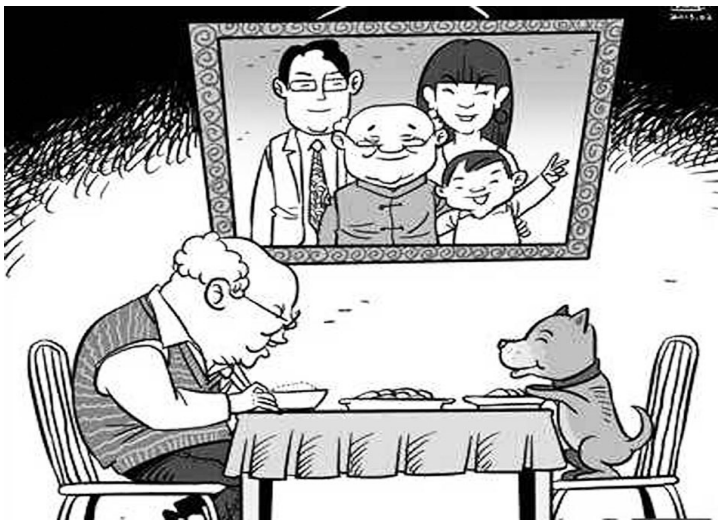


一周看点

关爱独居老人 我们能做什么?

本报记者 魏裕隆



图片来源于网络

“出门一把锁,进门一盏灯”,成了当下许多独居老人的生存状态。根据全国老龄办公布的数据,截至2017年底,我国60岁及以上老年人口2.41亿人,占总人口17.3%。其中去年新增老年人口首次超过1000万。目前在我国2.41亿老年人中,有近一半独居或空巢。在这个庞大的群体中,有些老人因身体状况不稳定,遇到突发事件难以应对,甚至遇到生命危险的时候,也可能因来不及求救而酿成悲剧。近年来,类似“独居、空巢老人离世无人知”的消息时有报道,让人唏嘘。

社会现状:

事件1

今年8月,安徽某小区一对老夫妻死在家中,也是多日后才发现。据了解,老人有儿有女,其长子就住在老人对面的小区。两个小区隔一条马路,走路也就十多分钟;在另一小区,住在14楼的独居老人李师傅也死在了家中。据李师傅女儿说,父亲63岁,他们的小孩在小区附近上小学,因为孩子放暑假,加上这段时间工作比较忙,

来的就比较少了。一个星期前,她还和父亲通了电话,谁知没多久,就接到了父亲的死讯。

事件2

据我市一媒体报道,去年七月,丹金路一民房倒塌,83岁的独居老太丁某被困在房内,邻居发现后立即报警,民警和消防官兵迅速赶至现场将老太从窗口救出。

独居老人,一般指无退休金生活困难以及退休后经济条件一般的老人。不仅子女离家,而且丧偶,是比空巢老人更弱勢的群体。他们有的靠夫妻互相照顾,有的依赖亲朋好友子女兼顾照顾,有的获得社会公益组织的帮助。作为独居老人的他们,平常是怎么生活的呢?近日带着这个问题,记者走进了他们的家中。

走访:

一人独居多年

9月17日下午,走进龙凤二村71岁的徐如章老人家中,在70多平方米的房子内,电视机、旧式洗衣机、旧空调、老式的木制床等,就是整个屋子内的陈设。长年的独居生活,他变得沉默少语,每天的

大部分时间,都是一个人呆着。徐老很多年前与妻子离异又遭遇女儿身患白血病不幸离世。也许是生活的不顺与丧女之痛的打击,如今他患有心脏病、高血压、胃溃疡等疾病。“这么多年了,一个人生活习惯了,我现在有2700多元的退休金,勉强过日子。趁着现在身体还行,我就多出门走走,如果哪一天身体真的不行了,我自己就去养老院养老,那里人多又热闹。”像徐如章这样的独居老人在我市还有很多,这样的独居老人也受到社会的关注和关心。平日里,社区工作人员、社会爱心组织会通过走访的方式与他沟通,陪他聊天,详细询问他的日常生活状况和身体状况,叮嘱他要注意身体,让他充分感受到社会的关爱和帮助。

今年93岁的周美谷,她思路清晰,身体健康,曾是一名教师,老伴1981年去世。走进老人家中,她正在看着《爷爷毛泽东》一书。房屋内虽然光线昏暗,但房间内收拾得干净整洁,家具虽然陈旧但摆放整齐。老人说,我老伴去世后只剩下我一人,没事整理整理屋子,小儿子经常来帮我做些家务。现在两个儿子、一个女儿虽然工作很忙碌,但每周都来看望老人。“我住的房子虽然不大,但住得舒服想干什么就干什么,很自由。”

如何关爱独居老人?

政府解题:积极开展老年人“安康关爱行动”

在2018年全国两会上,国务院总理李克强作政府工作报告时指出要积极应对人口老龄化,发展居家、社区和互助式养老,推进医养结合,提高养老院服务质量等。据了解,今年2月,我市按照《丹阳市关于加快发展养老服务业的实施意见》相关要求,通过公开招投标确定了“安康通”为我市政府购买居家养老服务。“安康通”公司作为承接主体,对60岁以上失能半失能、高龄及经济困难失能老人进行详细了解,对于独居、患病、贫苦,

或年龄、精神、经济方面原因导致生活困难的,给予相应的帮扶。

社区解题:走访关爱

我国已明确以居家养老为基础、以社区养老为依托、以机构养老为辅助的养老模式,很多地方也作了有益的探索和实践。“居家养老”为主的养老模式,可以充分发挥社区服务功能,为独居老人提供医疗服务与咨询,协调安排就近的帮扶对象,对老人进行积极的关怀和陪伴,丰富他们的精神文化生活。中秋节前夕,公园新村社区还与社区文艺团体开展“爱满中秋,关爱老人”活动。他们来到云阳福利院看望并慰问了那里的孤寡老人,在送上月饼及节日祝福的同时还向老人们献上了一场精彩的文艺演出。

针对空巢、独居老人,我市各社区志愿者开展结对帮扶,为他们提供心理抚慰、应急救助、健康保健、法律援助等服务,积极为他们排忧解难。今年92岁的蒋恒老人自老伴2005年去世后一直独居。太阳城社区工作人员经常走访慰问关心老人,倾听老人需求,帮助他解决生活上的困难。另外,他们还通过开展志愿结对、健康知识讲座、文艺活动等邀请辖区内的独居老人从家中走出来,减轻他们的孤独感和寂寞感。

社会解题:“公益之花”处处盛开

随着社会的发展、时代的进步,在我市也有了一批热心服务老人的爱心公益组织。他们自发组成各种义工团体,常年坚持公益,服务老人。如意慈善公益服务团、齐梁义工社、爱心义工社、凤凰520、九九爱心社、爱在飘扬……这些爱心团队中有很多人来自各行各业,有企业老板、学校老师、工厂工人、普通上班族等等。今年3月,齐梁义工社组织了吕城镇28位残疾人士和4位独居老人前往无锡梅园踏青赏花,丰富了他们的业余生活;丹阳爱心义工社团队一直服务于孤寡老人、失独老人、五保户、重病老人等,他们每天走访上门,

为老人们测血压、理发、做家务,尽自己的努力,解决老人的生活困难,只要老人有需要,团队就会随时到场。他们从一个人到一个团体,传递着温情,也提升了城市的文明。

自身解题:培养兴趣爱好

不少老年人独居后,其实可以培养自己的兴趣爱好,也可以根据自己的性格来选择适合的项目。在我市吕城镇就有一位独居老人张忠良,老人年轻时爱打篮球,后来与象棋结缘,他不仅通过下棋打发时间,而且还从这小小的棋子中琢磨出了养生之道。他因为下棋结交了很多棋友,这些棋友大都拥有乐观的心态、高雅的情趣,大家会不约而同地聚在一起,品茶、聊聊天、下下棋,心情愉悦。

也许每位老人的性格各不相同,有内向腼腆的,有外向开朗的,有喜静的还有好热闹的。性格内向、好静的老年人,可以选择书法、画画、下棋、种花、养鱼等项目,来修身养性、陶冶情操;性格开朗、好热闹的老年人,可以学习唱歌、跳舞、打球。在培养自己的兴趣中发现乐趣,过好生活。

除了自己多了解多学习,独居的老人还要尽可能地多参与社会活动,结识更多有同样爱好的人群,这样大家一起交流、一起学习,不仅提高了自己的水平,还由此认识更多志同道合的朋友,丰富了晚年生活。

家庭解题:常回家看看

随着社会老龄化时代的到来,独居老人的养老问题已经成为一个社会问题。除了各级政府部门、街道、社区积极发挥职能作用外,子女要关心老人内心的想法与需求。平常要主动介入老人的精神世界,认真倾听他们的喜怒哀乐。作为子女,如果长时间离家不能陪伴父母,也要通过电话、视频等方式,经常联系。周末的时候,常回家看看。总之,做子女的应给予独居老人更多的关爱,使他们的晚年更从容幸福一些。

乐活

家门口有“兴趣班” 社区居民忙得欢



图为学员在教室内唱歌。记者 裕隆 摄

本报讯(记者 魏裕隆 通讯员 李淑君)“我爱你中国,我爱你春天蓬勃的秧苗,我爱你秋日金黄的硕果……”9月17日上午9点半,活动室内歌声嘹亮、热闹非凡,20余名老年朋友齐聚在这里,参加了社区开设的老年兴趣班声乐第一课。

活动室内,学员们做了自我介绍后又分别一展歌喉,演唱了《我爱你中国》《青藏高原》

等经典歌曲。他们个个神采奕奕,声音洪亮,声情并茂。这样的课堂,不仅丰富了老年人的生活,更是圆了许多老人少时的梦想。正在上课的吴阿姨说:“我从小就喜欢唱歌跳舞,但是一直没有机会学,现在有了兴趣班,觉得离家近,我就过来了。这也算是圆了我学习声乐的梦想。”正与学员们一起唱歌的陈裕良退休在家后,平常

喜欢打麻将、听音乐、唱老歌。他认为不用跑太远,也不用交学费,家门口就能有这么好的条件上课,不仅丰富了他们的晚年生活,还能让老年人精神不老,实现新的人生价值。

华南新村社区负责人介绍,辖区内60周岁以上的老年居民大约有2500人。为了丰富老年人的生活,社区在上周五开设了老年兴趣班,并设置培训课程,每周一、周三、周五开设声乐、舞蹈、戏曲、书法课程,报名对象为男50周岁至80周岁,女45周岁至80周岁,身体健康的离退休干部、职工和社会老人。她表示,兴趣班能让老人们心情愉悦,还能开阔视野,对社会、家庭、自身都有好处。老人们在这里真诚相处,互相帮助、共同提高,也能让彼此加深感情,增进友谊,共享晚年的快乐生活。今后,他们还将结合老年人的需求,开拓辖区资源,开展喜闻乐见的休闲活动。

忆事

每逢中秋倍思亲

王丕立

我时常忆起那年的中秋,那是父亲健在的时候,他还清了几个姊妹读书欠下的外债。为了与父母团圆,我们从不同的工作单位赶回老家,陪父母过中秋节。

吃罢晚饭,父亲兴致勃勃地招呼我们:“今天,一家人到齐了,我们好好赏回月。”大姐夫国清哥将方桌搬到大门口,母亲摆上香案,几个姐姐拿来苹果、雪梨、月饼等供果,父亲对月焚香。祷告礼毕,我们便将桌子搬到晒场,父母居中,我们在父母身旁依次落座。“今天的月亮好亮啊,这么多年我是第一次发现月亮可以亮到这个程度。”父亲庄重地仰望着天

上的那轮白玉盘动情地说。“这些年来,为了家庭,你真的是太辛苦了。”母亲说得满眼是泪。

天空又渐高远,月儿又复丰盈,父亲和国清哥已去世多年。今夜月明人尽望,不知秋思落谁家,每到月明之夜,我总是情不自禁想起那次幸福的团聚,总感觉幸福的时光太过短暂,常陷入对美好过去无尽的追忆之中。近九十岁的母亲见此情景,就跟我讲:“人事有代谢,往来成古今。有过美好就够了,正因为相聚不易,我们更要珍惜难得的团聚。”体会到母亲的感慨,我要认真过好每一天,活在当下。



关爱老年人,关注老人身体健康。近日,丹阳爱心义工社组织义工上门为老人服务。图为义工为76岁空巢老人刘千宏测量血压。(记者 裕隆 通讯员 曹霞 摄)