

“食”力养老 幸福到“胃”

记者探访岛城部分老年餐桌 “餐饮企业+老年助餐”幸福养老近在咫尺



金色芳华
幸福养老

青岛市民政局 青岛早报联合出品

老年餐桌，即社会餐饮企业依托餐饮门店，通过设置养老服务专区的方式为老年人提供助餐服务。2024年，青岛市民政局印发了《青岛市老年餐桌建设标准》，进一步丰富养老服务供给，引导社会力量规范参与养老服务，构建布局均衡、方便可及、多元参与的老年人助餐服务体系，全面提升养老服务能力，积极发展老年助餐服务。

青岛市各区市统筹考虑辖区内老年人口规模、助餐服务需求、服务半径等因素，在优先布局老年食堂、老年助餐点等专业化助餐设施的基础上审慎开设老年餐桌，促进助餐服务方便可及。近日，青岛早报记者探访位于城阳区、李沧区的多处老年餐桌，看看这里的老人如何享受幸福“食”光。

以优惠价格吃上健康一餐

走进位于城阳街道荟城路上的田馨园西田社区助老餐厅，最直观的感受就是宽敞明亮、干净卫生。这处400余平方米的餐厅可以同时容纳120人，每天一到饭点，社区居民便纷纷前来打饭就餐，午间人流量可以达到上百人次。记者了解到，餐厅自2024年3月19日开业至今，累计服务达到106959人次。

“我们社区根据居民的实际需求，于2024年联合田馨园餐厅开设了这处老年餐桌，可以满足周边9个社区约1500名老年人就餐服务。”据西田社区两委成员李晓介绍，有时候甚至更远一些的社区，也会有居民慕名前来就餐。记者注意到，餐厅内几十套餐桌摆放整齐，进门右手边设置了老年就餐专区，舒适的皮质座椅，明亮又舒适的橙色营造出温馨整洁的就餐氛围。

“这里的餐点特别丰富，健康又好吃，安全又卫生，我每天中午都过来打饭，特别方便。”一位前来打饭的居民向记者展示他刚刚挑选的菜品，只见他自带的饭盒中盛放着地三鲜、青瓜炒蛋、小炒肉等，菜色丰富鲜亮，香气扑鼻，看起来十分诱人。餐厅负责人王建伟告诉记者，餐厅能够为居民提供各类面食、炒菜、凉菜及粥类等90余种，每日菜单都是他亲自把关，提前筛选出来的，各类菜品有近30种。“我们餐厅为社区居民，尤其是老年人提供营养健康、荤素搭配的早午晚三餐。考虑到老年人的健康及生理要求，我们的菜品每一道都严格把控品质，做到少油、少盐、软烂易嚼好消化。”王建伟说。

为了让老年人以最大的优惠吃到最健康美味的暖心饭，西田社区还为本社

区年满60岁以上的老年人办理了“社区助老餐厅”就餐卡，每月有100元补助，解决了周边社区老年人吃饭难的问题。“我今年也60岁了，马上也能享受到助餐补贴了，因此，我特别能够理解老年人的口味和需求，争取为他们提供更加贴心周到的服务。”王建伟笑着说。

温暖服务点亮幸福晚年

针对出行不便的老年人，助餐点成立了一支由社区志愿者、热心居民组成的特殊志愿服务团队，开展送餐上门的贴心服务，对于那些行动不便的老人来说，这无疑是雪中送炭。

“有的老人子女不在身边，老人上年纪了做饭也不方便，上下楼也比较困难，吃饭问题就比较棘手，我们就会为这样的老人送餐。”李晓回忆，之前有位经常来餐厅吃饭的老人，年底时不小心摔了一跤，不方便下楼，子女又都在国外，一时赶不回来。经常一起来吃饭的老伙伴们便将老人的情况告诉给社区和餐厅，西田社区助餐队成员得知后，便精心打包好热气腾腾的饭菜为老人送餐上门，直到老人的子女回来照顾。这份温暖的传递不仅保障了老人的饮食需求，更是在社区中营造了浓厚的温情氛围。

“我们西田社区现有居民1234人，其中60岁以上的老年人多达353人，老龄化程度达29%且呈上升趋势。社区居民的老龄化问题较为明显，老年人吃饭难问题更是亟待解决。因此，在建设过程中，我们积极探索创新运营模式，通过对多家餐饮机构的严格考察，最终以招商租赁房屋的形式成功引进专业餐饮服务团队，不仅为社区老年人提供了优质的餐饮服务，还为社区增加了21万多元

的经济收入。”李晓告诉记者，餐厅刚开业的时候，其实并不像现在这样火爆，很多老人对老年助餐、老年餐桌这类字眼比较陌生，因为不了解政策，所以对此持怀疑态度。为此，社区开展助老餐厅政策宣传和讲解，累计达20余次，在社区的积极鼓励下，很多老人的态度逐渐从观望、怀疑，转变为餐厅的忠实食客。

“因为社区老年人比较多，我们餐厅还比较注重适老化建设，桌椅板凳都比较舒适，卫生间里也注意加装了扶手，防止老人摔倒。”李晓介绍道。

同样位于城阳区的麦香园前旺疃和美社区助老餐厅，也是一处备受欢迎的老年餐桌，洁净温馨的沙发座椅，丰富多样的菜品和贴心周到的服务，令社区居民赞不绝口。餐厅不仅做好老年餐，也推出自己的招牌特色，足有一米长的大油条吸引了不少市民前来购买。

家常味道传递助老温情

“欢迎！阿姨您来啦，请问今天吃点什么？”“大叔，刷卡在这里，您今天要吃炒菜还是包子？”上午10点刚过，位于李沧区沧口街道永青苑社区的绿君源助老食堂内，陆陆续续有居民前来就餐打饭。锃亮整洁的餐台上，数十种菜品散



田馨园西田社区助老餐厅深受老年居民欢迎。
受访者供图



绿君源助老食堂，
菜品种类丰富。



发着诱人香气，热气腾腾地静候人们挑选；明亮的落地窗旁，边角圆润的适老化座椅，舒适的配色令人感到十分温馨。

这是一家以“自选快餐+手工面点”为特色的社区食堂，也是李沧区“餐饮企业+老年助餐”新模式的探索。临街而建的餐厅招牌十分显眼，靠近居民区的位置也相当便捷，老年助餐需求较为旺盛。

“我们餐厅位置在几处居民区之间，人流量比较大，很多老人都喜欢来这里打饭，人流量高峰期主要集中在夏季，工作日人比较多。”餐厅负责人杜少会是这里的厨师长，他告诉记者，之前周边街道助老食堂还没建设起来的时候，都来这里订餐，有的社区甚至每天能达到50至60份的订餐量。“现在李沧区已基本形成养老‘15分钟助餐服务圈’，能够保障辖区内老年人的用餐需求，切实解决老年人‘吃饭难’问题。”杜少会说。

为了能够给居民带来最美味、最健康的菜品，每天一大早，餐厅都会采购时令新鲜食材，现炒热菜、现包现蒸，主打一个“看得见的新鲜”。“我们公司引入专业的厨师团队，‘明厨亮灶’，整洁卫生，不仅保证美味健康，也让大家吃得放心。”杜少会向记者展示餐桌上的菜品，新鲜现制的炒菜在保留食材本味的基础上增添丰富清爽的口感，现场制作的八宝粥、小笼包、馄饨等经典面食传承了老手艺，展示了餐厅的手工匠心。

“明厨亮灶”暖心套餐接地气

“我们致力于为周边居民打造便捷暖心的用餐体验，同时积极践行社会责任，响应李沧区助老政策，推出专属特惠套餐，让银发族也能享受品质生活。”绿君源相关负责人常鸿告诉记者，餐厅推出8元助老专享套餐，任选一荤二素搭配主食和不限量的自助粥品，或者任选三个现蒸包子搭配健康咸菜和自助粥品，只要符合助老就餐政策的条件，就可以以最优惠的价格享受丰盛的一餐。

“我和老伴都喜欢这里的家常小炒，特别接地气，每次不想做饭了，我们就过来打饭，既实惠又美味，而且选择也特别多。”今年70岁的张大爷扬起手中的饭盒，他脸上的每一条皱纹都散发出幸福感。因为子女不在身边，老两口以前吃饭总是图省事，做一顿饭可以热好几顿，有了老年餐桌以后，两人每一餐都能吃到当日新鲜出炉的美味菜品。

按照民政局印发的《标准》，设置老年餐桌，应具备老年人服务能力，能够提供品种多样、品质优良、符合老年人特点和膳食营养的健康安全餐，优先提供大众化家常菜。要求近三年内未发生过重大违法违规记录且未被列入严重违法失信名单，且应设置“明厨亮灶”，公开展示膳食加工制作关键环节。“我们公司主营学校食堂的学生餐厅，也做助老餐厅，因此食材来源、菜品制作的各个环节都会严格把控质量，绝对安全，让老人孩子吃得健康、吃得放心。”杜少会说。

青岛早报/观海新闻记者 吴涵 摄影报道(除署名外)



扫码倾听
本版有声新闻



扫码加入
早报银龄俱乐部