

有声周刊  
声入你心

青岛早报《常青树》周刊“有声阅读”自2022年推出以来,深受广大中老年读者的喜爱,成为银发族文化消费的新选择。周刊的主要文章配有一个有声二维码,读者用手机扫描二维码,就可以倾听有声新闻。新闻内容由专业播音员以舒缓清晰的语调录制。“耳朵阅读”正悄然改变着银发族的文娱生活方式,让知识获取不再受限于老花镜和纸质书,真正实现“闭目可享,开耳即听”的文化养老新体验。来吧,来到《常青树》有声周刊,体验声入耳、心心相印的精彩,一起感受美好城市“声”活!



本版有声新闻  
扫码倾听

常青树  
11 周刊

# “小老人”服务“老年人” 不是亲人生胜亲人

青岛试点开展农村互助养老服务 “城市助农村、低龄助高龄、健康助失能、服务换积分”

在子女外出务工、专业养老服务稀缺的农村,“如何养老”的困境日益突出。一种根植于乡土社会邻里情谊、以互助为核心的养老模式应运而生,正成为农村老人触手可及的日常:通过组织村内低龄、健康老人服务高龄、困难老人,有效盘活了闲置的“银发力量”,显著提升了农村老人的生活质量和幸福感,在熟悉的村落环境中实现了“家门口”的安心养老,为解决农村养老服务供给不足的难题开辟了一条新路。

## 低龄助高龄 激活“银发生产力”

“老姐姐,我来看你啦,看看家里有没有需要帮忙的?”在莱西市河头店镇希望新村,有一支银龄志愿服务队,结对帮扶村里行动不便的高龄老人和独居的老人们。这些“老伙伴”志愿者们定期上门探访,看到老人家里哪里乱了、脏了,就主动拿起扫帚抹布帮忙打扫卫生,清理灶台、擦擦桌椅、整理床铺,特别是那些老人自己够不着或者不方便清理的卫生死角,都帮忙打扫得清清爽爽。天气好的时候,还会帮着把老人的被褥抱出去晒晒,让屋里屋外都透着股阳光的味道。

“每次打扫完,大家就会坐下来聊天,我出门不太方便,志愿队的志愿者们就会陪我聊村里的新鲜事,聊过去的老时光,说说家长里短,讲讲儿孙的近况。”今年74岁的陈大爷特别感动,他告诉记者,志愿者们特别耐心,会认真倾听自己的唠叨和心事,如果发现生活上有什么困难,比如缺米少油了、身体有点不舒服,志愿者们也会记下来,第一时间反馈给村里或者联系老人的家人。

“看着老伙伴们热热闹闹地来帮忙、陪着说话,我心里真的暖乎乎的,感觉村里没忘了我们。”陈大爷动情地说道。这种“老帮老”的探访,不仅实实在在地解决了高龄老人居家环境清洁和日常照看的部分需求,更重要的是送去了精神上的慰藉,驱散了老人们的孤独感。

“大叔,今天咋没看您上街拉呱?我来看看您!”莱西市姜山镇全家屯一村57岁的全文帅带着笑容走进71岁独居老人全文建的家门。依托村里组建的12个“低龄助高龄”银龄帮扶组,像全文帅这样的低龄健康老人成为邻里守望的“主力军”,为高龄、失能或独居老人提供代购、陪医、助洁等服务。

记者了解到,村里60周岁以上老年人有261人,占全村人口的28.2%;80周岁以上高龄老人达47人,占全村人口的5.1%,独居、空巢老人占在村居住老人的比例超过40%。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,这种“低龄助高龄”互助养老体系提供精准结对服务,以“两人帮一人”为原则,组织身体健康、相对年轻的低龄老人(50岁



莱西市河头店镇希望新村实施互助养老,低龄老人帮扶高龄老人。受访者供图

至70岁)与失能、半失能或独居老人结对,为有需要的老人提供如代购生活用品、陪同就医、助餐助洁等服务。据了解,目前已组建互助小组12个,覆盖12名高龄老人。此外,村里还建立了“红黄绿”三色健康档案,根据老人身体状况分级服务,优先保障失能、独居老人需求。每月村里还会召开互助养老总结会,评选“银龄互助之星”,激发志愿者们的参与积极性。“能够尽自己的力量为村里的老伙伴们提供一点帮助,心里别提多有成就感了!”全文帅笑着说。

## 积分换服务 让农村老人有所为

随着城市化进程的加速,大量农村青壮年劳动力涌入城市,农村老年人独居和空巢现象日益普遍。当老年人独自在家时,除了日常家务劳动以外,一旦生病或遇到突发情况,老人也很难得到及时帮助。为了解决这个问题,青岛通过探索互助式养老模式,让农村老人有所乐、有所为。

积分制的引入,为互助服务可持续发展注入动力。莱西市日庄镇沟东新农村设立道德积分超市,将子女赡养老人、志愿服务、捐款捐物等情况纳入诚信体系,积极参与养老可获得诚信积分,凭积分可在道德积分超市内兑换洗衣粉、大米等生活物品。

在西海岸新区,中康爱邻里智慧医养服务有限公司也通过“时间换积分”模式,让老人凭手艺兑换就餐、就医等服务,实现“老有所为”。

西海岸新区藏马山居家社区养老服务中的陈洪文对此深有感触。79

岁的他有一个搁置多年的手艺——用高粱秆编织“盖帘”,从十几岁到现在,他掌握编筐技能已有60个年头。听说养老服务中心可以收购编筐,通过“积分换服务”,这门手艺又活跃了起来。“编一组盖帘能换30积分,够在食堂吃三天饭了。”陈洪文说。

在养老服务中心,不少老年人用高粱秆编成各种用具,方形、菱形的盖帘,大小不一的算子,高粱穗绑扎的笤帚等,成品针脚均匀细密,结实好看。记者看到,这些手工产品上均标有5到60分不等的分值,大物件费时费力,分值相对高一些,小物件则分值少一些。

据中康爱邻里智慧医养服务有限公司相关负责人介绍,在前期走访中,他们发现乡镇里很多老人虽然年事已高,但身体硬朗,且精通多种手艺。为此,中康爱邻里提出“老有所为堪回首,乐享天年夕阳红”的理念,推出时间换积分、积分换服务的方式,老人作为志愿者兑换积分,可换取所需的养老服务,做到部分或完全依靠自己的劳动所得提升老年生活质量。

于是,在西海岸新区民政部门的扶持下,中康爱邻里针对经济条件较弱的农村地区探索开展了“自助式养老模式”,老年人作为参与者制作手工产品兑换积分,按照“1积分=1元”的兑换标准,可在养老服务中心就餐、就医、购物或换取相应商品、服务等,产品可以通过“养老服务大集”和非遗商户代卖。对于没有技术的老人,中康爱邻里还组织开展培训活动,降低老年志愿者的参与门槛。“我们通过和周边玩具厂合作,由工厂提供原材料,在养老服务中心开展手工培训,教老人缝制毛绒玩具的技巧。”相关负责人介绍道。

## 城乡养老资源融合 创新青岛特色养老服务模式

面对农村养老存在的问题,青岛一直在不断健全养老服务体系,以莱西市为例,现在已经构建起“市—镇(街)—村(居)—家庭”四级服务网络。市级层面,成立了市养老服务协会,指导宏远健康颐养中心、康馨护理中心等全市27家医养机构提供专业照护,培育了万林健康、丽馨居家等知名养老品牌;镇(街)建成11处综合养老服务中心,集成助餐、医疗、托养功能;村级依托闲置校舍、幸福院转型137处养老服务站,形成“15分钟服务圈”;家庭则通过3800余户适老化改造,让失能老人“居家无忧”。

“大爷,我来帮您打扫一下房间。”在西海岸新区王台街道井头村,43岁的护理员宋伟走进73岁的孤寡老人刘正奎家,利落地干起了活。宋伟所在的西海岸新区供销集团青鸟颐养养老服务公司,有农村护理员300多位,大多是40到50岁的女性。她们利用农活间隙,为同村或邻村的孤寡、失能、空巢老人提供上门服务。截至目前,西海岸供销集团已为480位一类困难老人提供上门送餐、体检、清洁等服务,让专业养老服务延伸到“家门口”。

据了解,西海岸新区创新实施的“1+N+6”养老服务模式——每个镇街建设1处综合服务中心,辐射周边N处养老服务站,为老年人提供助餐、助医、助浴等“六助”服务。目前,西海岸新区已建成359处居家社区养老服务中心(驿站)。医养融合让农村健康保障更有底气。新区20家养老机构内设医务室,3家为医院内设养老院。城乡融合赋能,让养老资源在城乡流动,破解了“不平衡”问题。

记者了解到,在近期出台的《青岛市养老服务高质量发展三年行动计划(2025—2027年)》中,明确未来三年青岛市将完善农村养老设施功能、引导社会力量参与农村养老。7月24日,青岛市民政局印发《青岛市农村互助养老服务工作方案》,聚焦补齐农村养老服务短板,因地制宜发展农村互助养老服务,提出在全市农村推广互助养老模式,构建“城市助农村、低龄助高龄、健康助失能、积分换服务”的可持续机制,提升农村养老服务质量和水平。

从体系建设到模式创新,青岛农村养老的实践勾勒出清晰路径,探索出一条具有北方农村特色的养老服务路径,让每个农村老人都能安享幸福晚年,也为中国式现代化养老服务体系建设贡献更多“青岛方案”。

青岛早报/观海新闻记者 吴涵



早报  
老龄  
俱乐部  
扫码加入