

居家虚拟养老院“样板间”、“记忆家”里找记忆…… 新虹为长者开启“花式养老”模式

居家养老有了样板间

“打开窗帘”，房间的窗帘随着这句话缓缓地打开；“打开电视机”、“开灯”……前来新虹综合为老服务中心体验的爷爷奶奶们非常兴奋，原来这是综合为老服务中心打造的居家虚拟养老院“样板间”。

据悉，为了让居家养老更安全、更便捷，从2021年开始，上海市将老年人“居家环境适老化改造”列入市委、市政府“民心工程”项目。新虹街道服务办为了让老人能够亲身感受适老化改造对居家养老生活的改善

和提升，在街道综合为老服务中心内，打造了一个可以让老人们体验的“样板间”，形成了托养、医养、康养、文养、体养和智慧养老的“六养融合”发展模式。

现场还原了一整套老年人居家环境，包括客厅、卧室、厨房、玄关、卫生间等场景，在硬件建设上配置适老化家具及产品，同时还配置远程监控、智能床垫、紧急呼叫、摔倒报警等智慧居家照护系统，老年人通过智能语音控制系统，只要掌握基本的口令，就可以轻松操控设备，让

老人亲身体验到居家养老的便捷。

行走在这个样板间的地面上，明显感受到地面的“抓地力”很强，原来，地面做了防滑处理，能够有效地防止老人打滑摔倒，在浴室里放置的防滑垫、扶手，也是出于同样的目的。为老服务中心的工作人员介绍：“在这里，想要定制居家养老服务的家庭，可以现场体验，在这个不大的空间内，巧妙地将居家适老场景体验、智慧养老场景展示等多重功能融合在一起。”



找回丢失的记忆

在新虹综合为老服务中心三楼，还有一个“记忆家——认知障碍家庭支持中心”，其中包括长者休息室、康复训练室，从功能上分为个性化训练区及小组训练区，设认知障碍老人日间照料床位、个性化训练区及小组训练区。中心以生活能力维持为核心目标，实现六大维度的生活功能。就像“记忆家”的名字一样，这里是帮助认知障碍老人“找回”记忆的地方。

“通过一些游戏、干预的方法。目的就是让这些老人通过游戏维持基本生活功能。”新虹街

道“记忆家”的工作人员奚青介绍，这样的游戏老人做得开心，也训练了老人的感知能力。虽然有的时候老人会忘记上一次游戏的流程，一切都要耐心地重新开始，但是每次，他们脸上都绽放出高兴的笑容，这是让工作人员最为欣慰的地方。

中心最近改造了一个开心农场，对土地有着深厚感情的老人们，可以继续在这一方土地中，亲手种菜，这也是一种认知障碍干预方法——园艺疗法，通过接触自然环境，久而久之，有利

于老年人缓解不安心理情绪。“现在，我们选择了青菜、莴笋、韭菜等六七种常见的蔬菜，可以直接在为老服务的食堂烹饪。”服务中心的工作人员介绍道。

据悉，新虹街道是全市范围内，最早开展认知障碍友好社区试点的街道之一。其实，针对认知障碍的训练是一项需要耐心和时间的工作。因为针对老人的认识障碍，目前还没有药物可以逆转。通过护理和认知训练，是现在帮助老人预防、维持或者减缓病程最有效的手段。

健康离不了运动

“面向老年人的社区多功能健身场所，我们坚持智能化与适老化并重，硬件、软件和服务全面升级，整合体育、养老、卫生健康等公共服务资源，为老年人提供体质测试、基础健康检测、科学健身指导、慢性病运动干预、运动康复训练、健康知识普及和休闲社交等一站式运动康

养服务。”为老服务中心的工作人员介绍。

据了解，新虹综合为老服务中心的改造升级中，还增设了一个依托于“云健康”平台的体检室：身高、体重、心电图、血压、血氧、血常规、尿常规等常规项目，在这里会直接生成一张信息表，现场可直接打印。

值得一提的是，这个平台还有一个中医题库，通过询问答题，更为全面地了解老人身体健康状况。此外，在家庭医生养老顾问工作室，居民们可以向医生反映自身的健康问题，社区医生会为他们讲解定期检查身体的重要性，并提出改善建议。



探索智慧养老新模式

新虹街道自2019年开始实施家庭养老床位三年行动计划，信息后台自动采集老年人佩戴的智能手环、床垫等智能设备的数据，上传到大数据平台内。要是遇到紧急情况，还可以直接通过这个设备进行求助。检测设备会对床垫、燃气、烟感报警器，这些安全管理设备进行24小时实时监控。

助餐作为民心工程，一直是社区养老服务热门话题。今年闵

行区新增41家社区助餐服务场所，其中，新虹街道已启用智慧助餐系统。“通过可视化健康餐饮指导、智能化就餐人群饮食习惯分析，形成一对一个性化膳食解决方案，为就餐人员特别是患有慢性病的长者提供科学健康的膳食指导。”为老服务中心的工作人员说。

“现在点菜结账很快啊，一放上去数字自己就跳出来了。”前来就餐的老人说。“智慧食

堂”采用智能结算系统，为就餐人员提供便捷刷卡等多种结算方式，减少就餐人员的排队等候时间。将来，配合智能点餐、送餐APP等系统开发，长者及其家属、社区养老顾问都能通过手机端为长者便捷点餐和实现送餐全程监督。

接下来，为老服务中心将进一步向社区推广智能养老的设备与理念，将“花式养老”的方案，普及回馈给新虹居民。

