



老人在岳林街道中心食堂排队打饭。(余建文 摄)

## 普惠制食堂:让老人乐享口福

记者 余建文  
通讯员 吴晓琳

10月9日上午10时45分,奉化岳林街道迎恩社区的董如增、王国恩老两口来到街道的健康颐养中心食堂,准备吃午饭。此时,食堂里已有二三十位老人在排队,阵阵饭菜香从厨房飘出。“今天有鱼有肉,我准备吃白斩鸡。”王国恩乐呵呵地说。

岳林街道健康颐养中心食堂是奉化首个镇(街道)一级的普惠制老年食堂,面向街道内所有80周岁以上的老年人开放,于今年8月中旬投入试运营。岳林街道武装部部长夏晖介绍,迎恩社区是奉化人口最多的社区,有1.2万多人,其中60周岁以上老年人占比逾10%，“中心食堂设在中山锦庭小区里,占地250平方米,一次可容纳近80位老人就餐。”

中午11时,香喷喷的饭菜端上桌。菜品相当丰富,有5样荤菜10样素菜,另外还有包子、馄饨、面条等,每位老人按照一荤两素一汤的标准,挑选喜爱的菜品。

夏晖说,食堂按每人每餐14.5元标准进行配餐,其中60周岁至69周岁的老人按原价支付,70周岁至79周岁的支付6元,80周岁至89周岁的支付5元,90周岁以上只需付4元。“70周岁以上的老年人,就能享受民政部门的用餐补贴。我们估算过,每年仅这一块,财政要贴补100多万元。”夏晖介绍,这个中心食堂属于非营利性项目,街道光硬件设施就投入

200多万元,并通过公开招投标,由宁波康喜乐嘉餐饮集团负责日常运营,保障服务质量。

食堂近两个月运作下来,老人们个个说好。73岁居民傅素琴说,现在她的午饭、晚饭都在食堂吃,再买些点心,连第二天的早餐也解决了,“这里不光菜烧得好吃,价钱还实惠。办这个食堂,政府真是为我们老年人办了一件大好事!”

“农村留守老人、独居老人多,‘空心化’更加严重。老年人的日常照护,需要得到村(社区)更大的支持。”奉化区民政局相关负责人说。早在2013年,奉化就启动了首批村级老年食堂建设,尤其近年来在相关政策推动下,奉化农村老年食堂建设在全区快速铺开,并形成了特色服务品牌。

西坞街道的蒋家池头村在2017年推出老年食堂,村里75周岁以上老人每月花200多元,就能在食堂解决一日两餐。村里还组织了60余人的志愿者队伍,轮流提供帮厨、送餐等服务。尚田街道的王家岭村,不仅为老年食堂开辟了两亩菜园,还引入爱心赞助资金来保障其长效运作。今年5月,莼湖街道西谢村老年食堂开张,新推出了“阳光后厨”,饭菜如何做,厨师是否按规范操作,大屏幕上看得一清二楚。

目前,奉化已建成55家老年食堂,每天接待逾2000位老人用餐。此外,全区近400个服务网点形成了“15分钟助餐配送餐”服务圈,覆盖300余个村(社区)。



工作人员教老人使用改造后的设备。(郑瑶 摄)

## 适老化改造:让老人安享晚年

记者 王博  
通讯员 郑瑶 李靖慧

“我们在丹顶鹤社区住了近30年,家里一直是以前的老设施,年纪大了,如厕时间一长,扶着墙都站不起来。现在改造后,还可以坐着洗热水澡,既方便又安全。”家住鄞州区白鹤街道紫鹤新村的董绍男高兴地说。

如今,董绍男老人家全屋粉刷一新,一些存在安全隐患的老旧电线全部更换。老人家中的卫生间空间不大,进进出出不方便,一洗漱地面就潮湿,存在滑倒风险。对此,评估师专门为其在卫生间内设计了防滑地胶,起到遇水防滑以及摔倒缓冲的作用,并在墙面上配备了一字型扶手,方便老人进出。可折叠的洗浴椅、新安装的花洒、L型扶手等适老化设备,更是保障了老人在沐浴过程中的安全。

李分明老人的房间,贴心配备了床边扶手,方便她自主起身。床头新安装了呼叫铃,遇上特殊情况,按下按钮就会响铃,能及时呼叫社区工作人员赶来。此外,老人家走廊上的小夜灯、房间内的顶灯、卫生间热水器等设备,也一应俱全。

记者在采访中了解到,白鹤街道是

全市“首吃螃蟹”推广适老化全屋改造的街道。适老化全屋改造主要包括如厕洗澡安全、室内行走便利、居家环境改善、辅具器材适配、智能检查设备五大类70多项内容。

据介绍,白鹤街道辖区内60周岁以上的老人有17066人。根据现有政策,目前的适老化改造对象每户补贴1.2万元。年满60周岁的低保、低保边缘户家庭为改造主要对象,其中困难孤寡、独居、失能半失能老年家庭优先安排。

今年,宁波建工工程集团有限公司作为施工单位,参与我市1203户困难老年家庭的评估和适老化改造。“适老化改造不是普通的房屋装修,而是根据老人的居家环境和生活习惯,进行一对一专业评估,结合适老化改造标准和智能化设施设备,模仿老人平时居家生活轨迹,进行安装改造,真正做到一户一评、一户一案。”项目负责人张建峰介绍。临近重阳节,宁波建工工程集团有限公司还联合白鹤街道,为该街道每一位老人特意准备了一份大米,受到大家的感谢和点赞。

据了解,近三年来,白鹤街道已有63户老年家庭享受到了适老化改造的成果,过上了更加安全有品质的晚年生活。下一步,街道将根据辖区老人的需求情况,稳步推进适老化改造。



夕阳无限好,人间重晚晴。农历九月初九是中国传统的重阳节,九九重阳有生命长久、健康长寿的美好寓意,而尊老、敬老、爱老、助老更是中华民族引以为傲的传统美德。

如何让老人的晚年过得幸福美满,实现老有所养、老有所依、老有所乐、老有所安?我市社会各界一直深怀敬老之心,倾注爱老之情,笃行为老之事,并涌现出一些典型做法、亮点举措及优秀助老志愿者。

在重阳节到来之际,记者走村入户,通过采访报道,全面展现新时代宁波助老、爱老的生动实践。



徐国林(右二)在社区公益理发日和老年居民快乐交谈。(陈朝霞 摄)

## 助老服务队:为山区老人提供便利

记者 董惊鸿  
通讯员 陈福良

余姚四明山镇石板坑自然村地处山区,距离集镇有30公里,且没有直达山路,需要从奉化溪口绕道前往。为了给那里5名80周岁以上空巢老人上门提供居家养老服务,48岁的专职护理员阿琴通常会选择晴好天气自驾前往。

“来回要两三个小时,加上为老年人服务,去一次要花费大半天时间。”阿琴告诉记者,除了石板坑自然村外,她还要为其他几个村80周岁以上的空巢老人上门提供居家养老服务。

在四明山镇,像阿琴这样的专职护理员目前共有22人,预计10月份还要增加两三人。这支队伍被称为“涌泉助老服务队”,成立于去年9月底,成员来自全镇9个建制村,由各村推选产生,年龄均在40岁到55岁之间,服务意识和责任意识较强,且去年还统一接受过养老护理技能培训,包括身体不适老人评估方法、行动不便老人移动照料、长期卧床老人排泄及皮肤照料、饮食与口

腔清理照料等,有的护理员甚至还有基本医疗技能或理发技能。

眼下,“涌泉助老服务队”为全镇9个村80周岁以上的空巢老人上门提供居家养老服务。服务内容有关打扫卫生、洗衣服、洗被子、洗发、理发、剪指甲、心理慰藉、陪聊、测量血压等。对专职护理员的贴心服务,不少空巢老人动情地说:“他们比我们的亲生儿女还要好!”此外,“涌泉助老服务队”还经常通过工作交流、教育培训和监督检查等形式,不断提高规范化服务水平。

据悉,四明山镇现有80周岁以上老人351人,其中空巢老人320人,需要提供居家养老服务的老年人占90%。为积极应对人口老龄化,着力破解农村空巢老人的养老难题,在上级有关部门支持下,去年下半年,该镇在梨洲村建立了首个区域性居家养老服务中心,并明确由专人负责,配备专(兼)职管理服务人员,负责日常管理与服务。目前,全镇各村的居家养老服务工作以及对80周岁以上空巢老人的服务,已实现全覆盖。

“但是山区毕竟不比城里。”四明山镇相关负责人在接受记者采访时坦言,该镇居家养老服务工作起步较晚、基础薄弱,制约因素明显:四明山镇面积是平原大乡镇面积的2倍多,且多为山路,外来养老服务机构“望山却步”;9个村分布较为分散,以中午送餐服务为例,平原乡镇村庄半小时就能完成,但四明山镇各村要花费两三个小时甚至更多,因此目前仅棠溪村开展了送餐服务。下一步,该镇将努力克服不利因素,创新服务模式,拓宽服务项目,不断满足山区老人多样化、多层次的养老服务需求。



“涌泉助老服务队”成员在陪老人聊天。(卢春娟 供图)

## 助老志愿者:当好老人的“自家人”

记者 陈朝霞  
通讯员 程冰凌 李满洁

10月8日,又是海曙区望春街道清风社区的公益理发日,一大早就有不少老人在居家养老科普馆内排队等候。一位头发花白的老人面带笑容忙前忙后,为其他老人登记,招呼大家坐下,问候对方身体情况……

这位“大忙人”是76岁的社区居家养老协会会长徐国林。2013年搬入清风社区后,他就全力以赴为老年居民服务,因为办事认真、待人热忱,大家以徐国林姓名的宁波话谐音,亲切地称其为“自家人”。

清风社区有4470户居民,60周岁以上老人有600多人,其中不少是独居、空巢老人。刚搬入社区时,他们对新环境不适应,需要一个有凝聚力的组织,

了解他们的需求并提供相应服务,让他们生活“有奔头”。当社区居家养老协会成立时,热心肠的徐国林就被大家推选为会长。

“新官上任三把火”。2014年初,徐国林组织社区退休医务工作者,每周五为老年人量血压。同时,又提供了一个固定时间和地点,让大家聚在一起拉拉家常。

徐国林又请来街道有理发手艺的热心居民,每月逢8日、18日、28日的上午,为老年人免费理发,深受大家欢迎。“累计有160多名老人来理过发,每次大家都耐心排队等候,其乐融融。”细心的徐国林还根据每次签到的情况,关注老人行踪,“有段时间发现一对年近九旬的夫妻没来理发,担心他们发生意外,我向社区打听后,才得知老两口住进养老院了。”

除了组织团队为老人服务,徐国林还关注老人的精神生活。82岁的桂奶奶很关心社区事务,希望能在“人大代表接待日”面对面向人大代表提意见建议,但苦于腿脚不好,难以成行。为此,徐国林用轮椅推着桂奶奶走了20多分钟,到接待地点帮她完成了心愿,老人对此非常感动。

除了自己热心助老,徐国林还积极组织老年人发挥余热。退休人员黄晓芳2018年10月设立了公益裁缝铺“晓芳工作室”,每周三服务居民,平均一天能接收10余件修改衣服订单;从2019年底开始,每周五下午,五六名退休人员组成的“义务牵牵红娘”团队开展服务,让多对男女成功牵手。社区居家养老科普馆墙上挂满的感谢锦旗,是对他们倾情服务的最好写照。

尽管已是古稀之年,徐国林每天有空就到居家养老科普馆“打卡”:“要用心用情为大家服务,真正成为老年人的‘自家人’。看到大家开开心心、健健康康,我也乐在其中。”