

快乐老人报



统一刊号:CN43-0024

Happy Maturity



快乐伴一生

邮发代号:41-178 第1068期 零售价:1.50元

奶奶团玩工作室,15年不衰

白发苍苍的奶奶们聚在一起能干什么事情?浙江省杭州市萧山区银河小区的四位退休医护人员玩了点特别的东西:抱团组“奶奶医疗工作室”,15年来一直免费给大家量血压,进行健康咨询服务。

在发起人、77岁的高德元看来,大家因为同样的特长走到一起,既发挥余热服务了他人,也抱团养老抚慰了自己。对想利用特长发挥余热的银发族而言,“奶奶医疗工作室”的相关经历和经验,或许能给大家一些启发。

拉最亲的姐妹当“合伙人”

5日下午,接到记者电话时,高德元刚结束工作。

高德元曾担任过萧山区第一人民医院的护士长。退休后,她想继续为小区居民做点事情。高德元发现,自己所在的小区,患有冠心病、糖尿病等慢性病的老人特别多,就想:自己有医务工作经

验,可以抽空帮大家量量血压,顺便做点健康咨询方面的工作。

但是一个人难免心中胆怯。于是,她找到了自己的小妹妹孟才女,对方曾在中学担任校医多年。两人经过商量后,一拍即合。于是,她们准备了一张长桌、一个血压计、一个听诊器,就在小区门口支起了一个摊位,免费帮人量血压。小区的人对高德元多有了解,加上有“护士长”的头衔加持,摊点的“生意”自然还不错。

做出口碑,场地自然会有

量血压的人员越来越多,工作室也开始招新。在高德元的多番考量下,70岁的退休医生瞿新华和73岁的退休护士王灿芝被招纳了进来,“奶奶医疗工作室”正式成立。没有固定的场地,下雨了只能到保安室里躲

停止过。每周二准时“营业”,四朵金花轮流上岗,上午8点半开门,最晚中午11点40关门,依据人流量而定。

随着前来咨询、体检的人越来越多,社区居委会开始关注到“奶奶医疗工作室”。经过协调,社区腾出一间警务室给她们当固定办公地点。为了扩大影响力,工作室不仅接待社区邻居,住家保姆、小区保安、环卫工人也都能免费获得健康体检和咨询服务。社区的支持也在持续加码。每周二,社区会派工作人员来维持秩序。最近,社区还准备把工作室翻新装修一番。

主业务之外增加“分业务”

虽然仍旧是医护人员,但“四朵金花”却不再以医生、护士自居,“更多把大家当朋友、姐妹”。

在高德元看来,抛开“身份”会让自己更快融入到大

伙之中,“我给别人体检做咨询,人家陪我跳舞上学,付出的同时也吸取了养分”。

瞿新华分享说,在发挥余热时不要有“高人一等”的想法。她说,在工作室的经历改变了自己的老年生活,“以前互相不认识的邻居,都加了微信,我们平时一起线上互动,一起调理身体”。瞿新华自己也在服治疗高血压的药物,有位邻居也是高血压,她们彼此每天都会问问对方的血压情况,“她有时候犯懒,不来量血压,我就打电话监督她来量”。

这些年,工作室还增添了许多“分业务”,由其他居民承担。每次来量血压,64岁的阮雅仙就会在工作室里临时摆起“缝纫摊”,免费给大家缝缝裤腿绣点花什么的。70岁的陈中康则开起了“聊吧”,“买完菜就到工作室陪大家聊聊天事”。(本报记者鲍杰)



本期16版

05·特别关注

政策松绑
点亮地摊经济

10·养生

夏日时令水果
全身都是宝

15·当年

战火纷飞中
为战士放电影

北京首次公布 养老机构失信名单

本报讯 北京日前首次公布养老服务机构失信名单,共有13家机构上榜。其中,纳入严重失信A类黑名单的机构将取消运营补贴获取资格和承接政府购买服务资格;纳入一般失信名单的机构将取消每月每床50元的信用状况维度补贴。(文/金可)

老旧小区改造 安徽出台操作大纲

本报讯 为了推进老旧小区适老化改造,安徽日前专门推出了改造技术导则,要求室外配套设施无障碍设施,有条件的小区宜配置康复训练设施。逐步增加居民家庭适老助老呼救系统,为小区住户提供远程呼救设备安装条件。(文/吴奇)

值班副总编辑:王世军
本版责编:李仲文
本版版式:陈文旭 校对:尹华智

本报常年法律顾问
金州律师事务所 刘岳 冯阳

读者服务电话
发行服务热线:11185(邮局)
0731-88906498(报社)
广告热线:0731-88902498
新闻热线:0731-88905158

益丰大药房 您信赖的平价专业药房
Yifeng Pharmacy 服务热线:400-887-8808
周六超级会员日代金券
会员持本券一次性消费会员商品:
满50元抵6元
满100元抵12元
*限会员周六使用,不兑现,不找零,*不重复参与其它活动;*特价、非会员商品不参与,按原价抵现。

尼克松借中苏冲突实施对华和解

16·秘闻

河南鼓励再婚夫妻也生两孩

本报讯 河南省十三届人大常委会第十八次会议日前表决通过了《河南省人民代表大会常务委员会关于修改〈河南省人口与计划生育条例〉等八部地方性法规的决定》。其中,《河南省人口与计划生育条例》第十五条第一款修改为:“提倡一对夫妻(含再婚夫妻)生育两个子女。”对比原条例,增加了“(含再婚夫妻)”字样。

根据国家统计局公布的最新数据,2019年全国出生人口比2018年减少58

万,这是全面二孩政策实施以来,我国出生人口连续三年下降。

河南之外,多地也先后出台了鼓励生育的举措。早在2018年6月,《辽宁省人口发展规划(2016—2030年)》就提出,完善税收、教育、社会保障、住房等政策,对生育二孩的家庭给予更多奖励政策。这是我国实行计划生育政策近40年来,第一次由省级政府层面出台奖励生育政策。今年3月,河北石家庄市发文提出,将充分调动社

会力量的积极性,以多种形式开展婴幼儿照护服务,全面落实产假、护理假政策,如哺乳期休假可放宽至婴儿满一周岁。今年4月8日,山西省下发《关于促进3岁以下婴幼儿照护服务发展的实施意见》,鼓励用人单位对计划生育政策内生育的婴幼儿家庭父母每人每月发放200元的婴幼儿保教费,并要求到2020年底,建成一批具有示范效应的婴幼儿照护服务机构。

“鼓励生育政策要落到

实处。”厦门大学经济学系副教授丁长发建议,真正解决住房、医疗、教育、养老等民生问题,对提高生育率十分关键。中央民族大学社会学系教授杨菊华表示,世界上不少国家通过直接的经济补贴或者是税收减免的方式,支持生育,减轻家庭养育孩子的负担。在经合组织国家鼓励生育的各种政策措施中,社会化的婴幼儿照护服务,对生育意愿的影响比提供经济补贴还要大。(文/段伟朵 林小昭 赵倩)



尚春林和他“种”出的家具



精美家具“种”出来

你能想象,家具是从地里“种”出来的吗?河北衡水67岁的尚春林通过实验种植“椅子树”,打造出多把精美原木椅。

尚春林从事过园林职业,2004年,他在看家具时突发奇想:要是这些家具没有过多加工,岂不是更名副其实?回家后,他开始研究“种”家具。尚春林先种植4株榆树作为椅子腿,然后采取措施促使细小枝干互相缠绕,再经过四五

年的管理,逐渐长成椅子背、扶手等,最后经过去皮、烘干、磨光等程序,一把纯天然“生态椅”完成了。之后,他又通过试验“种”出了茶几、花架等。

几年前,尚春林带了把椅子去艺术品博览会进行展示,有人出价8万元,他却没出手,“有的椅子成型用了七八年,承载了很多感情,舍不得卖”。(文/匡小颖 图/受访者提供)