

纸、杂志,看《新闻联播》、《海峡两岸》,十点半睡觉。“我不缺钱,就缺精神上的东西,没人说话。”虽然李老强调他不缺钱,今年过年一家人一起吃饭的钱也是他付的,但他其实很节俭,舍不得请保姆,“我在报纸上看了,现在保姆要两三千块钱一个月呢,还要包吃包住。”其实,李老的女儿就住在隔壁。每天晚上六点左右,女儿回来都会打开父亲家的门,问一问父亲的情况,李老通常的回答是:这一天是过去了。“前后不到五分钟。”李老情绪有些低落。但女儿有自己的工作、家事要忙,他很理解。李老的外孙在澳大利亚读大学,放假回来了,就在隔壁,也很少过来聊天,“现在的年轻人就知道整天抱

着电脑,跟老人没什么话可说。”

### 连续两年女儿没有回家过年,“老了最害怕生病和孤独”

第二户拜访的是70岁的吴爹爹,他的老伴去世快20年了。从长沙锅炉厂退休后,他还一直在外面做技术活,一直到2010年才正式停止工作。闲下来之后,吴爹爹大部分时间都待在家里,他喜欢看《鲁豫有约》、《冷暖人生》这样的节目。吴爹爹有两个女儿,都在深圳工作。今年过年,吴爹爹又没有把女儿盼回来,除夕他去姐姐家吃了一顿团圆饭。吴爹爹记得他们一家人在一起过年还是前年他去了深圳。“大女儿有四年没回来了,一

个月没有一个电话。”虽然电话里从不多聊,吴爹爹猜测,大女儿可能是工作上不太顺利。“小女儿以前一年回来一两次,现在孩子要上幼儿园了,就难得回来了。”

“老了最害怕的就是生病和孤独。”吴爹爹有急性肠炎和低血糖,去年2月的一天,他晕倒在厕所里半个小时起不来,最后自己爬出来的。尽管生活中会遇到这种紧急情况,但吴爹爹不愿意去深圳,因为那边人生地不熟,跟女儿相处也容易有矛盾,“现在跟子女很难相处,性格、习惯都有很大不同,老人比较固执,子女又不能理解。”

吴爹爹对空巢老人互助小组充满期待,他说:“这种形式很好,跟同龄人聊天,贴心、自在。”



李爹爹喜欢看家里的老照片,他说自己以前当兵时帅多了,现在人老了,不上镜了。

## 贰 互助养老模式探索

### 志愿、慰问活动消除不了孤独感,空巢老人抱团取暖

其实,怡景民居“康乃馨互助小组”并不是树木岭社区的第一个空巢老人互助小组。去年11月,树木岭社区就开始在新华园小区试点,成立了长沙首个空巢老人互助小组,探索社区养老的新模式。

树木岭社区书记翟勇是互助模式的策划人和组织者。去年,他听说社区里一个空巢老人去世好几天后才被发现,这促使他思考空巢老人的养老问题:目前,对于无法自我照顾的空巢老人,社区主要有两种照顾方式,一种是政府居家养老,由政府为老人的养老费买单;一种是空巢老人自己承担养老费用,社区义工为他们免费服务,还有什么方法可以提高空巢老人的生活质量?

树木岭社区是一个有3万人口的大社区,60岁以上的老年人口有5000多名,空巢老人达200多户。政府居家养老人数有限,整个社区只有4人享受得到,而义工服务在时数上有限,尤其是不能很好地满

足空巢老人精神上的需求。爱动脑筋的翟勇想到了一种新的模式——老人互助。“社区空巢老人住得近,能够及时掌握彼此的生活困难,完全可以抱团取暖。”

2012年6月起,翟勇开始在社区里发调查问卷,征集空巢老人建立互助小组的意愿。得到绝对支持后,11月8日,首个互助小组在新华园成立。“首选新华园,是因为这个小区经济条件比较好,居民的文化素质较高,有利于互助工作的开展。”

### 小组成员互相帮助,社区是“帮帮团”坚强后盾

首个互助小组由8户居民11个老人组成,年龄大多在80岁以上,由年纪最轻的张焕驰担任组长。

今年70岁的张焕驰是学医出身的,以前长期在单位从事党务和工会工作,对这次互助小组的成立极为热心,走访、收集信息、建立档案,没多久就把组员的家庭情况、身体状况了解得一清二楚。张焕驰说:“我们经常互相打打电话、串串门

子、聊聊家常、问问身体情况,私下里都把互助小组叫做‘帮帮团’。”

“你们互相帮助,我们帮助你们。”翟勇告诉张焕驰,互助小组并不单纯只是老人之间的互助,社区是其坚强的后盾。1月初,长沙迎来持续多天的雨雪天气。想到老人家里的菜应该已经吃完了,天冷路滑又不方便出去买,1月9日,翟勇起了个大早,到市场按一户人家一个星期的分量买了8大袋菜,分送到各个老人家里。

来到蒋爹爹家时,二老正在为吃饭的事发愁。一个是菜吃完了,一个是天然气断了。原来,最近小区天然气表换代,天然气公司发现蒋爹爹家已经欠费一千元,要求蒋爹爹先交费,否则不送气。但是,交费得去时代阳光大道,离小区很远,这对83岁的老人来说实在是不安全。蒋爹爹多次打电话让天然气公司先垫付,以后补交,也不见人来。无奈,二老只得用电饭煲煮了好几天的萝卜白菜吃。见到社区书记送菜来,蒋爹爹的老伴唐焕红红了眼眶,“真的是雪中送菜啊,太感谢了。”



2月21日,爹爹阿姨们仔细看着手里的“交流表”,今天起他们有了自己的新组织。

### 链接

## 长沙有空巢老人47万,2030年全国空巢老人或将超两亿

长沙市老龄委2011年提供的数据显示,长沙60岁以上老年人近104万人,其中47万为空巢老人。据民政部统计,中国目前1.69亿60岁以上老年人中,40%过着子女不在身边或没有子女的“空巢”生活。预计到2030年,老龄人口将近3亿,而空巢老人家庭比例或将达到90%,这意味着届时将有超过两亿的空巢老人。缺少精神慰藉将成为困扰中国空巢老人的主要问题之一。

## 叁 如何促进良性循环

### “有稳定的经费支持才能产生良性循环的互助模式”

新华园“康乃馨互助小组”成立的消息在社区传开之后,翟勇收到不少小区业主建立互助小组的请求。于是,经过调查,翟勇决定在怡景民居推广,成立第二个互助小组。

互助形式大受欢迎,高兴之余,翟勇开始犯难了:如果仅仅让老人互助,对小组放任自流,这种互助尝试是没有意义的。要良性发展,社区必须作后部支撑,出谋划策、解决实际困难。那么,经费从何而来?

互助小组成立后,树木岭社区发动多方资源,为老人们组织了多次活动。1月31日,社区公益协会组织万婴福乐幼儿园的小朋友给空巢老人拜年、表演节目,翟勇还别出心裁地想到了让小朋友给老人送红包,接到小朋友红包的张焕驰乐不可支:“以前都是我们给小孩压岁钱,第一次遇到孩子给我压岁钱,钱虽然不多,但是很开心,很有意思。”除夕那天,社区还邀请子女没回家的空巢老人一起吃团圆饭,并有公

益团队、社区学生献上京剧、歌舞等表演,陪老人们开心过年。

目前,社区并没有为空巢老人互助小组设置专用款项,这些活动支出都是由树木岭社区“蒲公英青少年基金”垫付的,这个完全由社区中小学生组织和管理的“压岁钱基金会”能够奉献的资金非常有限。“没有专款专用,活动就不能持续,互助模式就不能良性循环。”

为此,树木岭社区正积极与长沙红十字会讨论合作项目,以争取一定资金。另外,他们还将向长沙市民政局申请一个空巢老人互助的公益项目,希望政府能有一定的经费补贴。

### “我们不缺爱心资源,缺平台,要先把服务团队建立起来”

在互助实践中,翟勇还发现了另外一个问题,老人互助可以帮点生活小忙、给彼此心理温暖,但不能解决很多生活实际问题,比如家电维修、重物搬运等。不久前,第一小组组长张焕驰在看望组员张爹爹时,发现他家的水龙头坏了,漏

水严重,但两人都不会修,束手无策,叫外面的维修人员,又怕上当受骗。

翟勇意识到,要弥补这个缺陷,需要社区为他们整合资源,发展和提供志愿者。问题是社区目前的固定社工只有3人,其中杨罗英还是一名残疾人。

了解到互助小组对志愿者的需求,记者为其联系了长沙仁乐义工的负责人王清。2月21日,王清参加了怡景民居空巢老人互助小组的成立会,并表示,他们将为互助小组就近发展志愿者,为老人服务。

有了志愿者,翟勇开始思考如何更好地满足老人的需求,他认为完全依靠民间志愿者是没有办法把互助小组很好地建立和推广起来的,“现在不缺爱心资源,但缺平台,要先把服务团队建立起来,形成真正的属于我们自己的志愿团队。”他的计划是,向民政局申请成立空巢老人互助协会,发展固定志愿者,构建起稳定的社区服务平台后,再考虑互助小组的扩容和推广。

文/记者 匡萍 图/实习记者 唐俊

## “快乐湾义工团”照顾空巢老人12年

在长沙中南院社区有着一群热心助人的义工,他们组成“快乐湾义工团”,调解各类邻里纠纷近百件,坚持12年上门照顾行动不便的高龄老人,坚持自学中医知识,帮助有需要的社区居民。

## 美国太阳城退休老人集中养老

太阳城,美国著名的退休养老社区,因每年有超过300天的日照时间而得名。在太阳城里居住的城民必须是55岁以上的老人,目前,太阳城社区共有居民3.85万人,平均年龄72.4岁。太阳城的休闲运动场所、医疗保健设施齐全,有超过120个俱乐部,居民通过广场舞、陶艺、轮滑、上网、拉拉队、板球以及瑜伽等集体活动保持身心活跃。

### 互动

如果你愿意为互助小组的空巢老人提供长期义工服务,或者想要为老人“开活动室”、“建社区食堂”的心愿出一份力,可拨打本报热线电话96258或上新浪微博@三湘都市周末。