

从“将就”到“体面”

——呼和浩特市居家社区养老服务标准化示范中心用专业服务守护“夕阳”美好

●本报记者 安娜

居家养老,最难的是什么?是高龄独居老人吃不上热乎的一日三餐的无奈,是失能卧床老人数月无法洗一次澡的窘迫,是无电梯老旧小区里那些被“困”在楼上的无助身影……

在呼和浩特市,一家没有围墙的“养老院”给出了解决方案。呼和浩特市居家社区养老服务标准化示范中心,把往常只有进入养老院才能享受到的助餐、助浴、护理、康复、陪诊、转运等专业服务,一件件“搬”来,精准送到每一位高龄、失能、独居老人的家中。5年间,该中心累计服务老年人超过1.2万人。

数字丈量着这场变革的深度:2021年该中心成立之初,全年仅服务30位老人,月均不足3单;2026年仅1至7月,服务工单量便已近5000单,月均超过700单。从3单到700单,业务量增长230多倍。

居家养老“最后一公里”究竟是如何打通的?记者历时数日,通过参观该中心为老餐厅、跟随护理员入户服务、亲历福祉车,记录下这些真实瞬间。

一餐热饭

临近中午,该中心一楼为老餐厅飘出饭菜香气。酸菜扣肉炖得酥烂,清蒸龙利鱼冒着热气,羊肉炖胡萝卜软糯入味,蒸蛋羹金黄油亮……数十种菜品一字排开,少盐少油,软烂适口。

72岁的刘桂兰端着餐盘,熟门熟路地点了两样菜。“我天天来,都吃惯啦。”她坐下后对记者说,“买菜、做饭、洗碗一套下来累得慌。儿女上班,家里就我一个人,做多吃不完,做少就凑合。在这儿花十几块钱吃顿热乎饭,不用收拾,还能跟老邻居聊聊天,这日子过得踏实。”

中心负责人张燕介绍,餐厅门口电子屏价格清晰:基础套餐原价13元,65岁以上老人可享受不同折扣,高龄

老人最低花10.4元就能吃上营养均衡的一顿饭。目前,餐厅每日来就餐的老年人稳定在一百五十人。

堂食热闹,可还有一群出不了门的老年人怎么办?送餐员王师傅每天提前20分钟就开始往恒温餐箱里装餐,每份饭菜密封分层,“不管送多远,到老人手里必须跟堂食一个温度”。独居老人王建国膝关节增生多年,下楼困难,以前总是馒头、咸菜凑合着吃。如今,他每天通过订餐微信群接龙,准时等来热乎乎的饭菜。“以前连口热乎饭都吃不上,现在天天有人送。”王建国说。

张燕高兴地说:“餐厅菜谱会定期征集意见,结合时令调整。一碗热饭,兜底的是老年人最基础的期盼。”

一次助浴

洗澡这件日常小事,对于常年卧床的老年人而言却是一道难以逾越的“坎”。卫生间狭小,老人无法站立,家属不敢贸然搬动——不少失能老人数月只能用毛巾擦拭一下身体。

赛罕区81岁的李大娘因脑梗全身瘫痪,女儿了解到呼和浩特市居家社区养老服务标准化示范中心的上门服务后,试着帮母亲预约了一次。

记者在现场看到,护理员进门先俯身轻声:“大娘,我们来给您洗澡啦,舒舒服服的,您别怕。”铺防水气垫、连接恒温设备、反复试水温——每一步都耐心细致。护理员一人熟练地托住老人肩颈和腰部,从头部开始依次清洗,身体的每一处都仔细擦拭。洗浴完毕擦干身体、更换衣物,又顺手为老人理了头发、剪了指甲。全程不到一小时,李大娘紧皱的眉头渐渐舒展了。

李大娘的女儿告诉记者,按照呼和浩特市中度以上失能老人养老服务消费补贴政策,助浴单次220元可抵扣50%,自付仅110元。“以前花上千块买各种助浴工具,可还是不敢动手。现在专业人员上门,一百多块钱就解决

了难题。老人干净清爽,我们也省心。”

张燕介绍,中心在安排助浴服务时格外注重保护老人隐私,男护理员服务男性老人,女护理员服务女性老人,让老人在被照护的同时也能感受到被尊重。“很多失能老人虽然动不了,但心里什么都明白。谁给自己洗、怎么洗,他们很在意。”张燕说,“体面这件事,一点都马虎不得。”

助浴从来不只是清洁身体,它还给了一个人最基础的体面。这是记者在现场最深的感受。

一辆福祉车

老旧小区,没有电梯,对于高龄失能老人来说,上下楼便成了极大的困难。新城区72岁的赵大爷每周需做两次透析。过去每次去医院,儿子背、女儿抬,到了楼下再费劲挪进私家车,老人被折腾得够呛。如今,呼和浩特市居家社区养老服务标准化示范中心的一辆福祉车改变了一切。

记者跟随这辆福祉车亲历了全过程。工作人员先用电动爬楼机将赵大爷从4楼平稳送至地面,履带贴住台阶匀速下行,稳稳跨过每一级台阶。福祉车尾门缓缓打开,液压升降平台将轮椅连同老人平稳送入车厢并锁定,全程老人不需挪动一下。从下楼到上车,前后不到10分钟。

据该中心工作人员介绍,福祉车内部经专业改装,地板配备固定装置,轮椅可直接锁定在专用位上,后门加装液压升降平台,专为行动不便的老年人设计。“私家车空间小,轮椅放不进,得把人抱上抱下,老人身上到处是淤青。现在轮椅直接上车,全程不用挪动,太方便了。”赵大爷的儿子说,专业司机和护理员全程接送,家里人不用再请假陪同,的确省心太多。

一支专业团队

早上6点半,呼和浩特市居家社区养老服务标准化示范中心护理员小刘

准时敲开了77岁张奶奶家的门。扶老人起床、洗漱梳头、整理衣物、清理房间、辅助进食、肢体放松按摩……仅仅一个小时,护理员便将所有的事安排得妥妥当当。

张燕告诉记者,照料老人最难的就是晨间这一段,起床、如厕、洗漱、吃饭,桩桩件件都离不开人。“把这一个小时照料妥当,一整天就顺当了。花费不多,家里的压力却卸下了大半。”

张奶奶的儿子站在一旁感慨:“以前每天早上跟打仗一样,帮妈妈洗漱、做饭、收拾完再赶着上班,天天迟到。现在护理员每天准时上门,我们只管安心上班。老人在家有人照料,我们在外上班心里也踏实。”

在张燕的办公室里,记者看到一份长长的服务清单:排泄护理、管道维护、伤口换药、康复按摩、就医陪诊、住院陪护……“很多家庭面对管道维护、压疮护理这些专业需求,子女根本不会弄。比如胃管日常维护,操作不当很容易感染,护理员要反复练习几十次才能上岗。”

记者了解到,该中心配备有专业康复师,通过持续干预和情绪疏导,不少老人从最初的躁动逐渐变得平和。中心还推出居家照护指导,手把手教家属胃管尿管维护、鼻饲操作、紧急情况应对,同时联动医养资源,打通“小病在社区、康复进家庭、大病快转诊”的闭环。

这一切守护的背后,是一支260人的专业团队——护理师、护士、康复师、营养师……大家跨学科协同作战,为每位长者量身定制专属照护方案,从健康管理到生活照料,全方位护航。所有人员持证上岗,严格遵循行业标准。

幸福的晚年,从来不是奢华的排场。一次上门、一回照料、一项干预——这些平凡细碎的温暖,拼凑起的便是一座城市对老年人最温柔的守护。

我为群众办实事

聚力蒿草清除 守护呼吸健康

新城区多位点推进蒿草集中清理整治工作



本报讯(记者 马妍)为从源头减少蒿草花粉传播,切实守护群众呼吸健康,美化人居环境,近日,新城区新时代文明实践中心统筹各街道、镇新时代文明实践所、站,广泛发动党员、青年志愿者、辖区群众,多位点开展“除蒿草·清洁家园”志愿服务行动。

西街街道西落凤街社区组织青年志愿者走进教育厅大院开展蒿草专项清理。志愿者分工协作,对小区绿化带、围墙角落、花坛边角、道路两侧蒿草集中区域开展人工拔除,坚持连根拔起、不留死角,清理的蒿草统一集中清运,避免花粉二次扩散。

迎新路街道和锦社区在辖区开展拉网式排查,结合不同区域特点制定“一地一策”清理方案。针对小区绿化带、楼栋墙角等机械难以抵达的隐蔽点位,工作人

员分组划片,使用镰刀、铁锹人工精细化拔除;针对主次干道、闲置空地等连片茂密区域,调配机械设备开展大面积作业,采取“机械大面积普清+人工精细化清理死角”模式,做到见蒿就清、全面覆盖。清理后严格落实“清理一处、清运一处”,将蒿草打包归集转运,实现闭环处置,杜绝草籽散落造成二次污染。

保合少镇新时代文明实践所聚焦敕勒川草原沿线、甲兰板村马头琴小镇周边景区村落环境,组织党员志愿者、文明实践志愿者与当地群众共同参与除蒿行动。大家顶着高温,采取人工拔除结合工具铲除的方式,对步道、绿化带、闲置空地的蒿草、枯枝杂物进行全方位清理,做到不留盲区。清理后的高草统一打包清运,以志愿力量守护和美乡村。



又讯(记者 阿柔娜)近日,海拉尔路街道公主府社区组织全体工作人员,在职党员、参与暑期社会实践的学生,联合物业单位在辖区开展蒿草集中清理行动。

清理现场成片蒿草长势茂密,全体人员顶着烈日展开清蒿

作业。大家手持工具俯身劳作,沿着空地纵深逐片清理丛生蒿草,对围挡边角、偏僻区域的杂草也逐一清理到位。经过共同努力,空地上的蒿草得到全面清理,周边环境整洁度大幅提升,潜在的卫生与安全隐患得到有效化解。



又讯(记者 刘沙沙)近日,万通路街道鸿盛社区、安居社区组织社区干部、网格员、志愿者开展蒿草集中清除行动,为居民排忧解难。

清理现场,全体人员分工协作,不惧闷热劳累,俯身埋头清理各处蒿草、杂草,不放过边角、死角,做到逐片推进、彻底清除,确保环境整洁有序。

军训淬炼少年志 国防教育润心田

8月23日至9月27日,玉泉区组织开展2026级新生军训工作,以规范化的国防教育实践帮助新生磨砺意志、锤炼作风,厚植青少年家国情怀,增强国防意识。

本次军训工作由玉泉区教育局联合玉泉区人民武装部组织实施,呼和浩特市第六中学、内蒙古师范大学第二附属中学、中央民族大学附属中学呼和浩特分校等学校的8700余名新生陆续开展军事训练。

军训现场秩序井然,参训学生精神饱满、姿态端正,在教官的指导下认真开展基础军事科目训练。

■本报记者 阿柔娜 摄



教官示范军训动作

老人出门迷路 网格员热心救助护送回家

本报讯(记者 阿柔娜)9月2日,一位神色慌张的老人来到新城区海拉尔路街道八一路社区求助。老人神情焦急,自述外出之后找不到回家的路,手机也不知丢哪儿了,内心十分慌乱。

网格员赵利立刻上前接待,先将老人搀扶坐下,耐心安抚老人的情绪,

平复老人焦躁不安的心情,引导老人慢慢回忆事情经过。

由于老人年纪较大,记忆零散模糊,无法准确说出其家庭详细地址,也记不清家人完整的电话号码,只能通过回忆起部分碎片化线索。赵利没有急于追问,一边细心倾听老人断断续续的讲述,一边结合网格员账认真梳理

老人仅有的记忆信息。随后决定陪着老人一边沿着记忆中的路线步行辨认,一边帮老人回想手机可能遗失的地点,沿路仔细寻找。

经过一路辨认寻访,赵利陪同老人顺利回到了老人居住的家中。进门之后仔细查看,才发现老人的手机并没有丢失,而是遗忘在家

里。确认老人身体状态平稳后,赵利第一时间拨通老人儿子的电话,把老人外出迷路、到社区求助以及已平安到家的情况详细告知。老人儿子得知老人平安后,表示自己马上赶回家里,并对网格员热心负责、及时救助老人的行为再三表示感谢。

车辆突发自燃 民辅警逆行出击化危为安

本报讯(记者 安娜)近日,回民区某小区内,一辆私家车突发自燃,紧邻的居民楼栋及周边停放车辆面临极大的安全风险。回民区公安分局中山西路派出所民辅警快速到场处置,联合消防部门成功扑灭明火,最大程度降低了群众财产损失。

事发当晚,小区内一辆静止停放

的车辆突然冒出大量黑烟,车头部位迅速燃起明火,伴随剧烈燃烧声响与浓烈焦糊气味。起火点位紧邻居民单元楼,且周边停放着多辆私家车,一旦火势失控,极易引发连环燃烧、爆炸等次生灾害,后果不堪设想。过往群众发现险情后,第一时间拨打报警电话求助。

接到群众报警后,中山西路派出

所民警王鹏宇、辅警陈彪立即携带灭火器赶赴现场。抵达现场后,二人不顾火情危险,迅速疏散周边围观群众,划定临时警戒安全区域,杜绝无关人员靠近危险区域,严防人身安全事故发生,同时手持灭火器对准起火核心区持续喷射,有效压制火势蔓延,为消防专业救援力量到场处置争取了宝贵时间。

消防救援人员抵达现场后,民辅警一方面严格维护现场秩序、疏通救援通道,保障消防车辆和救援人员顺利作业;另一方面主动配合消防人员开展灭火攻坚工作。经过双方高效联动、通力协作,明火被彻底扑灭,突发火情成功解除。经现场核查,本次车辆自燃事故未造成人员伤亡,群众财产损失降至最低。