

习近平总书记关切事

托起幸福“夕阳红”

新华社记者 刘紫凌 马丽娟 唐紫宸

让所有老年人都能有一个幸福美满的晚年，一直是习近平总书记的牵挂。

习近平总书记指出：“满足数量庞大的老年群众多方面需求、妥善解决人口老龄化带来的社会问题，事关国家发展全局，事关百姓福祉，需要我们下大气力来应对。”

重阳节前，记者走访基层看到，“智慧+”养老新场景破解急难愁盼，“行业+”养老新业态满足多元化需求，“志愿+”各级组织为老年人搭建发光发热新舞台……处处涌现的新实践，正在托起幸福“夕阳红”。

急难愁盼有着落

【群众心声】做饭太麻烦，怎么吃更健康？出门遇到突发情况，家人不在身边怎么办？

【总书记强调】积极应对人口老龄化，构建养老、孝老、敬老政策体系和社会环境，推进医养结合，加快老龄事业和产业发展。

【基层实践】

刷脸就能知道午餐适宜吃什么，你信不信？这样“时尚”的场景在杭州市西湖区翠苑一区老年食堂就不是新鲜事。

中午饭点快到了，老年居民陆续来到这里。刚一进门，就有AI摄像头通过人脸识别到老人的身体健康信息，左侧大屏幕立即弹出“个人定制菜单”，包括“不宜食用”和“今日推荐”，图文并茂。

“陈老师，你今天不宜吃海鲜和豆制品，一会儿别忘了。”“老沈，你少吃点重口味的菜，最近是不是血压又高了？”几位老人对着屏幕上的用餐建议，彼此提醒着。

点餐窗口每道菜上方，显示着菜品的营养含量。取餐后，收银台自动识别菜品并结算，老人刷脸即可支付。“这是老年食堂的智能‘助手’，特别‘聪慧’。”翠苑一区社区党委书记、居委会主任项菲菲笑着说。

老人们的健康数据从何而来？项菲菲说，食堂二楼还设有日间照料中

心，也是老年居民的健康小屋，日常会监测大家的身体各项指标。“这些数据会定期传到食堂数字化系统，为老年人健康膳食提供依据。”项菲菲说。

近年来，杭州还打造“全城通”智慧助餐模式，老年人在手机相关App上搜索，就能看到附近老年助餐点，任选一家“刷脸”即可用餐，无论户籍在哪里，都能享受相应优惠。

随着新一代信息技术快速发展，老年人就餐、就医、家政等急难愁盼都有了新解。

吉林长春市81岁的孔祥菊如今出门锻炼身体，逢人就介绍自己的“健康管家”——智能手表，“一个人出门就怕出意外，这块手表能随时监测我的身体状况，还能定位跟踪和报警”。

不久前，孔祥菊在公园锻炼时不小心摔倒，智能手表马上响起电话，提供监测服务的一家医养中心医护人员立即实时问诊。当天，医养中心护工便上门回访，再次为她检查身体状况。“有了这个智能手表，我安心，儿女也更放心。”孔祥菊说。

近年来，长春市积极推进医养结合，对医养结合型民办养老机构实施奖励，更多智慧健康养老产品和服务得到推广，惠及越来越多老年人。

【新闻深一度】

智能防走失手环、健康监测设备、家庭服务机器人……在数字化浪潮推动下，“比你更懂你”的智慧健康养老产品不断“上新”，为老年人提供更加精准的服务。今年8月底，工信部等三部门联合印发通知，组织开展2024年智慧健康养老产品及服务推广目录申报工作，数字化手段将为更多老年人排忧解难。

多彩生活有滋味

【群众心声】一场说走就走的旅行，一个健康愉悦的爱好……

【总书记强调】我国老年群体数量庞大，老年人用品和服务需求巨大，老龄服务事业和产业发展空间十分广阔。

【基层实践】

结束了在宁夏固原市隆德县长达一个半月的“候鸟式”养老，不久前回到西安市的64岁老人代英，已经开始期待明年夏天的“旅行”了。

坐落在六盘山的隆德县风景秀美，夏季平均气温只有18摄氏度。今年，经

朋友介绍，代英专门来此避暑，“一下车就爱上了这里，空气好，很安静，满眼都是绿色”。

代英入住的旅居养老机构，是隆德县老年养护院。这家2021年新建的公办民营养老机构，可为失能、半失能老人提供服务。

“去年我们将一栋闲置的大楼改造成酒店，接待全国各地旅居老人，没想到很抢手。”养护院院长杨珍珍说，“今年5月起，58张床位全部住满，有来自四川、陕西、山西等地的老人，时间最长的住了3个月。”

“出来玩我们最关心的就是吃和住。”代英说，养护院随处可见扶手、斜坡、防滑砖等适老化设施，食堂饭菜口味清淡，很合胃口。入住期间她感冒了，养护院有专业的医疗服务，不出大院就把病看了，“住得舒心又安心”。

当前，旅居养老已成为老年人新选择。今年8月，宁夏发布了“旅居养老地图”，标注了全区首批39家旅居养老机构，地理位置、床位情况、联系方式及周边景点等一目了然。宁夏还与福建、广东等12个省区签订旅居养老合作框架协议，让老年人四季均可旅居养老。

面对老年人日益迫切的多元化、差异化、个性化需求，越来越多新业态涌现。

每天清晨，在浙江宁波市鄞州区东柳街道锦苑社区“长者运动健康之家”，一些满头银发的老年人，由工作人员量血压、戴上心率手环后，在专业教练指导下开始“撸铁”。

“这些健身器材都是针对老年人的身体特点研发的，通过科学健身，帮助老年人预防和减缓慢性疾病的发生与发展，还为老人制定个性化训练方案。”锦苑社区党委书记程燕说，去年，社区打造了这间老年健身房，从力量训练到平衡练习，一应俱全，按照公益低收费模式向居民开放。

66岁的社区居民王顺茂每天都来锻炼一个小时。“以前我自己运动，很多动作不规范，现在有专业指导就是不一样！我感觉自己精神多了。”王顺茂说。如今，宁波市多个社区都建设了嵌入式健身场所，这里渐渐成为老人们的新乐园。

【新闻深一度】

近年来，我国推动养老服务与文化、旅游、体育等行业融合发展，切实提



2023年10月26日，崔丽在辅导青年教师观察组织切片标本。新华社发

升老年人生活品质。今年1月，国务院办公厅印发《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》，提出“建设国家老年大学”“组建覆盖全国的旅居养老产业合作平台”“丰富老年文体服务”“组织开展各类适合老年人的体育赛事活动”等一系列意见，让老年人共享发展成果、安享幸福晚年。

老骥伏枥有作为

【群众心声】继续投身热爱的事业，继续发光发热实现自我价值，继续积极参与社会生活……

【总书记强调】要为老年人发挥作用创造条件，引导老年人保持老骥伏枥、老当益壮的健康心态和进取精神，发挥正能量，作出新贡献。

【基层实践】

68岁的吉林大学基础医学院退休教授崔丽，两年多前来到新疆阿拉尔市的塔里木大学支教。上课、办讲座、指导大学生创业竞赛……每日步履匆匆，她却精力充沛。

退休后崔丽在家照看了几年孙子，心里总想着再做什么。2022年，她报

名教育部开展的高校银龄教师支援西部计划，成为塔里木大学医学院第一位银龄教师。

当时，塔里木大学医学院刚成立，师资力量薄弱。崔丽带领教师集体备课、指导参加教学比赛……学院缺少病理学资深教师，原本主要讲授组织胚胎学课程的她，主动揽下这门课程。

支教期满后，面对医学院师生的不舍和挽留，她又留了下来。崔丽说，趁“年轻”，她还想为塔里木大学继续奉献光和热。

从智力援助、基层治理到志愿服务，一批批银发群体为社会注入满满正能量。

9月底，宁夏吴忠市利通区金积镇梨花桥村，一片片籽实饱满的青贮玉米挺立田间，大型收割机穿梭其中。66岁的农业技术专家杨生明剥开玉米棒苞叶，检查籽粒成熟情况，收完玉米，马上就要抢种冬小麦，他负责技术指导。

2018年从吴忠市农业技术推广服务中心退休后，杨生明闲不住，先后被内蒙古、甘肃等周边省份返聘，在田间地头指导农业生产。这两年宁夏在引黄灌区探索“冬小

麦+青贮玉米”一年两熟模式，打破过往常种一年一熟的局限，以提高种植效益。吴忠市老科技工作者协会邀请杨生明加入技术攻坚团队，他毫不犹豫地答应了。

“将一年两熟技术运用到实际生产中，是我目前最大的心愿。”杨生明说，虽然退休了，但科技工作没有止境，他期盼见证更大的丰收。

近年来，吴忠市实施“银才赋能”行动，分行业分领域建立由名医、名师、名家、名匠组成的“银发人才”信息库，为这些自愿加入的银发人才搭建继续发光发热的平台。

【新闻深一度】

莫道桑榆晚，为霞尚满天。老年是人生中重要的阶段，依然可以有作为、有进步、有快乐。2024年，国家银龄教师行动计划将招募7000名银龄讲学教师，支持农村地区教育发展。9月，全国老龄工作委员会印发相关指导意见，提出将组建全国“银龄行动”志愿服务队伍，行动将融入东西部协作和省域内区域协调发展，这将为老年人展示自我价值创造更宽广的舞台。
新华社北京10月10日电

安愉人生 “兴业” 相伴

九月九 “艺” 重阳

我们的节日—2024年重阳节

时 间：2024年10月11日（星期五）9:30
地 点：市民广场
主办单位：中共蚌埠市委老干部局 蚌埠日报社
承办单位：蚌埠市老年大学
协办单位：兴业银行蚌埠分行
支持单位：蚌埠新城实验学校 蚌埠市城乡发展规划展览馆

一、舞蹈《伟业》

指导老师：张霞
演出单位：市老年大学

二、宣讲《祖孙三代卫国戍边》

表演人员：金允棋
演出单位：蚌埠新城实验学校

三、萨克斯合奏《人民军队忠于党》

指导老师：高斌
演出单位：市老年大学

四、独唱《把未来点亮》

表演人员：杨生舒
演出单位：蚌埠新城实验学校

五、诗朗诵《中华情》

指导老师：宦美玲
演出单位：市老年大学

六、独舞《帕米尔少女》

表演人员：王董然
演出单位：蚌埠新城实验学校

七、花鼓舞舞蹈《摘石榴》

指导老师：高小平
演出单位：市老年大学

八、二胡独奏《战马奔腾》

表演人员：黄瑞
演出单位：市老年大学

九、亲子演唱《和你一样》

表演人员：何沐颖 刘程彩 吴福猷
吴方语 冀静萱
演出单位：蚌埠新城实验学校

十、现代京剧《军民鱼水情》

表演人员：张静 李红岩
演出单位：市老年大学

十一、时装《戏韵折扇》

指导老师：王勇
演出单位：市老年大学

十二、诗歌朗诵《彩色中国》

表演人员：李米俏
演出单位：蚌埠新城实验学校

十三、男女声二重唱《壮丽航程》

表演人员：史木文 余少强
演出单位：市老年大学

十四、舞蹈《江山》

指导老师：丁玉虎
演出单位：市老年大学

十五、男声小合唱《最美不过夕阳红》

表演人员：黄涛等
指导老师：蔡明
演出单位：市老年大学