

# 这个养老中心，“来对了”

## 市北区海伦路街道综合养老服务中心开业近一月 一站式服务解决老人后顾之忧



工作人员带着李秀珍老人每天定时做手指活动操进行日常锻炼。



越来越多的老人选择前往街道助老食堂就餐。



### 幸福养老

“老有所养”是所有人的殷切期望。8月16日，市北区海伦路街道综合养老服务中心正式开业。开业近一个月，养老服务中心的接待量如何？老人对养老服务中心的服务与设施是否满意？近日，记者走进海伦路街道综合养老服务中心一探究竟。

### 新闻延伸

## 市北区加快打造 15分钟助餐服务圈

记者从市北区了解到，目前市北区户籍老年人口为27.4万人，其中65岁以上老年人18万人，占老年人口总数的65.69%。为了满足老年人多方面的需求，今年市北区开放15处主动助餐服务的街道级居家养老服务中心，加快打造“15分钟助餐服务圈”；改造升级44处社区养老服务站，新建1处示范性失智老人日间照护中心，按照4A以上标准完善提升22处养老服务中心，进一步扩大服务面积、完善服务功能。

近年来，市北区高度重视和关心老年人的所需、所想、所盼，立足辖区老年居民实际需求，积极创新养老服务模式，不断推动养老工作人性化、精细化、社会化。积极探索医养结合健康产业发展，按照“以基本养老服务为基础，以医疗、康复为辅助，以护理保险为保障”的工作思路，形成了医中有养、养中有医、康养结合3种医养结合类型，实现辖区医、养、康、护、防一体化服务。

截至目前，市北区共有医养结合机构38所，居家社区养老服务中心22所，137个社区还分别建有一处社区养老服务站。设立老年医学科的二级及以上医疗机构10所，创建安宁疗护服务机构7所，全区养老床位9349张，其中护理型床位7233张。

观海新闻/青岛早报记者 刘文超 实习生 王子璇 摄影报道

## 探访 生活起居 温情相伴

走进养老服务中心，以中间的小路作为分界线，左侧是托养中心，右侧则分布有诊所、食堂等区域。药房、诊室、康复治疗室、处置室……养老服务中心兼具社区医疗及护理站功能，为老人提供“医养融合”专业服务，将“医”和“养”融为一体，形成资源互补共享。

走进左侧的托养中心，扑面而来的就是一股温馨感。外面阳光正好，一位老人正在护理员的搀扶下沿着走廊缓缓行走，准备出去外面晒太阳。据护理员王淑贞介绍，这位老人名叫张增福，今年79岁，家住附近，由于腿脚不灵便，还伴有严重的耳背，生活起居成了一大难事，在家人的建议下，老人从8月5日起入住到养老服务中心。“刚来的时候，老人走路磕磕绊绊，比较困难，我们护理员非常关注老人的情况，每天帮他按摩，带着他做一些力所能及的锻炼，天气好就带着他出门转转、晒晒太阳。快一个月了，老人现在不仅能慢慢走动，还长胖了呢！”当记者询问老人在中心住得怎么样时，老人说了三个字：“来对了！”看得出来，老人对这里的一切都很满意。“大爷吃饭睡觉都挺好的，晚上我们都有值班的护理员，可以照顾老人起夜，大爷的几个孩子也隔三岔五来看看，对这里的 service 都很满意。”王淑贞说。

采访过程中，住在中心的另外一位老人也走出房门，准备在走廊上散散步。老人名叫李秀珍，来到中心也有半个多月的时间了，如今已是84岁高龄的她，精神状态非常好，生活作息也很规律。“我一般早上五点起床，活动活动身体七点多准备吃早饭，在这里午饭晚饭都能按时吃，晚上睡觉也比在家里睡得好。”让李秀珍老人最赞不绝口的还是中心餐厅的饭菜。“顿顿都可以选四菜一汤，想吃什么就自己挑，菜量挺大的。”李秀珍老人说，“我以前在家自己一个人住，一个人做饭还得买菜、收拾，结果也吃不了多少。洗衣服、收拾卫生都是自己来。来到这里发现，这些事都不用我

操心，到点吃饭，洗衣、铺床都有人帮忙，简直太方便了！”

记者看到，每间房间里都有独立卫生间供老人洗漱，房间里安装有中央空调，床头配有按铃、呼叫器、床铺调节器及吸氧接口，以备不时之需。护理员将李秀珍老人的房间收拾得干干净净，井井有条。散步结束后，老人回到房间，在护理员的带领下开始做手指操。

此外，记者发现，托养中心还有专门的洗澡间及专用洗衣机，入住老人的衣服、床单、被罩也全都是由护理员整理、清洗。“托养中心共有20张床位，目前已经有多位老人办理了预约，后期将陆续前来入住。”护理员王淑贞说。

## 暖心 便民助餐 暖在心里

干炸刀鱼、酱爆鸡丁、红烧冬瓜、茭瓜木耳炒蛋……午餐时间，海伦路街道综合养老服务中心的餐厅里陆续摆上十道荤素搭配、色香味俱全的佳肴。不到十一点半，老人们就已按照手中的用餐号排起了长队。“在家里做不了这么多花样，吃过几次味道真不错。”前来排队就餐的老年人对热气腾腾的菜品赞不绝口。开餐后，工作人员根据老人的选择，帮老人细心地盛好饭菜。

据了解，该中心自8月16日开业以来，平均每天有60多位老人在此就餐，还有不少周边的居民前来了解情况。“我们根据老人的口味合理调整食谱，尽量做到菜品丰富、健康美味。如果想吃包子、水饺、馄饨、炉包等特色面食，提前一天预订就行。”工作人员介绍。

记者看到，餐厅的餐食标准是提供十菜两汤供老人挑选，有三菜一汤一主食的13元餐，还有四菜一汤一主食的15元餐。会为有送餐上门需求的老人提供送餐服务，也欢迎社会人士就餐。据介绍，开通一卡通的老人可持社保卡或刷脸的方式到我市养老助餐机构就餐并完成支付，满70周岁及以下的老人每人每顿午餐可享受4元补贴，让老人用餐更加便捷实惠。

“饭菜口味非常好，可以选择的种类

也很多！”说话的是今年79岁的老人郭永奎，“我就在旁边这个楼住，平常都是我一个人在家，自己做饭经常都是凑合，基本上就做一道菜。现在有了这个餐厅，我几乎天天来，这里做的饭清淡好吃，很符合老年人口味。”郭永奎告诉记者，自餐厅试运营以来，她就经常过来吃饭，方便又省心。

## 声音 便民服务 爱老助老

据介绍，海伦路街道养老服务中心占地1000余平方米，4月底开始建设，工期3个多月，共投资100多万元。中心设置床位20余张，服务工作人员13人，规划助餐配餐、医疗护理、助洁助浴、长短期托养、康复辅具租赁和康复训练六大功能区。除了就餐、送餐、助浴、助洁、代购代办等服务外，中心还兼具社区医疗及护理站功能，为老人提供“医养融合”专业服务，将“医”和“养”融为一体，形成资源互补共享。

“我们辖区内老龄化比较严重，接近30%，这个综合养老服务中心的成立能够为辖区内居民提供一个多元化、多方位的服务，满足辖区内老年人需要，让他们的晚年生活更加快乐幸福。”市北区海伦路街道嘉定山社区党委书记王涛告诉记者，中心内的服务人员都是经过专门培训的专业人员，大家对养老服务中心的认可度是很高的。社区里有很多的志愿者，每个月都来给老人们送温暖、做服务，各项服务都在不断完善。

记者了解到，中心正式运营后，可辐射周边南昌路社区、嘉定山社区、清江路社区的7000多位老年人就餐需求。考虑到老年人的交友、娱乐需求，未来，中心计划一屋两用，化“食堂”为“活动室”，配备棋牌桌、健身器材、小乐器等，进一步丰富老年人的文化生活。“比如象棋桌、活动室、健身器材等，这些东西后期都会慢慢完善，我们也会根据老人的不同需求，提供不同的服务。”王涛说，“包括绿化这方面，我们也在进行规划，多种一些花草草的，老年人都喜欢。”

海伦路街道工作人员表示，街道也将以此次综合养老服务中心开业为契机，发展更多形式的惠老、助老服务，提升服务水平，让养老服务中心真正成为老年人老有所养、老有所依、老有所学、老有所乐的温馨家园。



扫码加入 早报银龄俱乐部



扫码倾听 有声新闻