴政策的基础上,为社区内60岁及以上老人单独就餐补贴3元,进一步提升了午餐的质量。“我们社区老年助餐服务的方式主要包括定点用餐和送餐上门两种形式,行动能力较好的老年人可以在餐厅定点用餐,餐厅提供用餐服务;对于行动不便的老年人,社区就会通过志愿者团队,将餐食送到老年人的家中,解决他们的饮食问题,助餐设备上刷卡完成相应餐费优惠补贴就能吃上‘暖心饭’。”下崖社区助老餐厅负责人介绍。



五四广场社区

建设“5个家” 打造“品质养老生活服务圈”

香港中路街道五四广场社区位于市南区核心区域,人口密集,老龄化程度高,社区老人对老年生活水平的要求比较高,社区居家养老服务需求也十分迫切。

位于徐州路2号的香港中路街道综合养老服务中心,是五四广场社区以市南区“睦邻家”社区养老品牌文化为主线打造的创新样板,其中,最具特色的“5个家”服务体系,即公益之家、膳食之家、医护之家、康复之家、文娱之家,为老人带来了高品质养老服务。中心内设有社区幸福食堂、康复大厅、康养花园、街道老年大学、民情茶室等服务场景,并配备了专业康复医疗和护理服务团队,为社区居民提供“医、康、养、护、娱”为一体的专业化康养服务和邻里休闲共享空间。

漫步在社区内,最直观的感受就是环境十分舒适。社区内多个休闲广场和花园内都设置了不少长椅和遮阳设施,并且间隔并不远,老年人可以在这里散步、休憩、聊天,享受户外时光。为了方便老年人出行,社区更新了不少无障碍助老设施,街道上多了连续、平整、防滑的盲道,路口处设置了方便轮椅通行的缘石坡道。养老服务中心室内的走廊、楼梯、周边步道两侧都有扶手,卫生间内也配备了带扶手的马桶和淋浴设施。

“我们社区的综合养老服务中心不仅配备了专业的医疗护理人员,为失能、半失能老年人提供老年病诊疗、上门护理、生活照料等服务,还设有康复大厅,引入先进的康复医疗设备和‘社区康复型日间照料’服务模式,由专业人员针对老年人的康复需求,制定针对性的康复训练计划,同时配合营养管理、认知干预等手段,帮助老年人恢复身体功能,提高生活质量。”五四广场社区相关负责人介绍。

除此之外,养老服务中心还设立了街道老年大学,每天开展各类老年文化和艺术课程,定期组织举办节日文化活动,有养生夜市、老友记故事会、重阳游园会等,让社区老人们在熟悉和温馨的文化氛围中感受到归属感;中心还配备了专职的社会工作者,开展“朝夕学堂”系列老年兴趣主题活动,如短视频拍摄剪辑课堂、剪纸非遗文化传承学习、中医四级养生课堂等,关注老人的心理和身体健康,提高社区老人的幸福指数。

五四广场社区形成了以社区为依托、机构为补充的养老服务体系。通过政府购买服务、社会组织参与等方式,为老年人提供生活照料、助餐助浴、康复护理、精神慰藉等全方位服务。目前,街道内享受居家养老服务的老年人达到1000余人。

宿流社区

依托敬老孝亲文化底蕴 深化社区品牌 文化治村

地处红岛街道西南区域的宿流社区现有居民4200余人,60周岁及以上老年人1192名,约占总人口的四分之一。针对社区老年人的状况,宿流社区依托红岛浓郁历史传统和孝亲文化底蕴,打造了“行孝亲民 德承宿流”品牌,深入推进“以孝治村”,探索出了一条德治治村发展新路径。

为了切实解决社区居民养老问题,宿流社区设立孝德基金,通过“定额补助+定向补助+走访慰问+暖心关怀”的方式,积极构建“子女尽责、集体担责、社会分责、政府负责”的孝善养老格局;社区还组建了5支志愿队伍,聚焦老人需求,帮老人办好实事。

“感谢社区为我们提供了这么宽敞的空间,我和老朋友们每周都来参加文艺活动,有空还能来打牌,老姐妹们一块唠唠家常。”今年68岁的张慧兰告诉记者,社区的老年活动中心功能齐全,有多功能活动室、棋牌室、图书室、舞蹈室、茶艺室、心理咨询室等,室外还设有银龄大舞台、娱乐广场等功能场所。“活动中心还配备了轮椅、助行器、医疗箱、老花镜等老年用品,可供老人借用,我们在家门口就可以进行健身锻炼。”张慧兰说。

为了丰富老年人精神生活,社区积极创办老年大学,为老年人创造更多学习机会,目前参加社区大学的老年人有500余人,提升了社区老年人的幸福感、获得感。在社区的鼓励下,社区老年人积极参加社区文化团队,创建了宿流百乐合唱团、宿流渔家乐柳腔剧团、宿流社区艺术团等7支文化队伍,自编自演的《渔鼓唤醒500年》荣获市、区多个奖项,文化氛围浓厚。

“孝亲周”活动、吃百家近邻饭、各种大型文艺演出……为了进一步强化“行孝亲民 德承宿流”社区品牌,2023年宿流社区孝亲文化艺术节,表彰了社区38名“最美宿流人”和“厚德忠孝老人”,增进邻里情情的同时也传承弘扬了中华优秀传统文化,在全社区上下形成崇德向善、见贤思齐的浓厚氛围。

观海新闻/青岛早报记者 吴涵 受访者供图



扫码倾听 本版有声新闻



扫码加入 早报银龄俱乐部