



又是一年重陽節，養老話題令人關注。

數智化是當今社會發展潮流，它在助力高質量養老上有何創新應用呢？記者調查發現，通過對老年群體進行“畫像”可以精準掌握他們的養老需求，對設施畫像可以提高使用效率，對服務畫像可以讓老年人得到更精準的服務。目前，這些創新舉措正逐步在我市展開。10月13日，全國政協調研組來渝，圍繞“老齡事業與老齡產業協同發展”開展調研。調研組認為，重慶積極實施應對人口老齡化國家戰略，推動老齡事業和老齡產業高質量發展，取得明顯成效。

人群畫像+設施畫像+服務畫像 數智化創新 助力高質量養老

創新“畫像”讓養老服務更精準高效

“用戶畫像”是互聯網平台最先推出的，其目的在於為用戶提供精準服務與互動。其實，在養老領域同樣需要“畫像”，對不同年齡段的老年人進行“畫像”，可以掌握他們所需要的不同養老需求。

市民政局養老服務處處長劉大偉說，對人群進行“畫像”只是第一步，為提升養老服務效能，緩解養老服務人才不足。在數智化創新方面，還需要對養老服務設施進行“畫像”以及對服務標準進行“畫像”，以實現人與物的精準匹配，統籌整合各類公共服務資源，綜合利用醫療、文体、公園等各類現有設施功能，建好織密養老服務綜合體，讓老年人獲取基本養老服務更加便捷可及；而對服務標準進行“畫像”則有利於提升服務質量，讓老年人享受更高質量的養老服務。在市第一社會福利院，大家以為常的“洗臉”這一簡單動作，在養老服務“畫像”中，它竟然包含有19個動作細節，讓為老人洗臉服務成為老年人的一種享受。

“渝悅養老”應用 實現養老智慧化

助餐、助醫、助浴服務是當前社會需求的“痛點”，我市正加快養老服務的供給側改革，推動基本養老服務供需動態平衡。今年內建設500個社區老年食堂，優先滿足經濟困難的失能、殘疾、高齡、無人照顧等老年人的助餐剛需。在助醫服務方面，通過健全簽約服務收費機制，促進家庭醫生為失能半失能或行動不便老年人提供上門服務，推動社區養老服務機構和社區衛生服務機構深度融合。我市鼓勵在養老服務中心（站）設置助浴服務區，發展流動助浴快車，搭建“流動性臨時助浴點”。

老齡化的發展，讓精準個性化的服務越來越多，目前不少養老機構在內部不斷“上線”智能化設備設施。但是這些只是養老大盤中一個一個的“點”，如何連點成線並擴充至面，則需要推進“渝悅養老”數字化應用，它可以構築“一鍵直達+一網通管”的智慧養老服務模式，促進“人找服務”到“服務找人”，大大緩解服務不足的“痛點”。

高質量養老 需要更多創新思維

适老化改造是當前養老事業中的一项重要工作，10月14日下午，全國政協調研組一行來到光大百齡幫集團子公司齊力智能家居展示廳，了解適合老年人使用的功能床、沙發、椅子、喂餐桌等智能家居，“傳統的喂餐桌只能一對一，一個護理員只能照顧到一個老人，而由齊力智能家居研發的喂餐桌可以實現一對N，可供護理員同時照顧5-6個老人用餐，既節約了老人用餐時間，還能幫助企業節省用工成本。此外，這種智能喂餐桌還可當活動桌用，一舉兩得。”

“以前打卡機是用來給員工打考勤的，而我們這裡，打卡機每打一次卡，就可以給老年人增加積分，老人都喜歡說這是來賺工資的。”在光大百齡幫·黃桷坪街道養老中心，負責人路馨介紹說，凡是老年人積極參與打卡，都可獲得相應積分，積累到一定數量，可以換取生活用品等。積分活動大大提高了老年人的參與熱情，通過積分鼓勵老年人參與各種活動，讓他們身體更健康，生活更有樂趣。

新聞多一點 全市共有6189家養老服務機構

目前，重慶市現有60歲以上常住人口712.11萬、老齡化率22.16%，居全國第五；65歲以上老年人588.16萬、占人口總數18.30%，65歲以上老齡化率居全國第二位，次於遼寧省。全市共有養老服務機構6189家、床位23.28萬張，每千名老人擁有床位數32.7張。來自市民政局數據顯示：依照老年人的實際需求，通過合理布局社區居家養老服務設施，全市已建成運營街道養老服務中心220個、社區養老服務站2912個，每個城市街道覆蓋2-3個高品質養老服務設施，基本實現城市社區居家養老服務全覆蓋。

智慧養老 托起老年人的幸福

“小度，小度，幫我呼叫小張……”10月21日，家住渝中區虎頭岩渝中雲錦小区的黃貴玉婆婆對著客廳桌子上一個台曆大小、帶有顯示屏的盒子說道：“請她上門幫我測量一下血壓，早上起床我感覺有點頭暈，感覺像是高血壓發了，可能還要麻煩她陪我去一趟醫院。”

15分鐘智慧養老生活圈

黃貴玉婆婆是渝中區石路路街道虎頭岩社區的一位年過花甲的空巢獨居老人，丈夫已經去世，子女又遠在江蘇無錫。此外，她還患有高血壓、高血糖和因高度近視引發的眼底黃斑病等好幾種老年病，一個人在家獨自生活讓子女很不放心，但她又不願意去養老院，怎麼辦？

去年街道養老服務中心建設智慧化社區，开通了惠源家智慧養老管理服務系統，老人家里也安裝了24小時智慧呼叫終端。只要通過家里的智慧呼叫終端語音通話，老人就能享受石路路街道惠源家養老服務中心“15分鐘智慧養老生活圈”提供的助醫、助行、送餐、陪護、家政等服務。

而黃貴玉老人口中提到的小張，其實是石路路街道惠源家養老服務中心的助老護士張藍心，她的主要工作任務之一就是負責為黃貴玉和附近的幾個老人提供上門助老服務。黃貴玉通過智慧呼叫終端呼叫她之後，不一會兒張藍心就帶著血壓計敲開了老人的家門，為老人門口測量血壓。

張藍心告訴記者，其實除了智慧呼叫終端之外，惠源家社區智慧養老管理服務系統還包含很多智能設備。比如：可以監控老人睡眠時心率、呼吸，以及離床狀態的智能床墊、監控屋內老人動態的紅外線運動傳感器、燃氣洩漏報警器、溢水報警器、煙霧報警器、便攜式緊急呼叫器、防走失手環等。這些設備都是和養老服務中心內專門設置的智慧呼叫監控後台聯網的，老人一旦發生任何異常情況，就會第一時間採取緊急應對措施。

“15分鐘智慧養老生活圈”，不僅是時間的尺度，更是居民養老品質的度量。智慧養老管理服務系統建成以來，實施互聯網+養老，提供智慧養老服務，打通社區老人在家門口養老的“最後一公里”。

老人衣食起居“盡在掌握”

隨著老齡化社會的到來，我國確立了以居家為基礎、社區為依托、機構為補充，醫養相結合的養老產業框架和格局，“系統+服務+終端”的新型智慧化養老服務模式也應運而生。

在我市渝中、渝北、江北、巫山及四川達州擁有30多個養老服務管理項目的重慶惠源家養老機構負責人賀曉虎介紹，智慧養老管理服務系統立足於老年人的養老生活需求，遵循政府主導，運用互聯網+大數據的最新科技，構建居家社區機構相協調、醫養康養相結合的智慧養老服務體系。

相對於傳統養老，賀曉虎認為，新型的智慧養老服務模式更智能化、標準化，也更人性化。如果說，傳統養老解決了老人們吃飽穿暖的問題，那智慧養老模式則能做到“更細更好”，更多智慧手段的參與，讓老人們的養老生活更便捷、更體面、更貼心。

惠源家目前運營管理的養老項目，為我市30多個街道和社區的3萬多名老人提供了社區食養、日托服務、24小時專業照護、康復理療、陪同就診、适老化用具租賃等數十項服務。

從去年開始，在渝中區石路路街道試點引入智慧養老管理服務系統之後，不僅滿足了許多老人不出社區居家養老的願望，為老人們的生活帶來了極大的便利，也大大提高了養老服務管理的效率和質量。

“智慧養老借助互聯網和大數據的強大技術支持，讓老人們每天的衣食起居‘盡在掌握’，實現線上呼叫、線下服務、全程監管、追蹤回訪的全流程服務。”賀曉虎表示：作為應對人口老齡化的養老新模式之一，智慧養老滿足了老年群體對美好生活期昀，做到讓老人安心、讓子女放心。今年開始，將在惠源家進行所有養老項目推廣。

智慧養老平台將養老院“搬”進家

無獨有偶，在渝北區仙桃街道，智慧養老建設則是由街道牽頭，整合社區衛生服務中心、百齡幫仙桃養老服務公司、立信（重慶）數據服務公司等資源，簽訂四方協議，構建了“政府主導、科技賦能、醫養結合”“醫+養+科技”三位一體的社區智慧居家養老服務平台。

在利用街道有限場地嵌入養老床位、養老站，為部分高齡、失智、失能的老人提供定制式集中養老服務的同時，把更多觸角延伸至需要提供居家養老服務的空巢老人和獨居老人家中。在老人家中安裝了智慧居家養老設備，以便突發事件發生時，老人能夠及時得到幫助。這套設備包括智能網關、紅外感應、聲光煙感、一鍵求救緊急按鈕等。

這些智能化設備均與仙桃街道開發的智慧養老APP、仙桃街道養老服務中心、社區養老服務站等進行了連接，所有數據匯集到雲上智慧居家養老系統，當發生危險狀況或生命体征數據異常時會自動報警，系統後台接收到報警信號後，第一時間聯繫老人，或派人直接趕往現場提供救助，形成從老人自身、緊急聯繫人、社區工作人員、街道值班室每級300秒的五級預警響應機制。

社區智慧養老體系的搭建，宛如把養老院“搬”進了居民家中，為獨居和空巢老人配備了一個24小時的健康管家。這一模式，不僅讓仙桃街道轄區970多名空巢或獨居老人晚年生活得到了保障，也讓人享受到更加高品質的養老服務。

學習型養老 讓老年生活更有質量

10月17日上午，璧山區青杠街道，陽光灑在縉雲山下的重慶醫一院青杠老年護理中心，讓人心曠神怡。“活到老，學到老，老年人一定要让自己的生活丰富多彩。”83歲的郭鶴鳴又開始了一天的學習和生活。住進該中心後，她學會了彈電子琴。平時她最喜歡做的事情是讀書看報、養花畫畫。見到記者前來，她高興地說：“我是你們晨報的老讀者呀！天天看新聞，讓人精神充實。”

不斷學習 為老年生活增添樂趣

她的老伴黃昌榮今年86歲，听力不大好，但是他們有一個共同的愛好，愛學習。讓他們最羨慕的一個畫面是，有時黃昌榮坐在沙發上看書，郭鶴鳴在一旁彈電子琴，天氣晴好時，美麗的縉雲山就成為一幅巨大的“窗景”，這也是當初最吸引郭鶴鳴選擇住進這裡的一個重要因素。

出生于涪陵的黃昌榮是一名核物理工程師，從事材料研究，退休以後最喜歡看電視新聞和時事政治類書籍。郭鶴鳴則是土生土長的“老渝中”，退休前是重慶市第二十五中的語文老師，因為喜歡讀書，所以也很喜歡寫作。目前她已寫了一百多首詩，有時也給自己的國畫配上優美的詩句，让自己的作品增色提質。

“老年人一定要有自己的興趣愛好，我就特別喜歡看書，而且我買書一定要到書店裏去買，選擇適合自己的版本和字號。”郭鶴鳴說起自己的讀書生活滔滔不絕，房間的書架上，除了文學、歷史類書籍外，還有不少國畫方面的書，“一邊看書一邊學，這樣畫畫的進步很快。”他們已入住這裡8年了，總體感覺就是服務到位，平常組織的文化活動特別多，加上優美的環境，讓老年人生活有滋有味。

學習氛圍 讓這裡充滿歡聲笑語

作為重慶醫一院全額投資興建、國家發改委批准的全国首家大型公立醫院主辦的養老機構，青杠老年護理中心集養生文化、康復理療、醫療護理、職業培訓等功能為一體，是一家大型“醫養結合型”養老機構，中心內設有圖書室和讀報欄，擺放著《參考消息》《環球時報》《重慶晨報》等，方便老年人閱讀。

該中心經常舉辦各種關於老年健康的知識講座和培訓課，郭鶴鳴是“工休會”的一名熱心參與者，還把課堂所學記錄下來。

興趣愛好 讓老年生活更有質量

“生活中有各種小驚喜，我們要有發現快樂的眼光。”重慶醫一院心理衛生中心主任況利教授介紹，老年人面臨較多的喪失，退休時喪失工作、社會地位、職業成就，逐漸衰老喪失健康、外貌、力量和身體的舒適感，還有逐漸離開的朋友親人愛人，老年人剛開始會難以適應。“我們要認識到，這些因素是無法改變的，老年人需要逐漸接納以上的喪失，更多地關注自己的優勢和長處。”

不僅要學會接納和轉換，還要學會補足和煥新。況利建議，老年人雖然不再工作，失去了社會地位和職業成就感，但拥有了更充裕的時間去實現自己以前想做卻沒有時間完成的事情，也可以開發和培養自己新的興趣愛好。調查顯示，樂器、書法、舞蹈、歌唱、旅遊等都是老年人熱衷的興趣愛好，有這些愛好的老年人也是生活中比較快樂的一群人。



郭鶴鳴喜歡看《重慶晨報》

互助養老 滿足“養老不離家”需求

不少老人都希望自己的養老生活能夠不離家，就能夠享受到餐飲、醫療等照服務。發展社區養老、互助養老等產業模式，滿足大多數老年人“養老不離家”的需求，就成為當前養老生活的最新趨勢之一。

積分制調動村民互助積極性

10月18日，溫暖的陽光灑在渝北區興隆鎮牛皇村的田野和農家院壩里，晒得人渾身暖洋洋的。雙腿患有嚴重關節炎、行動不便的唐運秀老人，在同村養老服務志願者姚素華的攙扶下，走出屋子，來到院壩中一邊曬太陽一邊擺龙门陣，唐運秀老人滿臉都是開心的笑容。除了姚素華外，村裏的黨員志願者謝志忠也一同前來，趁著晴好天氣幫助老人家里晒紅薯粉。

唐運秀老人今年86歲高齡，幾個子女平時在中心城區打工，只有周末才能回家看望母親，留在老人身邊的大兒子又患有白血病。村里了解到這一情況後，專門調派同村的姚素華和謝志忠結對為唐運秀老人提供生活上的關心和幫助。而姚素華、謝志忠也能獲得相應的互助養老積分，這些積分除了在村委會兌換各種日常生活用品外，也能換取農忙時節同村鄉親助耕、助收的互助幫忙。

2021年5月，渝北區市民政局在興隆鎮牛皇村啟動農村互助養老試點，讓興隆鎮成為全市最先探索農村互助養老的試點鎮之一。農村互助養老試點實施以來，村里老人的生活發生了不少變化，今年66歲的姚素華告訴記者：“我們村的互助養老搞得今年，互助積分調動了老人們互幫互助的積極性，讓我們農村人也能老有所養，老有所樂，生活越來越幸福。”

黨員帶頭組建18個養老互助小組

牛皇村黨總支書記汪清文介紹：全村戶籍人口2275人，實際常住人口約570多人，其中老年人有280多人，占在家總人數的一半。

在渝北區市民政局和興隆鎮黨委政府的幫助下，牛皇村開始探索農村互助養老，村委會結合黨建統領基層治理和主題教育，在發展經濟、推動鄉村振興的同時，以學促干，積極完善民生服務，提升廣大群眾的獲得感、幸福感。組建以黨員幹部為骨幹的互助養老信息調查隊，對村內老人進行走訪，了解村內老人的互助養老的需求和基礎數據，並嘗試組建互助養老小組，推行互助養老積分制度。

同時，重點了解在家特困、低保、獨居、留守、失能半失能老人的情況，與他們交流談心；另一方面，也進一步了解老人對互助養老的意见和建議。

截至今年上半年，牛皇村已經成功建立了18個互助小組，互助積分制度推廣也取得了一定成效，積分每季度兌換一次，主要體現在春耕秋收、修電燈電器、照顧生病失能老人等方面，村內老人之間互助、助浴、助醫、助樂的互助氛圍也越來越濃厚。

我市敬老活動豐富多彩

10月20日，“合銅潼旌旆”川渝六區(市)离退休人員書法美術攝影聯展在銅梁開展，此展旨在加強川渝六區(市)离退休人員的文化交流，展示老有所為、老有所樂的精神風貌。

此外，在大渡口區八橋鎮五一社區等地，也開展了相關敬老活動。10月20日下午，劉太忠老兵陳列室迎來了一群鋼實幼集團轄鑫分園的小朋友。他們認真聆聽英雄爺爺講述抗戰歷史故事，參觀了軍裝、軍功章、老照片、老物件等近百件軍用物品，學習了先輩們英勇抗敵的紅色革命精神，並為劉太忠送上鮮花和祝詞。

重慶節期間，育才幼教集團麓山湖分園小朋友也將為爺爺奶奶梳頭、捶背、按摩，為爺爺奶奶敬上一杯暖心的茶，中間穿插爺爺奶奶講紅色故事，旧時光物件分享等活動，豐富了老人精神文化生活，滿足老年人的精神文化需求。

本組稿件由重慶晨報記者 楊新宇 陳軍 攝影報道



老人们在养老服务中心食堂用餐



88岁的王淑蓉在养老服务中心练习书法。



重慶醫一院青杠老年護理中心