

助老服务有新意 居民夸赞很暖心

张大爷在“适老版”的散步机上慢走,速度刚刚好;王大娘的衣服磨破了,直接拿到社区,有人免费帮忙缝补;王大爷家的浴室安装了适老扶手,再也不用担心滑倒。连日来,记者在社区采访时,体验到许多充满新意的助老服务。不少老人夸赞:“生活添便利,服务很暖心。”

■ 专属健身器

“家门口能锻炼,而且器械专门为我们老年人设计,用着放心!”10月22日,玉园南社区居家养老服务中心的“为老健身房”内,75岁的张大爷站在散步机上,悠闲地“遛弯”。

这处健身区域面积约30平方米,摆着9件适老健身器材,周边老年人都能用。与小区、公园常见的健身器不同,这些器材从速度、力度和灵活性上,更适合老人的身体状况。比如,跑步机的速度不会超过3公里/小时,坐式蹬腿器、手臂训练器都加装了防滑扶手。墙角,摆放着急救箱,以防突发状况。

为了保证老年人锻炼时的安全,每天的开放时段,都有志愿者在此值守。69岁的刘大娘经常来,觉得每一件器材都很“趁手”,“公园也有健身器,但比较适合年轻人,我不太敢用。这些器械相对‘柔和’,不怕受伤。”

■ 浴室装扶手

80岁的张大爷住在汾河外滩小区,子女在外地工作,他和老伴属于空巢老人。去年,他摔倒导致左脚骨裂,现在康复了,可走路依然不敢吃劲儿。

滨体社区网格员乔文婷入户得知,老两口最发愁洗澡,生怕再滑倒。根据网格员上报的情况,社区将这户家庭列为适老化改造的重点帮扶对象,并顺利申请了免费的助浴设施。在淋浴器的下方,施工人员反复询问老人的使用习惯后,在距离地面1.3米处安装了一根纵向的防滑扶手。在马桶侧面的墙壁上,安装了一根L形起身扶手。如今,老人不论洗浴或如厕,都能借助扶手,平稳起身或坐下。

“省力又安全,我们心里踏实,子女也放心了。”看着家中浴室新添的“好帮手”,老两口很高兴。



老年人在玉园南社区居家养老服务中心内,使用专属健身器材锻炼

■ 下楼可体检

“下楼就能量血压、测血糖,还有医生过来坐诊,太方便了。”10月23日,在康乐苑社区党群服务中心的“健康小屋”里,78岁的王大爷趁着下楼散步,顺道过来测了血糖,显示一切正常。

这间“健康小屋”内,配备了专业的血压计、血糖仪、体温计等基础医疗设备,并提供常用药物。社区与辖区卫生服务站合作,每周四上午,有专业医生过来坐诊,为老人们提供免费的健康检查以及个性化的用药咨询。

针对辖区高龄、行动不便的老年人,“健康小屋”的服务进一步延伸,提供定期上门巡诊,让关爱“零距离”。

■ 免费补衣服

“子女不在身边,自己眼神又不好,这个缝补点顶大用了。”10月21日,78岁的王大爷来到太白街社区党群服务中心的公益缝补点,取回改好长短的裤子。活好还免费,他很满意。辖区的老旧小区多,老年人占比高,因此社区有不少服务都是为老年人“量身打造”。

这处缝补点,配有缝纫机、锁边机,以及针线、剪刀、皮尺等全套专业工具。社区公益岗的工作人员白丽仙担任“裁缝”,无偿为辖区老人提供衣物缝补、尺寸裁改等服务。

“母亲是裁缝,受她的影响,我从小就爱鼓捣针线活。”白丽仙表示,很希望为老年人做点事,社区提供了平台,这点手艺正好能派上用场。缝补点开设已数月,累计服务100余人次。

这些服务举措,解决了老年人生活中很多小难题,也让老人感受到来自身边的浓浓暖意。

记者 李涛 文/摄



社区工作人员、居民对孩子们的作品进行点评

社区办画展 孩子绘家园

本报讯(记者 李涛 文/摄)“看这幅画,是咱小区的花园,真漂亮。”身边的环境变美,不仅大人们看在眼里,孩子们也深有体会。10月22日,北寒社区举办了一场青少年书画比赛,收到的54幅作品中,大多数是描绘家园的美好与温度。

为了丰富居民生活,社区面向4岁至12岁的少年儿童,征集书画作品。令社区工作人员惊讶的是,大部分作品展现的是小区的美丽角落或者发生在小区里的温馨场景。有的孩子,画出了街角熟悉的商铺、忙碌的外卖员以及社区志愿者上门帮扶、爱

心义剪活动的瞬间。有的是邻里围坐在院中,聊天说笑的和谐画面。还有的是身穿红马甲的志愿者搀扶老人的情形。

“以前没太留意,原来孩子眼中的社区这么暖。”居民张先生看着儿子画的“爱心义剪”,不由得心生感动。居民刘女士说:“孩子画的是几年间小区面貌的前后对比。看了这幅作品,才发现咱们的环境越来越美。”

社区邀请专业美术老师与工作人员共同评审,并在党群服务中心持续展示获奖作品。社区负责人说:“不是非要比出高低,而是想让孩子用心被更多人看见。”

遗产如何继承 社区开设讲堂

本报讯(记者 周利芳)10月22日,二〇七所社区专为老年人开设继承权法律课,通过真实案例和通俗解读,帮助老人明晰继承权利,提升法律意识。

讲座现场,北京京师(太原)律师事务所的律师围绕案例手册,向居民耐心讲解。年过六旬的王阿姨认真倾听,笔记本上写得密密麻麻。现场,有老人举手提问:“口头遗嘱算数吗?”律师立即引用真实案例回应,结合法条拆解“遗嘱效力认定”细节,台下居民频频点头,有人还拿出手机拍下PPT上的重点内容。

当天讲座中,律师围绕“法定继承顺序”“遗嘱形式要求”“遗赠扶养协议”等核心话题,从“家里兄弟姐妹怎么分遗产”“再婚家庭继承注意啥”等贴近生活的问题切入,将专业法律术语转化为“大白话”。当讲到“打印遗嘱需两名见证人”时,72岁的李大爷恍然大悟:“原来我之前写的遗嘱格式不对,多亏今天来听课了!”

活动结束后,居民们仍围着律师咨询,有人拿出自家房产证复印件现场“求助”,大家表示:“以后遇到继承问题,再也不用瞎猜了!”

建筑垃圾堵路 格格协调清理

本报讯(记者 郭晓华)双塔西街15号小区居民遇到一件烦心事:院落通道被两堆建筑垃圾占据半月之久,严重影响通行。10月17日,经青年路三社区积极协调,问题得以迅速解决,院落重现整洁通畅。

网格员赵欣接到居民反映后,立即上门核查。据了解,垃圾来源于院内两户正在装修的居民。一户因前期连续降雨,清运车辆无法作业导致垃圾滞留;另一户则计划装修完后再统一清理,未充分考虑对邻里通行的影响。

掌握情况后,社区工作人员迅速组织协调,向两户业主耐心说明建筑垃圾长期

堆放对公共安全、环境卫生的危害,并协助联系清运车辆。两户业主认识到问题后,立即联系专业人员进行清理,当日便将垃圾全部清运完毕。

看着恢复整洁宽敞的通道,居民们纷纷为社区的高效处置点赞。下一步,社区将加强日常巡查和宣传,引导装修住户规范处理建筑垃圾,共同维护整洁、安全的居住环境。

网格网事

