

关注老年群体，让「养老」变「享老」

编者按：

又是一年敬老月，又将到一年重阳节。

随着时代进步，“老有所养”已不再是难题，新时代老年人需要的已不再是单纯的“养老”，而是积极享受生活，这需要全社会，包括我们每个人，为老年人赋能，激发老年人的主动性。

近年来，从顶层设计到落地实施，从政府组织到商业机构，多方合力，着力打造适老宜居社会环境，切实维护老年人合法权益，大力弘扬孝亲敬老传统美德，树立积极老龄观，促进健康老龄化，不断增强老年人的获得感、幸福感、安全感。本期话题就如何将敬老、爱老、助老之心化作实际行动，将关爱融入老年人日常生活的方方面面，帮助老年人不断自我实现、自我超越进行探讨。

“老有所养” 推进基本养老服务体系 建设让夕阳更美好

◎ 潘铎印

养老既是家庭要事，也是国家大事。一个社会幸福不幸福，很重要看老年人幸福不幸福。截至2022年底，我国60周岁及以上老年人超过2.8亿，占全国总人口的19.8%，其中65周岁及以上老年人近2.1亿，占全国总人口的14.9%。人口老龄化形势严峻，推动实现全体老年人享有基本养老服务，实现老有所养、老有所依必需的普惠性、基础性、兜底性服务，迫在眉睫。

基本养老服务在实现老有所养中发挥重要基础性作用，推进基本养老服务体系是实施积极应对人口老龄化国家战略，实现基本公共服务均等化的重要任务。党的十九大以来，我国养老服务制度体系加快完善，基本养老服务的公平性、可及性不断提高，为基本养老服务体系奠定了坚实基础。但是，我们也必须清醒地认识到，当前我国社会老龄化程度越来越高，基本养老服务依然是新时代养老服务工作的短板弱项，发展不平衡不充分问题仍然突出。

推进基本养老服务体系，是党中央确定的一项重大政治任务和民生工程。党的二十大报告提出：“实施积极应对人口老龄化国家战略，发展养老事业和养老产业，优化孤寡老人服务，推动实现全体老年人享有基本养老服务。”各级党委、政府要深入贯彻党的二十大精神，贯彻落实积极应对人口老龄化国家战略，贯彻落实党中央关于推动全体老年人享有基本养老服务的决策部署，加快建成覆盖全体老年人、权责清晰、保障适度、可持续的基本养老服务体系，让每一位老人都能生活得安心、舒心，都能健康长寿、安享幸福晚年。

有效应对人口老龄化问题，事关国家发展全局，事关社会和谐稳定，事关亿万百姓福祉。今年5月由中办、国办印发的《关于推进基本养老服务体系建设指导意见》确定了推进基本养老服务体系建设的主要任务和主要任务，明确了政府、社会、市场和家庭在基本养老服务中的职责定位，明确了基本养老服务涵盖物质帮助、照护服务、关爱服务等主要内容，重点聚焦老年人面临家庭和个人难以应对的失能、残疾、无人照顾等困难时的基本养老服务需求，回答了基本养老服务“服务谁”“服务什么”“如何服务”等关键问题。各地各部门在加快推进基本养老服务体系建设过程中，要结合本地区人口老龄化发展趋势，做好前瞻谋划与科学布局，不断提升对老龄工作的认识水平和决策水平，为基本养老服务提供支持和帮助，推动实现全体老年人享有基本养老服务，更好地回应人民对老有所养的期待，不断擦亮人民群众幸福生活的底色。

“夕阳无限好，人间重晚晴。”各地各部门应在“精准”上下功夫，在“供给”上做文章，推动解决老年人在养老服务方面急难愁盼问题，兜住底、兜准底、兜好底，加快推进基本养老服务体系，不断增强老年人的获得感、幸福感、安全感，让夕阳更美好。

“老有所学” 在村里办个“老年大学”

◎ 周荣光

周末回村，和几位留守老人聊天，说起政府重视养老事业，出台许多措施将“老有所养”落到实处，原想老人们会十分高兴，谁料却颇感兴味索然。为何？细问方知，老人们固然对这些“老有所养”的举措十分满意，但他们现在不愁吃穿和日常用度。问他们究竟缺什么？需要什么？一位老人说：城里都有“老年大学”，政府能不能在咱村里也办一个？

老人的话值得思考。“老有所养”固然重要，所表达的也都是浓浓爱意；但在老龄化社会形势下，农村老人们已不仅仅是需要满足物质需求了，或者说吃吃喝喝已不是老人们最需要的了。现在大多数老人并不愁吃穿，而是有不断增长的精神文化需求，希望实现“老有所乐”。尊老敬老，必须适应这种新需求，开拓新思路，推行新举措，譬如在村里办个“老年大学”。

毋庸讳言，现实中许多农村留守老人们的晚年生活比较单调，棋牌娱乐之外，大多是看看电视、听听收音机。老人最怕寂寞，也不愿寂寞，可情感和生活中的寂寞谁又能躲开？生活中和精神上的空虚不可小觑，精神荒芜造成的心理伤害还有可能会伤害身体。怎样解决留守老人们的精神空虚，丰富他们的晚年生活？办“老年大学”是一个好办法。

看看书报、听听讲课、唱歌演戏，或者组织起来探讨一下庄稼的收成、新作物的引进，交流一下养老保健的方法、对孙辈的教育经验，不但能使老人们增长知识、学习经验，也能丰富他们的晚年生活，加强相互之间的联络。乡村振兴不但要让农村的留守老人们享有“老有所养”的幸福，更应该为他们提供丰富的精神食粮，实现他们的精神文化向往，满足他们过上美好生活的期待。在满足老人们“老有所养”的同时，积极落实“老有所为”和“老有所乐”，不仅对他们保持身心健康、幸福安度老年具有积极意义，也有利于推进家庭美德建设，促进人们和睦相处、相互团结，引导人们孝老敬老、人心向善。

当然，时下农村人居分散，在村里办“老年大学”也要因地制宜。比如聘请专家来村里开办如何健康养老以及正确使用智能手机等讲座，或者组织村里的乡贤、教师给大家上课，还可以请文艺工作者为村里的文化团体提升水平，组织留守老人们参加一些文化学习和休闲活动，帮他们多掌握一些新知识，多参与一些文化艺术活动，多进行一些情感上的交流，多一些愉悦和欢笑。这样的“老年大学”，既能让老人们老有所乐，也能活跃农村文化生活，留守老人们的晚年生活充满诗情画意，自然会感受到满足与幸福。

“老有所为” 适老化改造是 对老年人的人文关怀

◎ 胡泊

有媒体报道，药品说明书、手机APP的字号大小，看不清；因不会用智能设备，老年人打车难、就医难……针对上述问题，专家呼吁，在老龄化日益严峻的当今社会，必须加大对老年人常用产品的适老化改造。对老年人来说，适老化改造能够让他们跨越数字鸿沟，不被时代的潮流所抛弃，过上更为舒适的晚年生活。

数字化时代在为人们带来种种便利的同时，我们也要关注老年群体因“数字鸿沟”所遭遇的窘迫与不便。特别是在医院、车站等公共场所，虽然配备了一定数量的志愿者提供帮助，但是仍然存在需要服务的老年人数过多、服务不到位等弊端。相比已有的便民举措，适老化改造无疑是一次“提档升级”。适老化产品让老年人随时随地都能方便使用，避免了不少尴尬与矛盾。

适老化改造体现的不仅是政策、技术上的创新，更是对老年群体的人文关怀。这既是及时回应老年群体关切的态度，又彰显了政府、企业和社会的责任担当，更是以人民为中心的具体体现，真正打通了服务老人的“最后一米”。

因此，多些适老化改造，地方政府部门对适老化改造既要重视指导，同时要重视如何改造才能便民利民。让更多老年人感受到被理解、被关怀的温暖，享受到更多社会发展、时代进步带来的红利。

“老有所依” 居家养老“零距离”， “服务到家”多多益善

◎ 丁家发

近年来，河北省石家庄市持续推动普惠型养老服务，打造医养康养相结合的养老服务体系，通过“专业机构支撑+适老化改造+信息化改造”模式，提升养老服务的可及性、便利化，让众多老年人足不出户就能享受到贴心、便利的养老照护服务。如今在石家庄市，得益于社区居家养老服务网络的完善，在家中安享晚年已经成为越来越多老年人的选择。

据国家卫生健康委统计数据，目前我国90%左右的老年人居家养老。河北省石家庄市不断完善社区居家养老服务网络，让众多老年人足不出户就能享受到贴心、便利的养老照护服务。可以说，这种居家养老“零距离”，真正“服务到家”的做法，不失为养老服务的一种创新模式，多多益善。

当前，各地社会化养老机构建设比较滞后，床位严重不足，造成“一床难求”的现状，也直接导致养老床位费用高涨，甚至出现天价床位费，让一部分家庭难以承受。有调查显示，如果让老人在社会化养老机构居家养老之间做一个选择，有九成老人愿意选择居家养老。

石家庄市目前推动的普惠型养老服务，可谓是“服务到家”。比如，为切实解决社区老年居民特别是空巢、独居老年群体“吃饭难”等问题，石家庄已建成老年食堂81个，基本实现街道养老助餐全覆盖；构建起家庭、社区、机构相协调，医养康养相结合的养老服务体系，通过开展家庭养老床位试点工作，使老年人在家就能享受到专业照护服务，遇到突发情况还能一键呼叫专业的医疗照护服务；为满足老年人生活起居、康复护理等需求，进行家庭适老化改造，床边加装可移动扶手，卫生间配备沐浴椅、防护垫等。以上举措，既满足许多老人不离家生活环境等需求，又能居家享受到专业医疗照护等贴心便利和服务，可谓两全其美。

石家庄市普惠型居家养老的创新模式，一方面，扩大了专业化养老服务的受惠覆盖面，缓解了社会化养老机构床位不足的压力；另一方面，社区里有物美价廉的助老餐，专业照护服务有政府补贴，免费适老化改造等一系列优惠优待，也让大部分普通家庭能够承担得起，在一定程度上减轻了居家养老的经济负担。

我国进入老龄化社会，居家养老服务是必须面对的现实问题。石家庄市推动普惠型养老服务，真正做到居家养老“服务到家”，成为一个很好的示范。期待各地政府部门及养老机构能结合当地实际情况，积极探索和尝试养老服务新模式，让广大老年人从“养老”到“享老”，使养老服务既“有保障”更“有质量”。



“老有所乐” 限制70岁入内， 如何保障老人的“锻炼权”？

◎ 黄齐超

甘肃兰州市民朱先生是一位资深游泳爱好者，他以前一年办一次卡，都很正常，但今年刚过完70岁生日再来办卡，当地多家游泳馆都说他超龄了，不给办卡，且有条件入内游泳。朱先生遭遇“年龄歧视”的问题引发当地媒体关注。对此，朱先生所去的这家游泳馆工作人员表示，70周岁及以上老人不办月卡、年卡等，也不允许单独进入，必须有1名成年人全程陪同，并且也要购票。

现实生活中，一些游泳馆、健身房、滑冰场、篮球场甚至跟团旅游等，都或隐或显地存在“年龄歧视”——排斥或限制70岁以上的老年人。这些不合理的要求，与当前倡导的“老年友好型社会”和全民健身等理念格格不入，也违反了《中华人民共和国体育法》等法规。年龄不应是享受基本权利的障碍，老年人应该平等拥有体育锻炼的基本权益。所以，全社会都应关心、支持老年人参加体育活动，为老年人参加体育活动提供方便；而不能设置门槛，限制老年人的体育消费。特别是在我们倡导打造老年友好型社会的当下，更不能歧视老人，限制老人体育锻炼。

诚然，老年人参加体育健身等存在一定安全隐患。但即便如此，我们也不该硬生生地将老人拒之于锻炼设施的门外。如果因有风险而将老人们拒之门外，那么，老年人的任何社会活动，比如乘公交车也有风险，去电影院观影也有风险，难道这些场所也要都限制老人进入吗？

这些年，政府不断完善公共场所的体育锻炼设备，满足公众的体育锻炼需求；并且，这些体育锻炼资源全部向老人亮绿灯。笔者以为，政府此举有抛砖引玉的意味，做了良好的示范。商家不能因承担风险而完全拒绝老年消费者，就如游泳馆，针对老年群体，可以考虑老年人的特殊需求，提供更加适合老年人的服务和设施，以便老人享受游泳的乐趣。

事实上，一些商家设置“年龄门槛”也是迫不得已；毕竟，高龄老人参加这些活动会发生安全事故，这是大概率事件。所以，我们站在道德制高点谴责商家歧视老人，也未必要当。从这个角度看，我们一方面要呼吁相关机构进行“适老化”改造，提高服务老人的质量；但另一方面，政府也应采取措施，解决商家的“后顾之忧”，比如能否为老人购买“体育锻炼险”？比如在解决相关纠纷的司法实践中，删除“商家该倒霉”的固定视角。

在社会抚养比持续增长，高龄化趋势加速的背景下，老年友好型社会显然需尽快摒弃年龄歧视这道“槛”。每次看到老年人，我们都不妨把他们想象成未来的自己，而非习惯性地用一种消极眼光看待，“一刀切”式地给老人原本合理的生活诉求设下种种限制，希望体育锻炼场所能平等地接纳所有人。