“不仅家里亮堂了，心里也敞亮了”

“搭把手”“解解闷”“补个位”，鄞州精准帮扶“老养残”家庭

“年纪大了腰不好，擦玻璃登高又费力，这下可解决我的大难题了！”近日，鄞州区明楼街道“老养残”家庭的周芳（化名）家焕然一新，社工对接的家政人员上门擦净了全屋玻璃，老人拉着工作人员的手连声致谢。这是鄞州区“鄞·为爱”民生服务项目帮扶“老养残”家庭的日常一幕。针对年迈父母长期照料残疾子女的现实困境，该项目从生活、情感、社会支持三方面精准发力，为困难家庭筑牢暖心保障。


社工走访“老养残”家庭。

1 社工与志愿者分工协作

所谓“老养残”，指年迈父母承担残疾子女日常照护的家庭模式。随着父母年事渐高，体力下降、心理压力、未来养老规划等问题叠加，成为这类家庭普遍面临的困境。

今年，由鄞州区民政局、鄞州区民生服务综合体支持，北仑区心宸社会工作服务中心承接的“鄞·为爱”项目，将“老养残”家庭列为重点服务对象。

服务需求从入户走访中摸排而来。社工调研发现，不少老年照护者注重家居整洁，却因腰腿疾病不敢登高擦玻璃，自费聘请家政的费用对本不宽裕的家庭而言也是不小的负担。摸清痛点后，社工第一时间对接管家婆家政服务有限公司，企业主动让利，以低于市场价的公益价格为困难家庭提供上门保洁服务。

每次上门，社工与志愿者都分工协作。保洁人员负责擦拭玻璃、清理卫生死角，解决老人“够不着、干不动”的家务难题；社工则陪着老人唠家常，询问身体近况，耐心倾听他们在长期照护中积攒的压力与烦闷，遇上对助残政策有疑问的，当场逐条讲解清楚。“不仅家里亮堂了，心里也敞亮了。”受益家庭朱先生说。

2 “生理－心理－社会”三位一体

据了解，鄞州区对“老养残”家庭的专项帮扶已持续两年。2025年，区民生服务综合体就推出“暖心相伴”老养残家庭照护支持项目；在此基础上，今年迭代升级的“鄞·为爱”项目进一步细化服务圈层，将服务对象精准锁定为35岁至40岁、持一二级肢体、精神或智力残疾证的残疾单列户及其家庭。

经过两年实践复盘，项目团队逐步摸索出一套“生理－心理－社会”三位一体的服务模式——

生活上“搭把手”，链接家政资源解决重体力家务难题；情感上“解解闷”，在中秋、重阳等节点上门陪伴，为照护者提供情绪出口；社会支持上“补个位”，一方面鼓励老人走出家门拓展社交，另一方面针对助残政策、未来养老规划等疑问答疑解惑，帮家庭理清长远打算。

截至目前，该项目已累计服务“老养残”家庭200户次。鄞州区民生服务综合体相关负责人表示，“老养残”家庭是“老小困残”重点民生保障群体的重要组成部分，接下来综合体将继续发挥平台聚合优势，依托“鄞·为爱”项目持续细化精准服务，让民生暖意传递到更多困难家庭身边。

记者 林微微
通讯员 陈瑜瑜 文/摄

持续8年陪伴，温暖老人心田


一桌家常菜配上生日蛋糕，暖意填满小屋。

近日，奉化乐享志愿服务队的志愿者们备好米油、蔬果、蛋糕等，如约来到奉化区江口街道张村，为失独老人张大伯夫妇庆生。这是服务队连续第8年上门陪伴两位老人过生日。

2019年，志愿者第一次走进这座小院。7年往来，服务早已化作亲情。志愿者刚踏进院门，精神矍铄的老两口便笑着迎上来，冷清的院落一下子热闹起来。临近中午，大家分工忙活，洗菜切菜、掌勺摆盘，厨房里锅勺叮当、笑语不断。一桌饭，不止是生辰的仪式，更是一场长久的陪伴。

通讯员 乐享 文/摄

平均年龄64岁 每晚健步走5.5公里

这支健步队 亮相江北区全民运动会

在近日举办的江北区第六届全民运动会上，一支身着统一黑白运动服、以老年队员为主的健步走队伍活力满满，亮眼登场，满满的精气神和年龄形成动人反差，吸引了不少目光。这支队伍是庄桥街道广庭社区三和嘉园健步队。队伍成立于2020年6月6日，现有队员40余人，平均年龄64岁。组建6年多来，除却恶劣天气，队员们始终坚持每晚健步走，全程约5.5公里。

健步队由三和嘉园业委会联合网格员牵头发起。三和嘉园小区建成较早，为缓解停车难题，小区改造时在部分公共空间增设停车位。车位增加的同时，也压缩了广场舞爱好者的健身场地；加之广场舞音响容易扰民，健身居民与受扰居民之间的矛盾难以调和。一边是健身需求，一边是噪音困扰，在小区内继续开展广场舞活动已不合适。小区毗邻姚江，随着姚江北岸滨水绿道逐步建成投用，大家萌生了新想法：组织居民走出小区，到江边绿道健步走，巧妙化解了小区里的健身矛盾。

2020年6月6日，8名喜爱江边散步的居民牵头组建三和嘉园健步队，在网格员协助招募下，队伍很快发展至40余人。每晚7点，天气适宜时，队员们便在榭嘉路与洪大南路交叉口附近的桥上集合，沿着姚江北岸滨水绿道向西行进，行至青林湾大桥后折返，全程约5.5公里，用时约一小时。行进途中，队伍会播放音乐把控步频；久而久之，大家定制了多套队服与队旗，行进时精神抖擞，向沿途市民传递“全民健身、健康同行”的理念。

随着影响力不断扩大，健步队不再局限于三和嘉园小区，周边小区居民陆续加入，队伍里也出现了年轻人的身影。成立6年多来，队伍先后5次参加宁波市三江六岸健步走大会，和全市健身爱好者相伴同行、共赏三江风光；还远赴诸暨等地参与健步走交流活动，以步会友，不断拓宽全民健身交流圈，成长为一支有口碑、有影响力的群众健身队伍。

今年是三和嘉园健步队首次登上江北区全民运动会的舞台。队员们希望用自身的行动，带动更多市民走出家门、投身运动，一起感受健身带来的健康与欢乐。

记者 陶倪 通讯员 杨易超 姚俊 文/摄


江北区第六届全民运动会上的三和嘉园健步队。