

乐在寻常街巷里
——聚焦一刻钟便民
生活圈的“2.0版”④

社区养老
托起“幸福夕阳红”

在社区里走不多远,即可看电影、练舞蹈、写书法、唠家常;家里安装了各种智能设备,生活诸事方便了很多;医养结合,提供专业化全天候护理,使老年人生活温馨更舒心……

夕阳无限好,人间重晚晴。随着深度老龄化社会的日渐逼近,如何“幸福养老”已成为全社会普遍关注的问题。在万柏林区的东风社区,60岁以上人口占到近三成,该社区的“一刻钟便民生活圈”建设更侧重于做好既有力度又有温度的养老服务,越来越多的老人在家门口实现了“老有所依、老有所安、老有所乐”。

周到细致
助力老有所依

“一二三四,走!注意节奏,要面带微笑!”下午时分,东风社区党群服务中心三层的活动室内,10多位老人正在排练舞蹈,欢声笑语、热闹非凡。

大家随着音乐时而弯腰,时而抬腿……反复练习着每一个动作,舞出了满满的活力与精气神。“这儿不对,要先半蹲着,之后才做手部动作。”“旋转时手腕往里绕,幅度要大一点,并注意灵活放松,这样才会有美感。”作为队伍的组织者,72岁的田玉凤细致检查着队员们的每一个细节。74岁的队员韩拴枝表示,每周二和周四的下午都会来练习舞蹈,活动了身体,愉悦了心情,已成为她最喜欢的活动。同时,她们还经常参加各种活动和演出,为更多人送去欢乐。

除了舞蹈,这里还有书法、棋牌、合唱、电影等,切实为老人们提供了一个好去处。80岁的王爷爷高兴地说:“从家走过来才四五分钟,方便得很。时常来练练书法、下下棋,真是有滋有味。”

临近中午,一层的社区食堂配餐区,新鲜出炉的饭菜已经就位,香气扑鼻。工作人员刘师傅介绍,60岁以上老人可享特定的8元爱心套餐,包含肉菜、素菜、米饭和汤,同时每天也会推出几种实惠菜品供人选择。一日三餐,四季烟火,对老人而言,更是如此。“品类众多,营养可口,吃得饱也吃得好啊。”一些经常光临的老人表示。

“张奶奶,最近感觉怎么样啊?有啥需要您随时说。”日前,社区人员照例来到张夷凤奶奶家,陪她聊天,帮忙做饭并打扫家。这是社区里党员先锋队的慰问主题活动,对辖区75岁以上空巢独居老人定期上门访视,提供生活帮助类、精神慰藉类、健康需求类等精准服务。



学习葫芦丝



练习舞蹈

医养结合
助力老有所安

“来,大家跟我一起做!拍拍头、拍拍手……”早饭过后,东风社区党群服务中心的四层大厅里,97岁的沈奶奶和伙伴们沐浴着和煦的阳光,跟着工作人员做起了拍拍操。

阳光透过玻璃照进来,温暖宜人。这儿是社区引进的养老护理机构,已入住了30多位80岁以上失能失智老人,有专业人员全天候轮流护理。目之所及,皆以米黄色为主,配以可爱精致的装饰,整个环境舒适温馨。站在楼道里,墙壁大屏幕上的智能监测床垫监护管理系统映入眼帘,通过它,每位老人的房号、姓名、心率、呼吸等一目了然。工作人员李亚楠介绍,“从屏幕上就能知晓一切。万一有啥情况,系统就会发出明显的提示音。”

每个房间的门口,均有块精致的指示牌,标注着所住老人的照片、年龄、爱好、注意事项等。

房间里,配备有智能床垫、电视机、储物柜等设施,床头还有一键呼叫装置,一旦老人有突发状况,或者有任何需要,可随时按下该呼叫装置,工作人员便会立即赶来。

这儿每月都有生日会。每一次,伴随着生日歌的响起,祝福的生日蛋糕缓缓推来,工作人员会为过生日的老人们戴上生日帽。寿星们在大家的祝福中许下心愿,大家齐唱生日歌,老人们围坐一起,品尝美味的蛋糕和新鲜的水果等,可谓其乐融融。前不久,这里刚为王玉福爷爷、樊寅玉奶奶两位老人过了生日,鲜花、礼物等还在床头放着,香气沁人。

86岁的苏克顺爷爷来了近半年,起初沉默寡言,情绪比较消极。工作人员想尽办法使他放松心情、放下焦虑,在多项举措下,如今他已融入这个大家庭。在这儿,老人们被无微不至地照顾着,尽享岁月静好。



休闲时光

科技赋能
助力老有所乐

临近中午,听到“滴、滴”的响声,近70岁的王爷爷照例走近床头的柜子,打开上面放置的小箱子取出药品,按时服下。在他看来,“有了它,再也不怕忘记吃药,方便得很哩。”

给王爷爷发出提示音的是智能药箱,是该社区近年来引进的适老化和信息化改造项目中的产品。老人们的记忆不太好,经常忘记按时吃药,有了智能药箱,到点就会提醒。科技赋能的不仅有药箱,智能物品还有很多。戴上智能手环,其定位功能,可有效避免走失等问题,还可实时监测心率,若心率过高或过低,手环会马上预警,紧急提醒家人。配备智能音箱,老人行动不便,通过语音即可控制音箱播放或调节音量大小,给老人们带去欢乐。忘了关煤气、忘了关水龙头等,智能设备也能及时预警。

不少老人表示,“有了这些新鲜玩意,就像多了个保姆,不论干啥都有人帮忙,生活方便多了。”东风社区党支部书记岳柱清表示,将积极努力,不断提升服务,继续推进科技赋能养老服务,努力实现居家养老上门流程的可控可视,从服务对象需求和服务供给上实现更精准对接,打造“互联网+养老”新格局。

“老年人的需求在哪儿,服务就跟到哪儿。”万柏林区数字养老服务调度指挥中心的科长王芳介绍,根据实际情况和具体需求,以后还将为老人安装适老化改造居家智能设备,涉及智能胸卡、智能摄像头、门窗传感器等。届时,老年人将享受到更多更好的智能服务。

记者 李静 文/摄

