

社区更友好 养老变“享老”

——我省老年友好型社区的实践与探索

□本报记者 张静雯

核心提示

春节前夕,习近平总书记通过视频连线看望慰问福州市社会福利院的老年朋友时强调:“一个社会幸福不幸福,很重要的看老年人幸福不幸福。我国社会老龄化程度越来越高,一定要让老年人有一个幸福的晚年。”

创建老年友好型社区,是积极应对人口老龄化战略的一项具体举措。自2020年起,我省开展老年友好型社区创建工作,围绕重点满足老年人在居住环境、日常出行、健康服务、养老服务、社会参与、精神文化生活等方面的需要,不断提升社区服务能力和水平,持续增强老年人的获得感、幸福感、安全感。目前,全省共有69个社区被命名为全国示范性老年友好型社区。

全国示范性老年友好型社区究竟是什么样?记者日前深入基层走访。



屏山社区长者食堂内,工作人员为老人打饭。本报记者 游庆辉 摄



福州市金山街道水都社区退休老人在社区居家养老服务中心学习跳舞。



徐瑜(左一)为老年朋友讲授婴儿海姆立克急救法。

学思想 强党性 重实践 建新功 ——党报记者八闽调研行



省级机关医院家庭医生为患者提供上门巡诊服务。



屏山社区长者食堂内,老人正在用餐。本报记者 游庆辉 摄



江夏学院工程学院的志愿者在环南社区开展助老活动。

家家有老人,人人都会老。让老年人有一个幸福美满的晚年,是“家事”,更是“国事”。

数据显示,截至2021年底,全省60周岁以上户籍老年人口达678.8万,占户籍人口的17.2%;预计到2025年,这个比例将达到20%,进入中度老龄化社会。到2050年前后将超过30%,进入重度老龄化社会。

面对“银发浪潮”席卷,近年来,我省先后出台加快发展养老服务业、积极应对人口老龄化中长期规划、加强新时代老龄工作等政策措施,在全国率先召开省委常委会研究部署养老补短板工作,先后出台“养老二十条措施”等政策文件,养老政策进步指数位居全国前列。省委、省政府连续7年将养老服务工程列入为民办实事项目,全省养老事业全面快速发展。

社区是老年人生活的场所,与老年人的关系最直接,也最密切。把创建老年友好型社区作为切入点,是建设老年友好型社会的第一步。

“创建老年友好型社区主要围绕老年人生活硬件、医疗保障、养老服务三方面开展工作。”省卫健委有关负责人介绍,根据创建标准,老年友好型社区须改善老年人居住环境,帮助老年人消除安全隐患,降低老年人生活风险;方便老年人日常出行,开展住宅和社区公共基础设施无障碍改造,保证步行道路平整安全,社区道路人车分离;社区服务便利可及,开展家庭医生、家庭病床、巡诊等上门医疗服务,为老年人提供多样化服务;扩大老年人社会参与,丰富老年人精神文化生活等。

根据省卫健委日前印发《关于做好2023年全国示范性老年友好型社区创建工作的通知》,明确2023年,全省力争创建不少于34个全国示范性老年友好型社区。同时,强化动态管理,省卫健委将加大监督检查力度,对已命名的全国示范性老年友好型社区进行随机抽样核验,对于命名后工作出现明显滑坡的社区将督促整改,整改复核后仍不达标社区将建议国家卫生健康委(全国老龄办)撤销命名。

近日,记者走访福州市屏山社区、环南社区、水都社区等3个具有典型代表的全国示范性老年友好型社区,看看它们如何把“老有所养、老有所乐、老有所为”变成现实。

医无忧

让老人及时、就近获得健康服务

“叔叔,您的餐后血糖8.1毫摩尔每升,血糖控制得很好,继续保持下去啊!”近日,福州市鼓楼区华大街道卫生服务中心家庭医生李丽霞在屏山社区长者学堂巡诊时,竖起了大拇指为自己的老病号陈孙升(化名)点赞。

家住华大街道屏山社区的陈孙升,今年76岁,患有糖尿病近15年。他告诉记者,这

些年自己的血糖时有波动,多亏了家庭医生的帮助才能控制得不错。“李医生经常发微信关心我的情况,及时为我调整用药,还告诉我该吃什么、吃多少、怎么吃,帮我建立科学合理的生活方式,帮助我的病情稳定下来。”老陈说,对老年人来说,到家门口卫生服务中心找家庭医生看病,可谓省心省力还省钱。

优质便捷的健康服务是老年友好型社区的重要标志。除了可及性越来越高的家庭医生服务,近两年,福建开展的家庭病床服务,更是把医疗服务送到了老年病患的家里。

“多亏家里建了家庭病床,我妈妈才能转危为安。”谈及家庭病床服务,家住屏山社区林业厅宿舍的林文辉很是感慨。

林文辉的母亲今年90岁,常年卧床,生活不能自理,每次生病都是兴师动众。“我们家住5楼,也没有电梯,老太太每次去医院换鼻饲管,都需要出动兄妹4人。”林文辉说,母亲申请了省级机关医院的家庭病床服务后,医护人员每天都会远程巡诊了解病情,每周定期上门巡诊时就能帮忙把鼻饲管换了,“家庭病床的费用也能享受医保政策,省力省钱,一家人都轻松多了。”

今年4月底,林文辉在陪护时发现母亲状态不好,血压波动异常,夜间收缩压高达180毫米汞柱。“我马上就用‘健康小管家’设备与医院取得了联系,医生当即为我母亲调整了用药策略。很快,老太太情况就稳定下来了。”林文辉说,遇上这样的危急情况,如果没有办法及时就医,母亲就有很大的脑卒中、心肌梗死风险。

省级机关医院家庭病床负责人曹燕告诉记者,目前该院家庭病床服务团队由7名医生和7名护士组成,主要服务屏山社区的老年病患,可以为老年生命体征较为稳定的患者提供家庭病床服务,服务内容包含诊疗服务、医疗护理、康复治疗等,如外科换药、导尿、导管护理、造口护理、压疮的预防及护理、肾衰竭腹膜透析以及与收治疾病相关的医疗康复项目等。目前,该服务已让300多名老年患者实现“在家住院”。

提高老年人的自我健康管理能力,做到不生、少生病、晚生病,是延长老人健康寿命的关键。“每次社区有健康讲座,我都会和老伴一起去听课。”家住福州市晋安区茶园街道环南社区的王文英告诉记者,虽然手机上各种养生信息非常多,但是老年人很难分辨是非,“听讲座可以和医生面对面答疑,学得靠谱”。

环南社区党总支书记郑芳介绍,社区所在街道卫生服务中心指定家庭医生团队定期为社区老年人开展健康体检、健康随访、慢病管理、义诊等。同时,社区邀请卫生服务中心家庭医生为参与健康服务的社区人员开展专业化培训,提升小区网格化健康管理服务能力,让老年人享受及时、就近的健康服务。

养有福

硬设施软服务全面提升

“看着社区一点点变老,再看着它变得越来越适合养老,挺欣慰。”67岁的徐瑜这样评价自己生活了多年的环南社区。

作为一个典型的老旧小区,环南社区的住宅多建于上世纪八九十年代,住户里老年人占比高达16%。改造前,29个小区里有26个无物业,外墙破旧、路面坑洼、路灯损坏、人车混流,老年人出行十分不便。

2020年起,环南社区开启精品社区创建。“进行改造规划时,我们就充分考虑到老年人的出行需求和社交需求。”郑芳介绍,两年多时间里,环南社区先后完成雨污管网改造、线缆下地、安装公共照明等硬件设施提升项目,还将社区内的小区打包成片,引入第三方物业公司实现规范长效管理。

“这两年,社区的道路变宽了,也变平整了,车辆停放更有序,还增加了不少无障碍设施,花草草也有专人管理,老年人活动的安全性和便利性都得到了提升。”徐瑜告诉记者,提升改造后的社区不仅有充足的户外活动空间,还新建了有音响有空调的活动室,“这里就是我们的‘快乐大本营’”。

离开社区活动室步行5分钟,窗明几净的长者食堂格外引人注目。“我93岁,老伴88岁,我们老两口每天买菜、煮饭,吃完饭还要洗碗、做卫生,非常麻烦。自从家门口有了长者食堂,吃饭不愁了,很满意。食堂还给我们老人安排了很多口味清淡的餐食,食品安全也有保障,很放心。”家住环南社区的老人陈世灼逢人就夸长者食堂“解决了老人就餐难题”。

在福州市金山街道水都社区,高龄、留守、孤寡、失独、失能等特殊困难老年人足不出户,就能品尝到“幸福味道”。水都社区书记张燕介绍,该社区的长者食堂通过招募热心志愿者,为老年人提供安全、方便、实惠的配餐送餐服务。

不局限于送餐服务,水都社区的老年人只需一个电话,就能享受到由第三方专业化服务团队提供的两大类居家养老服务,一类是线上照护,即通过互联网平台联接的老人终端(手机、机器人、家庭网关),为居家老人提供电话聊天、危病呼救响应、生命数据监测和家庭环境异常报警等服务,另一类是到家服务,为长者提供助餐、助洁、助医、助急、助行、助浴等六大服务。

“随着社会养老服务需求的多样化,未来我们还会不断丰富养老服务内容,让老年人的生活更舒心。”提供养老服务的智宇孝老集团福州分公司负责人陈宏表示。

老有为

老年人精神文化生活愈加丰富

5月18日下午2点半,水都社区居家养老服务中心旗袍秀研修2班的学员们冒着风雨,准时到齐上课,让授课老师郑敏感动不已。

一步一舞、一颦一笑,在宽敞的排练房内,学员们跟随着郑老师的指引,整齐地走着台步。“我以前都是到老年大学上课,现在在家门口就能上课,条件还更好!”学员黄赛月阿姨对记者说,她在这里学习了3年,交了很多志同道合的朋友,退休后生活很充实。

水都社区居家养老服务中心于2018年改造完成,长者学堂正式开班授课。学堂内800多平方米的活动空间分成多个教室,开设了民族舞、拉丁舞、声乐、旗袍秀、摩登探戈等专门对老年人的课程。“虽然是给老年人上课,但是师资配置上一点也不含糊,授课老师均来自专业机构,有正规资质。”陈宏介绍说,目前,500余名老人在这里成了“老同学”。

老有所乐,更要老有所为。在环南社区,有个徐瑜党建工作室,“圈粉”很多老年人。扫黑除恶、垃圾分类、光盘行动……工作室经常用说唱、演小品、打快板等接地气的形式宣传重要政策,深受社区居民欢迎。

活跃的党建工作室吸引了环南社区越来越多的退休党员加入,祝美华便是其中一位。“自从加入党建工作室,我常常可以和工作室中的姐妹们一起唱歌、跳舞、学习乐理知识,还可以出去义演,退休生活更丰富多彩了。”祝美华说,“我们老年人心态好了,开心了,子女也放心。”

“在工作室里跟着徐瑜老师学习,我还拿到了急救员证。”陈彩仙老人坦言,之前热衷打牌的她,如今基本放弃了麻将,“有空就参加活动,传播急救知识,为的就是能够帮助更多的人”。

“党建工作室的老年人都非常优秀,带动了广大群众参与到社区活动中来。”郑芳告诉记者,这个工作室不仅让社区退休党员有了发光发热的平台,也越来越多的老年居民参与社区治理,让社区更加和谐。

本版图片除署名外均由本报记者 张静雯 摄

记者手记

要创新,更要“贴心”

□张静雯

目前,我国的养老模式主要包括三种,即居家养老、社区养老和机构养老。社区作为老年人生活的重要社会环境,是提升老年人幸福的关键一环。打造老年友好型社区既能够大大提升老年人生活的获得感、幸福感和安全感,同时也能大大降低年轻人的养老压力。

如何提升养老服务能力,打造出更多的老年友好型社区?我们一定要立足社区具体情况,从老年人的日

常需求和现实困难出发,构建居家社区相协调的养老服务体系,为老年人提供创新性的贴心服务,提升社区养老服务能力。譬如,鼓励志愿者加入社区服务队伍,打造品牌化养老服务项目;给老人预留出消费、出行等方面的“手动空间”,帮助老年人跨越“数字鸿沟”;用心关注老年人的精神需求,丰富老年人的文化娱乐生活;为老年人创造发挥余热的社会空间,真正实现老有所

为、老有所乐。

不断织密社区养老服务网络,完善社区养老服务体系,是全社会共同的美好愿望。打造老年友好型社区,不能仅靠社区的单方面努力,更需要全社会共同努力、携手共建。期待各地多加交流借鉴,不断推进为老服务的软硬件建设,使老年友好型社区更加可知可享,让社区真正成为老年人的幸福家园。