

适老“小改造”托起养老“大幸福”

本报记者 胡红玲

百姓关注

卫生间没有扶手，如厕后起身困难；洗澡没有淋浴椅，容易滑倒摔跤；晚上频繁起夜，没有夜灯不方便……对于老年人来说，这些都是居家生活中的安全隐患。对此，我市通过一个个适老化“小改造”“微改造”，不断提升老年人居家养老的幸福、获得感、安全感。那么，这些暖心行动是如何落地惠民的呢？记者日前进行了采访。

工作人员为老人在炕边安装扶手

家居改造 变“有碍”为“有爱”

“来，进屋瞧瞧。”近日，在金台区蟠龙镇东壕村，76岁的葛女老人带着记者参观她适老化改造后的家。一进院子，记者先看到安装在门廊上方的一盏太阳能感应灯；推开卧室门，映入眼帘的就是炕边的一个黄色扶手，底部被一块钢板固定在地上。

葛女老人最满意这两处改造，她说：“我年纪大了，晚上要起夜好几次，两个女儿不能天天跟着我，一个人在家最怕摔倒，现在有了扶手，可以扶着支撑，睡觉时不小心滚到炕边它也能挡住。院子里的太阳能感应灯不插电就能亮，晚上出去上厕所再不愁看不清路了。”结合老人日常起居习惯，葛女老人还安装了可燃气体探测报警器、卫生间报警器、紧急呼救器、防滑地垫等适老化设施，让这位独居老人的居家生活更安全方便。

小改造带来的便利，让老人增加了不少幸福感。在岐山县蔡家坡镇宝九社区张玉英老人家中，淋浴间增添的一把淋浴椅也藏着不少“小心思”：安装吸盘脚垫，遇水更牢固，防滑又耐用；坐垫采用抗菌防霉材料，配有排水孔，健康舒适。卫生间内还设置了一个U形扶手。参与适老化改造的工作人员介绍，卫生间空间狭窄，通常还兼具洗澡功能，把U形扶手安装在坐便器与淋浴区之间，通过改变扶手的方向，满足老人在站、坐时抓扶、撑扶的多种需求，并通过折叠减少了对空间的挤占。说起家里的新变化，张玉英老人满脸笑容地说：“方便多了，也安全多了。”

发生在葛女、张玉英老人家中的新变化，得益于我市实施的特殊困难老年人家庭适老化改造。去年以来，我市出台了《宝鸡市“十四五”特殊困难老年人家庭适老化改造实施方案》，对全市纳入分散供养特困人员范围的高龄、失能、残疾老年人家庭实施居家适老化改造。截至去年底，全市已完成3730户困难老年人家庭的适老化改造。

一个扶手、一把淋浴椅、一盏夜灯……这些不起眼的小设施，改变着老年人“如厕难、出行难、洗澡难、生活难”的大问题。

一户一策 量身定制更贴心

“阿姨，咱们家里安装的设施使用都正常着没？好用不？”近日，宝鸡厚德社会工作服务中心社工孙月铃走进金台区蟠龙镇晓光村赵玉莲老人家中，对3个月前她家的适老化改造设施使用情况进行回访。

孙月铃说，赵玉莲家有行动不便的人，在前期摸底时，赵玉莲就提出家人在院子里起身活动时没有可支撑的地方，靠墙

上绑的一根绳子借力，很不安全。所以就根据她家的实际需要，在门廊上方的房梁打入膨胀螺栓，加固了起身借力用的绳索，并在家内洗澡间、进户门口砌了水泥斜坡，还安装了其他安全便利设施。

“我市的适老化改造工作，不是千家一面，而是根据各个家庭不同的需求，一户一策、精准改造。”市民政局养老服务科工作人员说。按照实施方案的要求，要摸清特殊老年人在安全、

老年人享受到优质服务。

凝聚合力 提升老年人幸福指数

面对众多老年人居家养老的需求，减少他们在生活中的“磕磕绊绊”，提升居家生活的安全性、便利性和舒适性，仍需要多方合力。

让适老化改造走进更多老年人家中，是提升居家养老服务水平的基础。“今年我市计划再对1700个家庭进行适老化改造。”

新改造。

多年来关注适老化改造的过程中，也发现一些老人家中需要的适老设施设备价格较高，已经超出了政策补贴的范围。有时候机构会在能力范围内，购置一些护理床等物品，赠送给急需的老年人家庭，但毕竟是杯水车薪。希望政府部门能够在进一步扩大适老用品配备范围、提高标准的同时，鼓励和引导公益慈善组织、社会爱心力量，通过捐赠

在居家养老作为首选养老方式的今天，需要多方发力加快适老化改造步伐，共同打造居家养老“升级版”。

丰富个性化适老产品，实现居家养老服务升级。提起适老化改造，不少人意识中还是在走廊、卫生间加装扶手，安装夜灯等。这些当然也能满足老年人最基本的生活安全需求，但要实现个性化、高品质的居家养老是不够的。因此，要在拓宽基本适老化改造覆盖范围的基础上，鼓励企业抓住银发经济发展机遇，为市场提供高品质、智能化、人性化的居家适老产品。例如，引导家装公司推出智能家居、无障碍设计等家装方案，把家居设计与适老化设施相融合，实现安全便捷与美观舒适完美结合。

嵌入公共服务体系，实现养老服务体系升级。目前，不少社区建有图书室、书画室、社区食堂等服务设施，可以将养老服务嵌入社区公共服务中，对现有资源进行适老内容扩充。比如，有活动中心的社区，举办适合老年人的文体活动，丰富老年人的精神生活；有健康咨询室的社区，定期提供医疗护理、康复保健等服务；有社区食堂的，可开辟上门送餐服务等。通过一步步的适老化融入，不断完善家门口的养老服务。

打造专业队伍，实现养老服务质量升级。专业的养老护理人员是居家养老提质的重要一环。目前，养老护理人员数量少、年龄偏大、专业技能水平参差不齐等问题亟待解决。要加强养老服务人员队伍建设，健全专业知识教育和技能培训必不可少，可以通过相关部门开展的就业技能培训活动，开设养老服务、老年人护理等课程，达到既能补齐养老护理队伍短板，又能促进就业的双赢效果。

只有多方发力，让居家养老形成以家庭养老为主、社区公共服务为依托、专业化服务为依靠的养老服务模式，才能让老年人安享幸福晚年。

多方发力打造居家养老「升级版」

胡红玲



工作人员辅助农村残疾老人使用院子里新铺设的无障碍坡道



老人家中铺上了防滑地垫



工作人员为有需求的老人安装淋浴椅

健康等方面的功能需求，依照老年用品配置清单，组成不同场景居家环境的产品服务包，以农村家庭改造按每户2000元、城镇家庭改造按每户4000元补贴标准科学实施改造。

曾在去年参与我市适老化改造项目的宝鸡厚德社会工作服务中心主任杜玉萍说：“按照市、县民政部门的要求，拿到确定改造家庭的名单后，我们安排工作人员逐户上门进行研判评估，一方面实地查看需改造家庭的院落、厨房、过道、卫生间等地方是否存在安全隐患；另一方面通过与老人详谈，了解老人的生活习惯、实际需要。根据掌握的实际‘一户一策’制定改造计划，尽最大可能提升老年人居家的舒适度、便利度和安全性。”

根据需求，一户一策、量身定制，真正做到了“把好钢用在刀刃上”，最大限度让更多特殊困难

市民政局养老服务科杨伟萍说，实施范围包括900户农村家庭、800户城镇家庭，根据不同需求，为这些家庭进行防滑处理、高差处理、如厕淋浴设备改造等，并为老人配备手杖、防走失装置等老年用品，通过适老化改造这个“小切口”来服务“大民生”。

在今年我市两会期间，政协委员刘舒萍把适老化改造融入城市建设的内容写进了自己的提案中。她认为，现在我市老旧小区改造、无障碍城市建设等工作一直在推进当中，在公共区域的阶梯加装坡道、防滑、扶手等无障碍设施，在家中针对残疾人的需求进行无障碍改造等。虽然没有指明是为了适老化，但与实施适老化改造却有着许多相通相同之处。她建议，把适老化改造与无障碍改造纳入城市规划、建设、更新的硬性规定中，形成更加人性化、适老化的城市更

等方式支持困难老年人家庭适老化改造，形成对政府适老化改造的有效补充和延伸。



适老化改造让特殊困难老人家中有了太阳能感应灯