

谱写银龄乐章 奏响为老服务新旋律

●本报实习记者 吴香凝 杨承昊 于梦圆 文/图

“为老服务”反映民意、关系民生、连着民心，为把“为老服务”融入日常、化作经常，近年来，呼和浩特市不断加大“为老”投入，以“为老”温度刻画幸福尺度，营造了养老孝老敬老的和谐社会氛围。

呼和浩特市是内蒙古自治区提前进入人口老龄化的城市之一。截至2023年底，全市60岁及以上老年人75.16万人，占20.85%，空巢独居老人、高龄老人持续增多。做好老龄工作不仅要实现“老有所养”“老有所乐”，还要着力实现“老有所为”。

智慧养老信息平台：

让老年人尽享“数字”新生活

“通过微信公众号就能查看服务详情和价格信息，我们就可以根据自己的需求选择性价比比较高的服务，真是便捷又暖心。”谈起通过“宜养青城”公众号下单“擦玻璃”服务的经历于奶奶连连称赞。

几天前，家住玉泉区芙蓉小区的市民于奶奶有“擦玻璃”的服务需求。她通过“宜养青城”微信公众号选择了综合性价比高、离家最近的内蒙古海商业运营管理有限公司运营的芙蓉社区居家社区养老服务站。服务站工作人员收到于奶奶的订单后，立马安排专业人员上门，为于奶奶提供高效、周到的服务。

通过微信公众号下单服务只是“为老服务”的一个缩影，呼和浩特市智慧养老信息平台通过开设96111为老服务热线、智慧养老门户网站等，多渠道为全市老年人提供政策咨询、信息查询、服务预约、业务办理等一站式便民服务，满足老年人居家养老、社区养老、机构养老等不同场景的个性化需求。

“您好，这里是96111呼和浩特市智慧养老信息平台，请问有什么可以帮您？”此时，呼和浩特市智慧养老信息平台的话务人员正在忙碌地接听电话，他们根据接听内容实时在系统建立来电工单，登记老

年人的需求、时间、地点等基本需求，并指派到就近的社区居家养老服务中心。

“我想预约一下上门打扫卫生服务。”“好的，马上为您安排。”打来电话的是家住新城区党委小区的市民王奶奶，王奶奶由于子女在外地，自己和老伴儿腿脚不便，需要上门打扫卫生服务，顺便搬运一些重物。话务人员随即根据老人的需求和家庭地址，联系了就近的新城区怡乐养老服务有限公司。接收到平台指派的服务订单后，工作人员立即与王奶奶取得联系，沟通具体的服务需求后，当天便指派服务人员入户服务。“真方

便，打个电话，就立马有人来家里服务了。”当话务人员拨打服务满意度回访电话时，老人开心地说。

据呼和浩特市智慧养老信息平台工作人员彭璐介绍，呼和浩特市智慧养老信息平台以“宜养青城”为理念，依托互联网、大数据、人工智能等先进信息技术，汇聚整合全市包括养老机构、居家社区养老服务中心(站)、为老餐厅、服务企业在内的各级各类养老服务资源，构建起“四级贯穿”的全市养老服务综合信息应用网络，让老年人尽享“数字”新生活。



呼和浩特市智慧养老信息平台

适老化改造：

打造温馨居家环境

地面铺设防滑砖、马桶边安装扶手、卫生间添置多功能沐浴椅、卧室走廊安装感应夜灯……这些看似微小的适老化改造，不仅解决了老年人居家生活的痛点难点，更为他们营造了一个安全、便捷、舒适的居家养老环境。

为更好应对老龄化社会的到来，呼和浩特市于2022年出台《老年人家庭适老化改造实施办法》，针对低保户和特困户中高龄失能老人等特殊困难家庭，持续开展适老化改造项目。截至目前，已累计完

成626户家庭适老化改造，对符合改造条件的目标群体基本实现了全覆盖。

“以前环境比较简陋，尤其是年纪大了后，最害怕摔倒。政府给配备了很多防滑防摔设备，让我的生活方便多了。”说起适老化改造后的变化，家住玉泉区廉租房小区的市民温素兰非常满意。

同样暖心的适老化改造还发生在同小区的市民陈碧丽家中。过去，陈碧丽一直饱受腰伤的困扰，上下床、出门遛弯都很不方便。适老化改造开始后，老伴儿张

耀就为她申请了四脚手杖、双摇护理床、马桶U形扶手等设施。“这些设施都是按照我们的需求量量身定制的，而且全部免费。”张耀激动地说：“工作人员耐心地教会了我们如何正确使用这些器材，真是为我们带来了实实在在的便利。”

“适老化改造不是普通的家庭装修，我们会进行前期的走访、分析、评估，根据不同老年人的居家环境和生活习惯分类改造、量身定制。”承接适老化改造服务的第三方机构的工作人员王侠向记者介绍：

“有些老人家中是蹲厕，容易站立不稳或摔倒，我们在征询老人和家属的意见后，把蹲厕改为坐便；有些坐轮椅的老人进出不方便，我们会取下门槛或者安装消除高低差的装置，方便轮椅进出；还有些老人家中插座设置不合理，老旧线路混乱，容易发生火灾，我们会安排专业电工进行线路改造调整。”

一项项适老化改造项目满足了老年人多元化养老服务需求，温暖了每位老人的心。



适老化家庭改造

便捷就医：

健康福祉更有“医”靠

家住希望家园的市民潘四女今年76岁，每年都要体检。“过去都是去大医院体检，人多，排队等候时间长，还得自己掏钱，去年知道了赛罕区昭乌达路办事处社区卫生服务中心就能体检，还是免费的，我就来试试。”和众多老年人一样，一开始潘四女都不敢相信会有这样的好事，而且对社区卫生服务中心的水平不放心。当她来到昭乌达路办事处社区卫生服务中心，这里的一切让她大有改观。“这里的体检设备都很先进，体检效果和我去大医院也没什么两样，关键离得近还免费。”体检还能免费，要归功于

国家基本公共卫生服务项目。昭乌达路办事处社区卫生服务中心副主任任文说：“中心积极响应国家基本公共卫生服务项目要求，年满65岁的老人每年可以到本人所在的乡镇卫生院或社区卫生服务中心参加一次免费体检。我们还跟内蒙古自治区人民医院、内蒙古自治区妇幼保健院、呼和浩特市中医医院建立了转诊制度，当体检中遇到诊治难度较大、超出诊疗能力范围的病人时，我们会将患者转诊至这些上级医疗机构。”

据了解，主打特色诊疗，是玉泉区芙蓉卫生服务中心的发展思路。建成以

来，芙蓉社区卫生服务中心中医馆广泛运用针刺、拔罐、艾灸、刮痧、中频治疗等多种中医药适宜技术治疗，还与内蒙古自治区中医医院建立医联体，每周三特邀医院相关科室主任医师前来坐诊。“目前中心可以辐射70余个周边小区、50258余位居民。每天都有很多患者来看中医、做理疗。我们就是要做好居民家门口的特色社区卫生服务中心。”芙蓉社区卫生服务中心中医科科长刘文娟介绍。

社区卫生服务中心要如何做好老百姓需要的医疗服务，才能让老百姓“愿意来、留得住、看得好”？呼和浩

市有思路。

近年来，我市积极响应国家政策，健全城乡基层医疗卫生服务体系，通过调整报销比例，鼓励群众选择基层首诊、分级诊疗；全方位提升医疗服务能力，在部分社区卫生服务中心提供中医、理疗等多种治疗方式；推动卫生医疗资源下沉基层，定期邀请名医坐诊社区卫生服务中心；加强诊疗和服务能力建设，引进新设备、新人才，定期组织专业培训，提升服务态度，切实改善就医体验，多措并举打造“愿意来、留得住、看得好”的基层医疗卫生服务体系。



老人在社区卫生服务中心免费体检

为老餐厅：

家门口的晚年“食”光

近年来，为老餐厅成为呼和浩特市基本养老服务清单中的重点项目。把食堂开进社区，距离近、价格实惠、品种丰富，确实让不少老年人“尝”到了实惠。

10月25日11时，家住新城区胜利路社区附近的老人早早来到社区为老餐厅就餐。明档橱窗里菜品种类丰富，色泽诱人。老人们刷卡、取餐，和自己的好朋友边吃饭边聊天，享受着惬意的午间时光。

“我基本上天天都来这里吃饭，8元就能吃饱吃好，很多老朋友都会来这儿，可以和他们说说话，吃完饭还能一起下下棋，不会觉得孤单。”正在用餐的市民籍大爷告诉记者。

记者看到墙上的菜谱、菜品价格一目

了然，早餐有臊子面、烧麦、馅饼、油条、粉汤豆浆等，平均价格只需2元，午餐为三菜一汤，65岁以上老年人每餐8元，65岁以下老年人每餐13元。每周推出油炸糕特色主食，每周三推出凉皮套餐和焖面套餐，体现了呼和浩特本地特色也迎合了老年人的喜好。

让老年人从“吃上饭”到“吃得好”并不是一件容易事。内蒙古乐庭智慧养老服务有限公司运营总监那少伟告诉记者：“胜利路社区60岁以上老年人有1822人，体量并不小，但是餐厅刚开业的时候每天只有十来个人就餐，为了让这项服务普惠到更多老年人，我们就联合街道办事处、居委会、网格员齐动脑筋、共想办法，推出优惠

政策，经过近一年的运营和调整，现在每天早餐有60至70位老年人就餐，午餐约有120位老年人就餐，既可以堂食也可以打包带走，老人们也都很满意。现在依托国家政策支持，我们可以把更多精力和成本用在为老菜品搭配上。”

近年来，为老餐厅因其营养均衡价格实惠受到越来越多老年人的青睐。位于青城公园南门的呼和浩特市居家社区养老服务示范中心为为老餐厅实行长者特惠折扣制度，65至75岁长者享9折，75至85岁长者享8.5折，85岁及以上长者享8折优惠。午餐的粥和小菜均免费。

虽然餐厅开在了小区门口，但对于一些失智失能、行动不便的老年人来说，还

是有点“远”。为了激活居家养老的“最后一米”，呼和浩特市居家社区养老服务示范中心开启了送餐上门服务，两公里内免费配送，两公里外只需加收配送费两元。

呼和浩特市居家社区养老服务示范中心后勤主管赵丽霞表示，小饭碗里装着大民生。为老餐厅持续健康发展，不仅能为老年人解决吃饭问题，更成为提升家门口养老幸福指数的关键一环。只有各方同心协力，才能使这项服务切实做到普惠共享。



工作人员协助老人打饭

老年大学：

点亮“银发学子”幸福晚年

在呼和浩特，有这样一所“特殊”的学校：这里有等你下课的同学，放学加练的“学霸”，与其他学校无二。在这里你可以交朋友，学习琴棋书画、唱念做打。就是这样一所听起来有些“不靠谱”的学校，每年报名却要全靠“抢”，83个班座无虚席，甚至还有很多人在“排队”等着上课。这里，就是呼和浩特市老年大学。

今年68岁的市民尹红毓2016年来到了呼和浩特市老年大学，8年间她已经在里参加了舞蹈、朗诵、声乐、书画、古筝等5个兴趣

班，是个不折不扣的“老学姐”。

“在家没事干，出去没事做”是众多老年人的共同烦恼。尹红毓通过逛公园认识的“小伙伴”的介绍，来到了呼和浩特市老年大学。“来到这里我就被各种各样的课程吸引了，原来每天愁没事干，现在愁时间不够用，每天跟大家跳舞、唱歌，参加自治区、市里组织的各种比赛，心情都愉悦了。”

为满足老年人不同需求，呼和浩特市老年大学构建“初中高研创”层次化课程体系，开设了37种适合老年群体的专业，并聘请多

位专业老师进行指导。同时，呼和浩特市老年大学建立了“银发人才库”，从各专业、各班级招募60余名党性修养强、专业水平高的学员成立“夕阳红志愿者服务队”，定期到机关、学校、社区开展公益展演和主题宣传活动。

此外，呼和浩特市老年大学还开设了手机、电脑等应用课程，帮助老年人“迈”过数字时代的门槛，更好地融入智能化生活。“过去我爸不会用手机，给我们打个视频都费劲。上了老年大学后，他在老师的指导下学会了用手机，不仅能网购，还会自己拍短视频，记

录生活了。”在给自己的父亲报名市老年大学开设的《智能手机应用》课程后，王先生的开心溢于言表。

“目前，呼和浩特市老年大学共有8个系，开设37个专业、83个教学班，配备教师50余人，在校学员2400余人。”呼和浩特市老年大学校长杜兰梅介绍。“我们将继续结合时代潮流和老年人的兴趣爱好，开设更多课程，并进一步扩大‘夕阳红志愿者服务队’的规模，让更多老年人带着所学为青城贡献力量，真正实现老有所学、老有所乐、老有所为。”

