



# 左邻右舍,定期敲敲独居老人家门

## 我帮你买菜你帮我看家,抱团互助

### 海曙组建防孤独服务联盟 首批试点20个社区

案例

#### A 是邻居,也是朋友 社区“抱团养老”有照应

每天早晨吃完饭后,门口就会响起熟悉的敲门声。程丽珍阿姨每次都会满怀欣喜地打开门,她知道是住在她楼下的叶玉兰阿姨来找她聊天来了。“知道我一个人住着,每天叶阿姨都会来到我家串串门、聊聊天,逢年过节的还会邀请我参加他们的家庭聚餐,真是比亲人还亲啊!”程阿姨说。

家住在柳汀新村30幢的程丽珍和叶玉兰是从宁高专退休的同事。她们俩在单位的时候就是好同事,后来相约一起买了柳汀新村的房子,成了邻居。

程丽珍是位特殊的老人,她独居,没有子女,所以叶阿姨一直都关注她的生活起居。“毕竟一个人生活不容易,而且她的亲戚都远在上海等地,如果真的有什么事情,也一时赶不过来。所以我每天都会上门去看看她,陪她聊聊天,说说话。年纪大了,都需要人照顾,我们既是老同事,也是老邻居,相互扶持,相互帮助也是应该的。”叶阿姨笑着说。

李嬷嬷和符夏娣住在柳西新村,同一个楼道,楼上楼下已经十几年。李嬷嬷80多岁,虽然年岁已高,心脏不太好,耳朵也不太灵,但她还是习惯一个人住。虽说是独居老人,可她也住得很安心,因为这个楼道的上上下下都住着她的好妹妹。

符阿姨无论是上楼还是下楼都会去敲敲李嬷嬷家的门,看看她在不在家,有没有需要帮忙的事情。住在三楼的陈赛金不仅是楼道的“小总管”,也是她们的好姐妹,楼道电子门坏了或是信箱被汽车撞歪了,她发现后都会及时找人来修好。

#### B 范阿姨用3年时间 帮丧偶的邻居打开心门

在新芝社区,亲情助老访问员一直是他们的标志性志愿者品牌。十多年来,已从原来的几名志愿者发展到现在在册志愿者113名,先后结对了300多名独居、空巢老人,目前仍结对200余名。

针对社区的无子女和失独独居老人,9月底,新芝社区的防孤独联盟成立了,正式开展每日敲门关爱服务。除了每日上门、电话常规问候外,每逢节假日,志愿者都会与社工一起为老人送温暖,并鼓励老人积极参与社区活动,走出家门。

家住西湾路的袁阿姨,自老伴去世后,一直沉浸在悲痛中无法自拔,每天都在家里不出门,望着老伴的照片发呆,邻居和她说话也不搭理。虽然儿子与袁阿姨同住,但因为时常出差,常年在外,袁阿姨形同独居老人。

袁阿姨的情况,左右邻居看在眼里,急在心里。社区特意请亲情助老义工队的范阿姨每周安排2-3次上门探望,陪她说说话,帮着收拾收拾家里卫生。

范阿姨同时也是金剪刀理发队的成员,每个月会定期帮袁阿姨理发。给袁阿姨批上罩衣,范阿姨一边理发,一边说着身边的新鲜事。尽管袁阿姨开始比较封闭,一直沉默着不肯说话,但在乐观的范阿姨看来,她没拒绝邻居入户来坐坐,已经算是好的开始了。

有时去串门,范阿姨还会拎上新鲜的水果,或是买菜时多带一把小白菜、一条带鱼给袁阿姨送去。

3年多下来,袁阿姨渐渐打开了心扉,不再把自己封闭在小世界里,偶尔也会下楼走走,人的精神面貌看起来也阳光了不少。



漫画 严勇杰

数据

#### 独居老人 孤独寂寞是养老难点

“当前,在社会养老服务体系的建设过程中,有两个问题既是重点也是难点。一个是对失能(失智)老人的照护服务,另一个是对独居老人的防孤独服务。对前者人们比较重视,而对后者人们则有所忽视。”海曙区星光敬老协会会长崔德海说。

据统计,目前海曙区的独居老人占全区老年人口总数的7.8%,同时也占全区家庭总数的4.3%,约有1.2万人(户)左右。通过跟踪调查显示,自2011年至今,全区的独居老人以年均1.6个百分点的速度在递增。在独居老人中,有85%以上是丧偶老人,丧偶老人占全区老年人口总数的12.3%。根据调查,绝大多数独居老人饱受孤独困扰,其中的丧偶老人既要承受丧偶之痛又要忍受孤独煎熬。

事实上,独居老人的孤独问题,早已引起相关部门的重视。海曙区在全国率先创办了面向全市失偶老人防孤独服务的宁波银龄单身俱乐部,截至2017年9月底,俱乐部注册会员已有1026名。不少社区相继办起了自己的单身老人俱乐部,为单身老人特别是独居老人提供精神关爱防孤独服务。

崔德海说,对独居老人的防孤独服务,海曙区有较好基础。比如,多年来在社区中开展的“友爱访问员”和“爱的陪伴”服务,及各种“帮帮团”服务等,由于多年来的探索坚持,已形成良好氛围。“我们决定启动防孤独服务专项行动,就是希望探索出一条对独居老人的养老进行精神关爱的新路。”

做法

#### 海曙20个社区试点 “温馨铃声”+“结伴聚团”

记者注意到,根据此次防孤独服务专项行动的实施方案,海曙拟先行在20个社区试点启动,由各社区组建防孤独服务联盟,同时开展“温馨铃声”和“结伴聚团”两项专业服务活动。

“温馨铃声”结对服务活动,主要目标是针对那些年老体弱行动不便或因性格等原因而很少出门、处于自我封闭状态的独居老人,动员群众特别是老年志愿者和邻里,以及独居老人的子女亲朋参与进来,通过电话声、门铃声、敲门声等强化声响互动刺激效应,让老人感受到关怀和尊严。

崔德海说,“结伴聚团”互助服务活动,则是指利用独居老人房屋宽敞的优势,引导其三五成群聚团互助。在现实生活中,这种“结伴聚团”互助服务其实早已客观存在。“结伴聚团”互助服务,具有重要的现实意义,它不仅能够有效起到防孤独作用,而且老人们自愿聚在一起会餐、旅游、聊天,有事大家帮,有心事相互倾诉,使自己活得充实有趣,是一种声响互动刺激的极佳方式。

记者 滕华