

老人过节难寻“短期照护”

业内人士建议可考虑开设临时照护

直到这两天,陈爱英的心才算放下。年前,她患上了急性肾炎需住院治疗,可家中却还有90岁高龄的老父亲需要护理,春节前,家中的保姆又要回去过年,她想要为老父亲找一个短期照护的地方,却怎么也找不到……记者采访中发现,我市提供短期养老照护的机构严重缺乏,而相关需求却日益迫切。

照顾老人的“顶梁柱”病倒了

从3年前开始,陈爱英就开始了每天在自己家和父母家两头跑的生活。每天上午,她做完自家的家务后,直奔住在同一小区的父母那里,帮他们做家务,做康复护理,监督他们吃药。陈爱英的父母都已年近90岁高龄,母亲患有糖尿病、高血压和冠心病,虽然需要常年吃药但好在生活还能自理。

90岁的老父亲自2015年冬天中风之后,

一直瘫痪在床需要人护理。陈爱英为父母请了一名保姆,与她一起照顾老人的日常生活。临近春节,保姆回家过年,老人的日常照护全压在了她一人身上。更不巧的是,可能由于过度劳累,陈爱英突然换上了急性肾炎,自己也要住院治疗。于是,家人四处为老人寻找提供短期照护的机构。

老年人“临时照护”难觅踪影

起先,陈爱英通过保姆四下打听,看有没有留在宁波不回老家的保姆,但一无所获。实在没辙,她在女儿的建议下开始联系更为专业的家护公司。“一开始我还有点肉痛,毕竟这种公司出来的持证护理员做短期照顾价格要比市场高出20~30%。但也不想出别的办法,只能咬咬牙。”谁知,持证护理员更为紧俏。因为专业,他们获得了更加稳定的市场。一家位于高新区的家护公司营销总监告

诉记者,他们公司现有近千名家护师,可名额早在去年年底就满了。偶尔空出一位,也会出现“秒抢”的场面。

和陈爱英相同情况的人不在少数,每逢过年过节,最头痛的就是找保姆。第四次国家卫生服务调查报告显示,我国近50%的老年人患有各种慢性病。也就是说,近半数的家庭可能有此需求。

呼吁增设“短期养老”床位

目前,宁波老年人长期照护已形成一定的规模。然而,长期照护的养老床位依然供不应求,在此情况下,临时的短期养老照护服务更是难觅踪影。而有临时照护需求的,又往往多是高龄,患有慢性疾病,甚至是半失能或失能老人,照护需求十分迫切。

面对这一迫切需求,上海有部分医疗机构尝试开放病床。去年春节期间上海国际医学中心的康复护理中心推出了短期服务,以医学康复护理为核心,解决半失能老人家庭

的燃眉之急。以中老年患者居多的上海远大心胸医院,在今年1月初也推出了针对心血管疾病老年人的短期照护服务。

记者了解到,提供老年人短期照护服务的机构在宁波非常稀缺。有业内人士建议,养老机构、医疗机构在增设床位,扩大长期养老照护规模的同时,可考虑开设临时照护项目,丰富养老照护模式,以满足更多老年人不同的养老需求。

●●● 新闻链接

年后家政行业需求旺盛

春节过后,随着大量外地家政从业人员返甬,以及本地家政服务需求出现井喷,家政市场出现供需两旺的现象。

上周末,海曙就业创业帮联合宁波市总工会、81890求助服务中心、海曙区妇联等多家单位发起的宁波市家庭服务人才就业创业集市暨海曙区“就业创业帮”众创汇举行,为家政市场搭建起了一个供需对接的平台。

“这个集市挺好的,我们找到了合适的月嫂,省去了我们去各个家政公司咨询的时间,毕竟政府搭建的平台我们更放心。”特意来给两个孩子找月嫂的李女士肯定地说。

此次家政集市聚集了超过15家优秀家政企业和月子中心,500多个保姆和月嫂,还设有母婴用品销售区和企业二维码宣传墙,

既为创业者提供了展示舞台,也能满足家政企业的用工需求和市民的消费需求。

“我们搭建这个平台,就是想服务精准化,类似专场招聘会,给有需要的市民提供一站式的服务,也让求职者能集中找到精准的客户。”海曙区人社局相关负责人介绍。与此同时,所有家政服务人员要凭借身份证、健康证、培训证和家政职业险入场,让市民更加安心。

近年来,互联网的春风吹进了家政行业,此次家政集市也开辟了“互联网+家政”体验区,邀请以三个阿姨、阿拉家政和“81890”为代表的宁波家政O2O平台入驻,为家政企业和普通市民答疑解惑。

记者 陆麒雯 通讯员 毛一波

千名舞友相约三八节 郁金香花丛中玩“快闪”

去年4月份,在宁波文化广场中央空地,随着一阵音乐响起,突然有一群舞友们冲上广场中央,跳起了欢快的广场舞来。这种有趣的“突然袭击”,也被称为“快闪”。

这近千名市广场舞联盟的成员平均年龄55岁,她们来自各行各业,以“快闪”的形式展示自己年轻的内心世界。市广场舞联盟是《宁波老年》旗下一个给全市广场舞爱好者提供相互交流舞技以及共同探讨健康之道

的平台。今年,市广场舞联盟计划于“三八节”在东钱湖水上乐园郁金香景区举行2017年千人“快闪”活动,百人同跳一支舞《水兵舞操》。同一支舞快闪结束后,各个舞队可以轮流表演各自的拿手舞曲。

“作为一名舞龄两年的广场舞新手,当初喜欢上这项运动是因为它既简单易学又场地不限,更有机会向大伙展示我们中老年人的风采。”51岁的叶燕参加过去年的“快闪”活动,今年她也将积极报名,加入到“快闪”大部队。

此次活动的组织方市广场舞联盟特地为舞友们邀请了三位舞蹈指导老师,分别为黄茵、应丽萍、李国飞,在正式展演之前,您可以抽空跟着三位老师学习舞步。《水兵舞操》舞步比较简单,不需要两人搭配,难度不大。参加展演的百名舞者要求面带微笑,动作利落,整齐统一。

有兴趣的读者可以先报名。为了保证最后的效果,将优先选择广场舞舞龄在一年以上且有一定舞蹈基础的团体或个人。

活动时间:3月8日(星期三)

活动场地:东钱湖水上乐园郁金香花展现场

报名方式

电话:87682666

QQ群:宁波市广场舞联盟 389797774

(舞蹈视频已提前上传至群文件,请自行下载观看学习)

记者 徐丽文

想吃对食用油? 来听听油脂专家怎么说

食用油,堪称我们身边最熟悉的“陌生人”。我们从小与它打交道,却又知之甚少。如果你不信,不妨试着来回答几个问题:你自己适合吃哪种油吗?你知道不同油脂提取工艺的利弊吗?你知道各种食用油好坏怎么挑吗?

随着生活水平的提高,越来越多的老年朋友开始养生保健,很多读者每年要花大笔钱购买各种养生滋补品,然而对身边的“隐形杀手”却视之不见。

营养专家们提醒,食用油是保持人体脂肪酸平衡的重要来源,又恰恰是最容易被忽略的食物。不恰当的食用油选择,不合理的脂肪酸摄入,可能引起高血压、高血脂、糖尿病、肥胖、抑郁症、癌症等多种疾病。毫不夸张地说,食用油是家庭主妇给全家人带来潜伏在家中的“健康杀手”。

为普及食用油健康知识,本报特意邀请了一名油脂专家为老年报读者开设了一堂《油脂选购与营养健康》的公益课,有兴趣的市民可以报名参加。

授课人毛欣,2004年进入油脂行业,先后在南海油脂、中粮集团和美国邦吉等国际国内知名大型油企供职,从事过销售、技术等重要岗位。目前致力于国内油脂提取新工艺的开发,熟悉国内外油脂行业现状。

公益课时间初定本月底,地点在宁波日报报业集团大楼内。准确时间和地点到时另行通知。有兴趣的市民可先拨打本报热线87682666或87682148报名。名额有限,报名从速。

记者 周皓亮



扫一扫关注
“滚蛋吧,肿瘤君”
《甬爱会》



扫一扫关注
《宁波老年》
宁波康乐老年
俱乐部QQ群
274295074