



今年我市已建成 83 处养老服务站 小饭碗托起大民生

□记者 冯纯 报道

本报讯 上午 11 时许,三里河街道映月园社区居家养老服务站餐厅里的老人陆续多了起来。他们拎着饭盒走进来,装满饭菜回家。还有的老人喜欢在餐厅里就餐,大家边吃边聊,气氛轻松愉快。

小饭碗关系大民生。让老人吃得饱、吃得好,关乎老人健康、家庭幸福。近年来,我市积极探索“党组织领办+市场化运营”模式,依托街道、社区养老服务中心,为老年人提供助餐等日间照料服务,织密养老助餐服务网络,让老年人吃好暖心餐。

对于 73 岁的石忠禹来说,一日三餐曾是让他头疼的事情。“每天买菜、做饭,吃完饭还得收拾,要忙活好几个小时。”石忠禹说,自己和老伴儿岁数大了,这几年感觉越来越吃力。

不过,现在石忠禹和老伴儿有了新选择——社区养老服务中心。今年 5 月,映月园社区养老服务中心引入运营机构,可为老人提供助餐服务。

“我们已经在这儿连续吃了近 3 个月。”石忠禹说,饭菜味道清淡、营养均衡、价格不高,非常符合老年人的饮食习惯和消费习惯。

三里河街道映月园社区养老服务站负责人高晓莉介绍,餐厅内配有两种套餐,一荤两素、一荤一素,还有两种面食,每顿饭还有汤,每周四固定做包子,满足老年群体多元化餐饮需求。此外,餐厅还会定期收集意见,根据需求制作菜单、改进菜品口感,尽量让菜品符合老年人口味。

映月园社区养老服务站养老助



餐点是市打造高质量养老服务的一个缩影。近年来,针对高龄、独居、空巢老人面临的“吃饭难”问题,我市下大力气推进基本养老服务体系建设。今年市办实事提出,要建设以助餐功能为主的村(社区)养老服务站(点)103 处。通过制定实施意见、加强三级服务网络建设、优化居家社区养老服务,提升助餐服务质量等一系列措施,有效缓解了老年人的用餐困扰。

在选址与建设方面,我市迎难而上,充分利用村(社区)闲置用房、物业服务用房等资源,与有意向的社会力量合作共建,推动社区慈善基金组织参与扶持。截至目前,截至目前,我市 103 处村(社区)养老服务站已全部完成选址并开工建设,选址率和开工率均为 100%;已建成 83 处,建成率 81%;已启动运营 46 处,运营率 45%。

此外,我市不断提升老年人助餐服务水平。面对财政压力,依然坚持扩大助餐补贴范围与提高补贴标准,将享受补贴的年龄门槛从 70 岁降至 65 岁,并将 80 岁及以上老人的助餐补贴从每人每顿 1 元提升至每顿 2 元。这一系列举措极大地激发了老年人的参与热情,截至目前,已有超过 3 万名老年人登记签约参与助餐服务,其中近半数通过消费就餐享受到了政府的补贴优惠。

一日三餐虽细微,却是关乎老年群体健康幸福的一件大事。市民政局养老服务科负责人高现永表示,“我们将聚焦聚力民生保障,加快补齐养老服务短板,不断强化兜底保障功能、扩大养老服务供给,扎实推进养老服务站建设运营,确保 9 月底前全部建成并投入运营,进一步提升老年人的获得感、幸福感和安全感。”

丰富市民生活,促进邻里和谐,
市南小区社区——

连续 21 年 举办消夏晚会



□记者 冯纯 报道

为深耕社区和谐之基,点亮居民精神文化生活,凝聚共筑幸福家园的强大合力,8月22日晚,市南小区社区在小区广场启动了第二十一届消夏文化节。

夜幕低垂,华灯初上,晚会在一曲激昂而温馨的混声合唱《美丽的草原我的家》中绚丽开场,瞬间点燃了现场的热情。随后,一场精心策划的文艺盛宴接踵而至:欢快的秧歌扭出了社区的活力,地道的茂腔唱出了岁月的韵味,优雅的舞蹈演绎了生活的美好,经典的戏曲唤醒了记忆深处的共鸣,节奏明快的快板道出了对家乡的热爱,深情的诗朗诵则颂扬了市南小区这片热土的温馨与辉煌。每一个节目都是居民们心血的结晶,每一声掌声都是对这份热爱的回应。

回望往昔,自 2001 年 8 月第一届“欢乐在市南”文艺消夏晚会成功举办以来,市南小区社区的文化活动便如同夏日清风,年年吹拂,岁岁更

新。从最初的蹒跚学步到如今的繁花似锦,居民们的热情参与和自发组织,让每一届晚会都成为社区文化的一张亮丽名片,见证了市南小区从青涩到成熟的华丽蜕变。

值此市南小区三十周年庆典之际,第二十一届消夏文化节更是别具意义。舞台上,无论是《赞美家园市南小区》的深情朗诵,还是《赞美胶州夸市南》的群口快板,都满载着居民们对这片土地深沉的爱与祝福。在欢声笑语中,大家共同回味过去三十年的点点滴滴,展望未来更加美好的社区生活。

夏夜的微风与歌舞相伴,文化的交流与消暑活动相融合。此次消夏晚会不仅以更新颖、更受欢迎的节目庆祝市南小区三十周年,展现了社区居民团结奋进、聚力前行的精神面貌,同时也展示了邻里和睦的良好氛围,丰富了居民的文化生活,增强了社区的凝聚力和向心力,满足了居民对美好生活的追求与期待。

家庭医生当好居民健康“守门人”

我市已组建家庭医生团队 217 个

□记者 王璐 报道

本报讯 近年来,我市借助紧密型县域医共体 4 家上级医院专家技术力量,不断加大优质医疗资源对基层的支撑,优化基层家庭医生签约服务模式,通过促进医疗卫生工作重心下移、资源下沉,逐步构建基层首诊、分级诊疗新格局。

自开展家庭医生签约服务工作以来,胶北街道北关卫生院紧密结合实际,不断深化家庭医生签约服务内涵,积极推进“健康行为积分兑换”工作,引导群众主动参与健康服务;不断完善家庭医生定期巡诊制度,开展专家巡诊进社区,提升服务群众健康“最后一公里”能力;不断推进医防融合服务流程标准化建设,探索健康管理方法和途径,推进健康教育和健康促进工作任务落实落细,全力守护居民的健康。

近日,胶北街道北关卫生院“青骹”家庭医生团队队长郭洪升与队员匡元晖一起来到 82 岁的李大爷家中,为其进行心肺听诊、测血压、血糖等身体检查,并耐心地为老人讲解常见病预防注意事项,叮嘱老人要科学用药……“青骹”团队的每一位家庭医生都恪守医者职责,扎根基层,担当起居民的“健康守门人”,受到了群众的信赖和一致好评。“患者的认可,是我们前进的动力,我们愿意为患者带去更贴心的服务。”郭洪升说。

“青骹”团队每年要下村为 65 岁以上老年人提供健康查体和检查结



果反馈工作;每年要为慢性病患者完成季度随访,提出个体化的生活行为指导并指导其正确合理用药;每年都要为辖区内幼儿园儿童进行健康体检……“选择家医,就意味着选择了奉献。我们的肩头承载辖区居民的信任和依托,只有把脚踏实地、勤恳工作的态度融入日常,才能成长为一名合格的基层医务工作者,做好居民的健康守门人。”“青骹”团队队员张薇说。

如今,居民有了头疼脑热等健康问题,可以直接给自己的家庭医生打电话咨询;足不出社区,就可以参与家庭医生开展的巡诊义诊、健康教育等活动;患病行动不方便,家庭医生会上门为其检查、指导用药。家庭医生让居民就医更方便,健康更有保障,他们用责任与担当托起了居民稳稳的幸福。

截至目前,我市共组建家庭医生团队 217 个,家庭医生签约服务率达 58% 以上。2024 年,我市有序扩大家庭医生队伍来源渠道。依托医共体机制,通过对口支援、特色专科建设、优质服务基层行、社区医院建设、名医基层工作站、千名医护进乡村等多种途径,促进优质医疗资源下沉,与基层医务人员共同组建家庭医生团队,确保每个家庭医生团队中至少有 2 名上级专科医生,壮大签约服务力量,丰富签约服务方式内涵,为辖区群众提供高质量的家医签约服务,推进我市家庭医生签约服务工作提质增效,结合“三高—慢”政府实事项目,搭建慢性病筛防与长效管理一体化服务平台,向三高患者投放居家健康检测设备,形成“病前主动防、病后科学管、跟踪服务不间断”的一体化健康管理模式。

预防溺水安全知识



案例:2024 年 8 月 6 日晚,海南省屯昌县公安局指挥中心接到报案称,有四名孩子于当天下午 2 时许外出玩耍未归。接报后,屯昌县委县政府立即组织公安、消防、应急等部门以及镇村干部群众进行搜索。至 8 月 7 日 8 时 23 分,四名落水儿童均已找到,但均不幸溺亡。

在水中可以采取的自救方法

①首先不要害怕沉入水中,此时最重要的就是屏住呼吸,放松全身,去除身上的重物,同时要睁开眼睛,观察周围情况。如果身体沉入水中,就让它沉,因水有浮力,沉到一定程度,没有负重的人体就会停止下沉并自然向上浮起。

②一旦身体停止下沉并上浮时,落水者应立即采取如下动作:双臂掌心向下,从身体两边像鸟飞一样顺势向下划水。

③当身体上浮时应冷静地采取头向后仰,面向上方的姿势,争取先将口鼻露出水面,一经露出,立即进行呼吸,同时大声呼救。

家长“四知道”
家长监护到位,是预防孩

子溺水的最佳武器。

①监护孩子要做到“四知道”

知道孩子去哪里
知道孩子做什么
知道孩子和谁去
知道孩子何时回来

②带孩子去正规游泳馆游泳

孩子若要游泳,应去正规的游泳馆游泳。孩子游泳时,家长要全程照看。

③与家中长辈做好沟通
孩子由家中老人看护的,要和老人做好沟通,保持联系畅通,有事及时打电话,掌握好孩子的动向。

溺水“施救方法”

①迅速救上岸:最好从背部将落水者头部托起,或从上面拉起其胸部,使其面部露出水面,然后将其拖上岸。

②清除口鼻堵塞物:让溺水者头朝下,撬开其牙齿,用手指清除口腔和鼻腔内杂物。

③倒出呼吸道内积水:救人者半跪,顶住溺水者的腹部,让溺水者头朝下,拍背。

④人工呼吸:对呼吸及心跳微弱或心跳刚刚停止的溺水者,迅速进行人工呼吸,同时做胸外心脏按压。

⑤吸氧:现场有医疗条件的,可对溺水者注射强心药物及吸氧。条件不足的,用手或针刺溺水者的人中等穴位。