

闵行虹桥镇社区综合为老服务中心打破养老机构与社区围墙,探索银发互助会员模式

# 小小会员卡,让为老服务中心热闹起来

■本报记者 黄勇娣

上午8时30分,闵行区虹桥镇社区综合为老服务中心一开门,78岁的郁阿婆就掐着点走了进来,做操、聊天、按摩、看电视、吃午餐、下棋、吃点心,过程中,服务人员还会提醒她准时吃药……每天,老人都会在这里有滋有味地消磨上大半日,到傍晚再“下班”回家吃饭。

记者采访当天,正碰上来自嘉定区的一行人前来参观考察,据悉,在疫情发生前,这家为老服务中心几乎每天都要接待外来参观者。为何?原来,在2016年之前的三年里,该中心的服务对象始终只有3位日托老人,因为周边那些从农村迁进来的老人大多不愿意走出家门,但如今,这家为老服务中心每天都热热闹闹,一年服务人次超过3万人次。

究其原因,关键在于这家社区综合为老服务中心打破围墙,创新探索了一种银发互助会员模式,把周边社区的老年居民吸引过来,以活动和服务逐步增强“黏”性,从而形成了一个以社区为载体,以需求为导向,以服务为核心的邻里型嵌入式综合性为老服务体系。

## 一年交150元可享108次服务

几天前,86岁的王阿婆去医院体检,但结束后她并没有回家,而是去了虹桥镇社区为老服务中心“报到”。她并不是该中心的日托老人,也曾表示“不想来”,但如今,这位老人却几乎天天来活动,到下午快关门时还有点依依不舍。

春节、重阳、中秋、端午……每到节日,更是虹桥镇社区综合为老服务中心最热闹的时候。当天,这里总会迎来几十位老人,其中既有

## 拍鸟达人在沪郊守候难得一见的水雉 追着鸟儿记录生态变迁

■本报记者 李宝花

上周四,又是阴雨绵绵的天气。痴迷于鸟类拍摄的毕纪根又一次带着长枪短炮,驱车数十公里来到了青西郊野公园。

这是毕纪根今年第8次来到青西郊野公园,每次来都会有不同的收获,有时是拍白鹭,有时是拍黑水鸡,更多时候是为了来守候更为珍稀的水雉出现。这种去年才第一次在上海发现的水鸟,引来了众多苏浙沪摄影圈爱鸟人的追捧,毕纪根也不例外。

毕纪根是土生土长的青浦人,退休后痴迷摄影。有次听说青西郊野公园有水雉,他就和几个朋友带了器材专程来拍照。“那次水雉离得比较远,拍得不是太清楚,但还是觉得很新鲜,因为是第一次在上海看到这种鸟。”

在400多人的青西摄鸟群,青西郊野公园的生态观察“行家”陆文忠会实时向群友们报告鸟类信息:什么时候水雉来了、飞来了几只、搭了几个窝、什么时候下了蛋,哪一天小鸟可能会出壳……都是群友们时刻关注的节点时间。

去年,首次来到青西的几只水雉在公园的荷塘落脚,当时的荷塘底部多是淤泥,背景不够漂亮。今年飞来的水雉依然在青西的荷塘落脚,不过这次荷塘有水有花,堤岸又低,无论是背景还是地形都很适合拍摄。为此,毕纪根今年已经前后来过青西郊野公园多次,拍出不少片子。

除了水雉,这几年来青西的珍稀鸟类还有棉凫。毕纪根说,鸟类非常聪明,哪里生态环境好了,它们就会飞过来栖息。棉凫这种东南亚比较常见的珍稀鸟类,这两年来到了青西郊野公园,来这里拍鸟的人就越来越多。

对上海鸟类经常出没的地方,毕纪根如数家珍。崇明、南汇嘴、奉贤都在鸟类的迁徙线上,因此这些区域的鸟类都比较多。青西郊野公园虽然不在这条线上,但由于生态环境好,加上河网密布且水质清洁度高,都为鸟类的栖息创造了很好的条件。相反,即使是在鸟类出没多的地域,一旦人为开发的痕迹太重,铲土机、吊车等轰隆隆一响,鸟儿们就会迅速离开。

对拍鸟者来说,拍鸟并没有太多“经济效益”,但只要拍到了满意的照片,和同好者们交流一番,就很值得。在他们的镜头下,上海生态环境的改善也正被一点一滴地记录下来。

## 脱口秀演员卡姆涉毒案宣判 容留他人吸毒获刑8个月

本报讯(记者 王闲乐)昨天,虹口区人民法院依法公开审理并当庭宣判艾力卡木·阿斯卡尔(艺名卡姆)容留他人吸毒一案,以容留他人吸毒罪判处其有期徒刑8个月,并处罚金人民币2000元。

艾力卡木·阿斯卡尔是笑果文化旗下一名脱口秀演员。4月29日22时许,卡姆在其租住的房屋内,提供毒品及自制的吸毒工具,容留陈某、李某某等4人吸食大麻。次日17时许,民警在其住处抓获,之后查获银色袋装青褐色植株1包并依法予以扣押。案发后经鉴定,青褐色植株检出四氢大麻酚成分。

6月24日,虹口检察院以容留他人吸毒罪对卡姆提起公诉。庭审中,卡姆及其辩护人对公诉机关指控的犯罪事实和罪名均予以认可。辩护人提出,卡姆长期患有精神疾病,他吸食大麻的行为与追求刺激而吸食的行为不同,也没有通过容留吸毒牟利的行为或意图,吸毒和容留他人吸毒的主观恶性较小,希望法院从轻处罚。卡姆也在法庭最后陈述阶段宣读了一份致歉声明。

法院认为,卡姆容留他人吸毒,事实清楚,证据确凿,其行为已构成容留他人吸毒罪。鉴于其到案后能如实供述犯罪事实,且认罪认罚,综合考虑犯罪事实、情节等,法院依法作出上述判决。

六七十岁身体硬朗的老人,也有八九十岁需要照护的老人,他们聚在一起,做汤圆,包饺子,裹粽子,聊天,看节目,其乐融融。

“每次来参加活动的老人,都是我们中心的服务对象,同时其中一些老人还是我们的志愿者。”中心负责人章老师说,“既是受益者,又是志愿者,邻里互助,这源于我们这两年尝试推出的一项创新机制——服务中心会员卡”。

据了解,目前中心共有8名日托老人,但发展的社区会员却达到55名,他们中年龄最大的为87岁,最小的为57岁,平均年龄在70.1岁。这些会员每年缴纳150元的管理费,除享受每月一天的“会员卡”活动外,他们在一年里还可享受108次的足部护理、理发、烘焙、健康按摩、卡拉OK、小修小补等综合性服务,每周还有5次的血压、体重测试和器具理疗等常规服务。

与此同时,不少会员也主动成为中心的志愿者。大家建立微信群、轮值排班,定期到中心来服务更为年长的日托老人,做点心、做游戏、拉家常,彼此间互帮互助,逢年过节聚在一起,组建了新的“大家庭”。一张小小的会员卡,让老人各类需求得到满足的同时,也打通了养老机构和社区资源,形成银发社交圈,走出一条“养老自治”之路。

## 对老人们的关爱未因疫情中断

虹桥镇社区综合为老服务中心一直强调“嵌入式”服务理念,让老年人养老不离社区,成为社区为老服务的有益助力。

作为中心的日托老人,郁阿婆的“托龄”已有5年之久,每天风雨无阻地前来“打卡”。前两年,因为与儿媳关系不好,她定期把衣服、床

单等带到中心来,由工作人员黄老师帮她晾晒;而今,在服务中心工作人员的多次协调下,老人和儿媳终于打开心结,儿媳主动承担了为老人洗衣、做饭等事宜。

今年初疫情发生后,为老服务中心暂时关门,许多老人一下子没有了活动社交的去处,中心的工作人员也有了许多担心:“老人们在干里干什么?”“有没有按时吃药?”“不出来活动会不会觉得憋闷……”

为了更好地掌握老人们的健康状况,了解他们在疫情期间的情绪变化,服务中心的工作人员整理出所有在册老人的名单,一个个打电话过去,一方面询问老人的身体状况、家中防疫物资的储备情况;另一方面也聊聊天长里短,陪伴老人们度过居家时光。

在一次通话中,郁阿婆对工作人员黄老师说:“疫情这么严重,我不敢出门,但家里没事情做,特别难受,我心里太紧张,太难过了。再这样下去,感觉生活没什么意思了。”老人的这些话,让电话这头的黄老师心头一紧,十分担心。从那天起,黄老师每天和老人打电话聊天,说说其他老伙计的生活状态,讲讲专家的意见观点,让老人虽足不出户,但也有人关心陪伴。“您有什么想聊的,就随时打电话给我。”简简单单一句话,让郁阿婆感动不已。

## 一站式健康管理“硬核”服务

82岁的侯阿婆,有轻度老年痴呆倾向,一度连回家的路也不认识了。但这两年,在为老服务中心工作人员的悉心照顾下,症状明显减轻,不仅能每天自己步行回家,还学会了唱沪剧、下棋等,性格变得越来越开朗,让子女喜出望外。

## 青浦区“五五购物节”期间开通的3条购物专线受欢迎

# 长三角购物专线能否常态化?



■本报见习记者 栗思

“五五购物节”期间,长三角购物专线特别方便,可惜坐了没几趟就停掉了。

5月1日至6月30日,为助推上海“五五购物节”,青浦区开通3条购物专线:新城综合体购物专线、赵巷奥莱商圈购物专线、长三角休闲购物专线,串联起长三角以及区内各大型商业网点、景点,高品质的“一站式直达”受到了沿线吴江、青浦居民的欢迎。7月1日,购物专线停运,他们纷纷拨打12345市民服务热线,希望这条“长三角休闲购物专线”能够常态化。

## 购物专线直达商圈省时省事

上海市民陈女士今年60多岁,看中了吴江汾湖良好的生活环境,退休后就搬去那里养老。由于孩子们在上海工作生活,她和丈夫经常自驾往返两地。6月10日,她在小区群里看到,青浦到吴江新开了一条“购物专线”,该车从汾湖直达万达茂商场门口,十分便捷,还不收费。陈女士上网搜索发现,所谓的“购物专线”全称为长三角休闲购物专线,早在5月份就已投入运营。

6月11日,陈女士和丈夫吃过午饭,便前往楼下的汾湖客运站,等待“购物专线”。没多久,一趟标有“长三角购物线”字样的公交车驶入了车站。他们从司机口中得知,购物专线专门服务于购物节,途中仅设置金泽汽车站、东方绿舟、朱家角三个站点。发车时间比一般公交车略晚,汾湖站首班车9时,末班车20时;万达茂早班车10时30分,末班车为22时,和商场开关门时间无缝衔接。50分钟后,车辆直接停在了万达茂商场门口,司机告诉他们,如果晚上要乘坐购物线回去的话,直接到商场门口等就可以了。陈女士说,“我跟老伴那天买了不少东西,掐好时间后直接拎着上了专列车。后面几天我们几乎每天都去,有时去逛逛超市,有时去转转景点,可惜没多长时间就停了。”

除了像陈女士一样的退休老人常常乘坐这趟购物专线,不少上班族也对该线路赞不绝口。张女士居住在吴江月亮湾,工作地点却在静安区威海路。每天“跨城”上班的她,下班都得在东方绿舟换乘“青金区间”,在金泽汽车站下车后,再骑行5公里左右回家。自从有了购物专线,她可以直接坐到汾湖客运站,再骑行2公里回家,节省了不少通勤时间。

## 示范区公交站点相同却没人气

为方便长三角一体化示范区三地居民互联互通,青浦、吴江、嘉善三地交通部门在去年11月4日同时开通的五条示范区公交线路之一,由青浦巴士公交公司运营。该线路自轨交17号线东方绿舟站起至汾湖客运站,除去从东方绿舟至万达茂的延伸段,其余路段跟购物专线的路线完全重合。按理说购物专线取消后,这条线路完全可以成为替代选择,然而,记者在12345市民服务热线看到,不少人对示范区1路并不是很满意。

7月16日,记者前往东方绿舟,乘坐示范区1路公交进行体验。从地铁17号线东



长三角示范区公交乘客寥寥。

栗思 摄

## 区长访谈

### 青浦区区长余旭峰要求区有关部门深入研究

# 顺应市场趋势,满足群众需求

■实习生 李锦刊 见习记者 栗思

昨日上午,青浦区委副书记、区长余旭峰在青浦区城运中心做客2020年“夏令热线·区长访谈”节目。针对“五五购物节”期间,能否成为常设线路?是否可以通过增加站点及延长运营时间等方法,把购物专线带来的客流需求落实到常规公交线路上?等问题,余旭峰现场连线青浦区建管委、商务委以及青浦巴士公司作出回应。

青浦区商务委主任谭伟表示,三条免费临时购物专线是为了拉动消费,方便市民参与购物节活动,在行业主管部门支持下以购买服务的形式开通的。专线覆盖了100个小区,串起汾湖、青西、青中的多个站点和旅游景点。从效果来看,购物专线确实对促进消费起到了正向作用,但是否可以常态化,还是需要行业主管部门进行论证后再决定。青浦巴士公司总经理翁秉全认为,企业运营要考虑综合性效益等因素,目前周边地区来往于青浦城区的交通体系已经较为完善,交通费用在百姓出行消费的成本占比相当小,从企业的角度来看,常态化运

方绿舟站3号口出来,便是东方绿舟公交枢纽,示范区线路、青金线等多路公交汇聚于此。而万达茂商场位于淀山湖大道地铁站,距离东方绿舟还有两站地铁。示范区1路的站牌上,贴着从7月1日开始运行的发车时刻表,其日营运班次为32班,班次间隔为40至60分钟不等。12时20分,记者乘坐示范区1路前往汾湖客运站,出站时公交车上仅有5名乘客,其中2名还是准备去转车的游客。地图显示,这段路途共设20个站点,不过由于中午客流稀少,许多站点并未停靠,记者仅花了45分钟便抵达汾湖客运站。司机朱师傅说,中午客流较少,车速比较快,但早晚高峰期间每个站都需停靠,大概要1个小时左右才能走完全程。不少住在吴江的居民反映,相比购物专线,示范区1路不仅站点多,而且结束运营太早,末

在中心,记者看到了许多老人的手工作品。其中,张琴老人的面塑作品特别引人注目,各种人物栩栩如生。工作人员说,张琴老人刚来中心时十分内向,不喜欢和别人交流,但看到有面塑课程,她第一个报名参加,为的是完成作品带回去给小孙子玩。随着学习的推进,老人的面塑技能逐步提升,与老师和同学的交流也越来越多,整个人都变得活跃起来。手工DIY、戏剧沙龙、卡拉OK、体感游戏……中心的各类课程排得满满当当,老人们在这里的每一天都过得丰富多彩。

如果说精彩纷呈的文化休闲活动满足了老年人晚年生活的精神需求,那么健康咨询、健康管理及便民就医更是老年人渴望的“硬核”服务。

虹桥镇综合为老服务中心成立之初,就与镇社区卫生服务站建立了合作联系机制,卫生服务站直接入驻为老服务中心,为老年人提供常态照护,每天为人托老人提供晨检服务,测体温、量血压,建立起每位老人的健康档案,进而提出个性化的诊疗意见。2018年,双方又针对老年人群体平衡机能逐步退化的问题,引入了平衡训练项目,通过平衡检测仪评估老人跌倒系数,对系数偏高的老人开展针对性的平衡训练,提醒其家人在日常生活中注意防护等。目前,该中心已形成怡乐汇、乐学汇、益健坊、养心斋、倍呵护、沐春堂、康复站七大功能板块,有机融合了生活照料、医疗服务和精神慰藉三大服务需求,为老人打造晚年生活的幸福家园。

未来,虹桥镇社区综合为老服务中心还将升级会员管理模式,进一步提升为老服务标准,引入更多为老服务项目,让中心成为社区服务的重要枢纽,让更多老人在家门口收获老有所依、老有所养的幸福感。



居民自制芳香酵素除臭剂。 陈玺撼 摄

本报讯(记者 陈玺撼)今年出炉的新版上海市生活垃圾分类示范区、达标(示范)街镇(乡、工业区)综合考评办法,将“垃圾投放点采取异味控制措施,收集点配有破袋、洗手装置”纳入考评范围。记者昨天走访发现,很多小区采购了除臭剂,靠人工喷洒来抑制垃圾箱房内的异味,部分小区还在垃圾箱房内添置了喷灌系统和空调,用自动除臭和低温“双管齐下”,而在浦东新区塘桥街道的蓝东居民区,控制异味却不用花一分钱——除臭剂的原料全部来自湿垃圾。

在威海小区的酵素工坊,记者见到了这种特殊的除臭剂——保洁员打开一只白色水桶底部的水龙头,伴随着水果的芳香,一股黄褐色的液体流入喷壶内。居民告诉记者,桶里的是“三年纯”——存放三年以上的酵素,由湿垃圾、红糖、水按照1:3:10的比例制成。

“我们3个小区从4年前就开始发动居民自制酵素,稀释后用来洗拖、浇花草、冲马桶,那个时候大家就反映除臭效果好。”蓝东居民区党总支书记孙红菱表示,经过几个月摸索,居民还发明出多种不同配方和用途的酵素,比如用苹果、菠萝、橙子等烂水果发酵3个月后制成的芳香酵素,专门用来抑制垃圾箱房里的臭味,而且存放时间越久,除臭效果越好。

孙红菱坦言,相关规定公布后,很多小区都要采购除臭剂,根据小区住户规模的不同,一般每个月要在除臭剂上花费几十元到几百元不等,日积月累也是笔不小的成本。湿垃圾变成除臭剂,既节省了采购除臭剂的费用,还能对源头垃圾减量做贡献,何乐而不为?

据统计,蓝东居民区3个小区已用湿垃圾制作了上千升的芳香酵素,制作期原料的消耗量大约占到小区湿垃圾产生总量的一到两成。按照目前4个垃圾箱房除臭剂的日均使用量,可以使用约一个季度。

很多居民知道这件好事后,还主动把湿垃圾分成两袋,一袋专门装果皮、果核和烂果,另一袋装其他湿垃圾,交到垃圾箱房。“就连周边水果店老板都跟风而来,大家太踊跃,酵素原料太多,快要来不及做了。”管理员笑着诉说“甜蜜的烦恼”。

“这种‘家门口’的激励,最能促进居民主动参与垃圾分类的意识。”孙红菱表示,通过垃圾分类,湿垃圾变成了让小区环境更好的芳香酵素,让大家扔垃圾时不再皱着眉头、捏着鼻子,这是亲眼所见的好处,促进分类的效果非常明显。

最近,小区居民还用多余的芳香酵素制成500块手工皂,每200分“志愿者积分”兑换一块,用来激励参与小区垃圾分类等志愿服务的热心居民。

## 对违法养犬“当场处罚” 本市两个月开出870余张罚单

本报讯(记者 郭林桦)像整治交通违法行为一样,上海已采取现场执法的方式,处罚各类违法养犬行为,进一步规范市民文明养犬。记者昨天从上海公安部门获悉,警方将重点加强对携犬外出未束牵引带、携带大型犬外出未戴嘴套、携犬外出未悬挂犬牌、携犬进入公共场所且不听劝阻等“三未一违”违法养犬行为的查处力度,启动行政案件当场处罚模式,简化涉犬类违法行为的处罚流程。针对适用50元以下罚款的行政处罚,当事人对违法事实没有异议的,民警可当场作出处罚决定。5月以来,全市已累计处罚违法养犬行为870余起,与往年同期相比大幅提升。

行动期间,上海警方通过梳理“110”警情以及“12345”市民热线工单相关信息,明确重点时段、地区,对中心城区街面、道路、中央绿地、健身步道以及公园广场、居民小区、闲置空地等易滋生流浪犬患的部位,采用排摸、巡查等方式对流浪犬只进行收容。同时组织全市派出所向辖区居民、沿街商铺广泛征集流浪犬患线索,及时发现无主、流浪犬,并妥善开展收容。全市近两月已收容处置各类无主、流浪犬数较去年同期提升18%。

上海警方还会同市文明办、上海市志愿服务基金会、市宠物行业协会、部分宠物医院,积极开展“爱、就带它回家”公益项目,开放流浪犬线下领养活动。今年以来,累计救助32条健康、亲人的流浪犬重新找到领养人。

浦东新区塘桥街道蓝东居民区消除垃圾投放点异味有妙招

# 自制除臭剂原料全来自湿垃圾