



守望相助 情暖夕阳 甬城社区老人互助养老渐成风尚

去年末的一天,在鄞州区钟公庙街道金家漕社区活动室,青年志愿者和辖区老年人一起写新年祝福、做冻疮膏,开展主题为“情暖夕阳人生 守望和谐邻里”的活动。这也是该社区积极打造的“爱驻夕阳”系列助老活动之一。

记者了解到,时下,甬城不少社区兴起一个个由本社区老年居民自发组成的互助养老志愿者团队,邻里的老人们抱团养老,共同感受最美的夕阳红人生。



鄞州区钟公庙街道金家漕社区活动室,青年志愿者和辖区老年人一起开展了主题为“情暖夕阳人生 守望和谐邻里”的活动,迎接2019年元旦。图为志愿者展示新年祝福图片。

志愿者来教老人“互联网+”

“速度真是快,下单才一个多小时,大米就扛到家了,价钱比自己去超市买还要便宜几块钱呢!”海曙区望春街道广泽社区80多岁的陆奶奶如今也搭上了互联网“快车”,每次家里需要油呀米呀,都有楼上楼下的党员志愿者们帮着网络代购了。自从两年前社区“指尖上的爱”网络e代购党员志愿服务队成立,陆奶奶和她的老姐妹们就过上了省心省力又省钱的幸福生活。

拉着一辆小推车,陆奶奶以前出门步行到附近的超市,搬上30斤重的一袋大米,一来一去大约要30分钟。“买了大米,就不能买其他东西了,因为根本拖不动啊。”陆奶奶只得像蚂蚁搬家一样经常跑超市,今天拎点菜,明天拎一包卷纸,后天拎些橙子苹果……

“阿姨,以后要什么东西同我讲,网上买好,人家还送到家里来呢。”说这话的是邻居刘慧宁,她俩是结对的好邻居,也是爱心帮扶的搭档。

真有那么好?陆奶奶将信将疑地说,那来30斤大米吧。刘慧宁马上掏出手机,登录了一款购物软件,将陆奶奶家的地址添加进收件栏,选购大米后付款。“只过了1个多小时,30斤大米就送到我3楼的家中了。”这样的服务和速度,让陆奶奶直呼不可思议。

“大家住得近,都是楼上楼下的邻居,这不过是动动手指的事情。”刘慧宁今年也近60岁了,从企业退休后,网购成了她的一大爱好。什么时候蔬菜要搞活动了,购物满39元可免运费了……这些购物网站上的促销信息,刘慧宁如数家珍。作为网络e代购党员志愿服务队的一员,她在自己组建的微信群里,会定期将这些信息传播出去。“我们还有一位队员会守到晚上12点,哪家购物网站放出优惠抵用券了,他就输入十几个手机号码,把抢来的优惠券分享给邻居们。”

据介绍,广泽社区有约3000户常住家庭,其中老年人500多人,独居空巢有200多户。老人们由于文化程度低,腿脚不方便或者视力不好,生活用品经常缺东少西,而子女又经常不在身边,这也让老人们特别青睐网络代购。社区相关负责人认为,这种关怀方式既方便了老年人,又及时关注了他们的起居,是一种创新。

在以后的日子里,志愿队还将接受专业培训,指导老人们如何更好地网上购物、网上预约挂号、网络叫车、网络支付水电费以及预防钓鱼网站等,并帮助老人学会使用智能手机、微信聊天、视频通话,增强他们与子女间的沟通联络。老人们笑着对记者说:“‘互联网+’的红利,咱们老人也不能掉队。”

有爱心的“邻里友爱访问团”

有老人独自出去活动,结果不慎摔倒,当场昏了过去,而儿女又不在身边,无法及时照顾。这样的事在不少独居家庭都有发生。

新星社区的解决办法是,让住在同一个社区的老人彼此互相照应,这也是近年来在宁波逐渐兴起的互助养老模式。这种养老方式是在老年人中自发形成的,参与者基本为年龄相仿、志同道合的老年人,强调老年人之间相互帮扶和慰藉,是对社区养老的一种补充。

新星社区有一支由社区老年居民自发组成的“邻里友爱访问团”。据社区老年协会负责人介绍,加入“访问团”成员的唯一要求就是“有爱心”。

70多岁的郑奶奶是访问团的一员。几年前,她在社区里偶遇以前不算太熟识的老街坊,比她大23岁的陈奶奶。得知对方独居,就住在自家楼上。从此以后,只要有时间,郑奶奶就会跑到楼上去看看年迈的陈奶奶。有时,自家刚烧出锅的菜,她也不会忘记端一份上去。遇到陈奶奶要买菜、配药、到银行取钱,只要打个电话,郑奶奶总会赶去帮忙。

很多人不知道的是,郑奶奶家中还有个和陈奶奶同龄、患有老年痴呆的婆婆,身边压根离不开人。为了照顾婆婆,郑奶奶甚至难得跟家人一起出门旅游。要照顾两个老人,累虽然累了一些,但是郑奶奶始终觉得值。

“70+”老人组成“夕阳红”巡逻队

在鄞州区金家漕社区,有一支“夕阳红”义务巡逻队,由一群平均年龄70岁左右的老年志愿者组成,每天早上、晚上都要巡逻2个小时以上。

金家漕社区包含长丰二村、金家新村、如意金水湾三个小区,其中金家新村和长丰二村为上世纪80年代所建无物业的开放式小区。在小区卫生和设施、管理等方面存在诸多问题和困难。

每天早晚,“夕阳红”义务巡逻队戴好袖章,带上旗帜、拿上喇叭和捡垃圾的工具沿路巡查,捡拾路面垃圾、排查安全隐患。社区同时成立了卫生整治专项工作群,制定了“随手拍、随时上报、立马治理”制度,哪里有堆积物,哪里有“缺胳膊少腿”的共享单车,巡逻队队员们都会及时拍摄下来,上传微信群并通知清卫员,做到发现一处,消灭一处。如今,社区环境面貌大为改观。

“居住在这里,当然希望社区环境更好。”一位“夕阳红”义务巡逻队成员告诉记者,走出家门参与社区建设,不仅满足了老人们老有所为、老有所乐的心理需求,又促进了社区和谐发展。“这样的养老方式,挺好的。”

金家漕社区也是个老年居民比例较高的小区,数据显示,该社区户籍人口3573人,其中60周岁老年人700人左右。其中辖区范围的长丰二村、金家新村住户,以外来人口和老年人为主。

记者了解到,近年来该社区在街道党工委的支持下,联合“银巢”养老服务中心,成立了“爱驻夕阳”特色助老品牌,开展了各类助老服务活动。社区希望通过这些活动,让社区青年志愿者和社区空巢老人聚在一起,使他们感受到邻里温情,同时营造社区和谐氛围,使社区能更好地服务于居民。

记者 滕华 通讯员 俞静静 文/摄