

马家堡街道

老年人就餐难、就餐贵怎么办? 养老服务驿站来帮忙

老年餐桌让老人享受幸福“食”光

社会热点

近年来,做饭难、就餐难、就餐贵成了老年人最头疼的事情,特别是空巢老人、独居老人如何解决好一日三餐,已经成为目前亟待解决的问题。

本报讯(记者 林瑶 通讯员 李冉)近日,马家堡街道西一社区增设老年餐桌,切实解决辖区老年人就餐难题。当天上午11点30分,在属地首开寸草养老院内,30余位老人坐在餐桌前准备就餐。糯米丸子、肉炒平菇、熬冬瓜、糙米饭……一道道营养均衡且适合老年人胃口的精美餐食逐一上桌。“自从在这就餐,不用大热天挤菜市场,也不用发愁每天做饭了,孩子在外面工作也放心了。”85岁的杨爷爷频频竖起大拇指。

小饭桌拓展养老助餐平台

据悉,西一社区1992年建成,其中将近三分之一是60岁以上的老年人,西里第一社区工作人员告诉记者:“在平时入户走访中我们发现,很多老年人经常凑合着吃一口,甚至一天就吃一顿饭,剩下的菜也是反复加热。不少老年人到社区反映诉求,希望能增设老年饭桌解决吃饭难的问题。”随着首开寸草草晖养老院的建成落地,成为西一的共建单位,双方就将开设老年餐桌这项工作提上了日程,“我们经常在养老院开展一系列的为老服务活动,不少老人被这里的环境和服务吸引,于是我们就对这里的餐饮标准化和规范化进行了实地考察,为辖区居民探探路,助推了老年餐桌的形成。”

为解决老年人就餐难题,西一社区联合首开寸草养老院,聚焦难题,倾听民意,秉承“惠民生、暖人心,让老年人过上有老所养、老有所依的幸福晚年生活”的理念,特增设老年餐桌服务。

“我不会做饭,老伴儿过世后都是周围饭店凑合,但也不是长久之计。听说这里有个老年餐桌,我第一个就报名了,这是真正的老年餐,少油少盐少糖,软烂易嚼,营养均衡。”家住西一社区的杨爷爷是老年餐桌开业后的第一批食客,“三菜一汤还有粗粮,非常适合老年人的口味,自从加入这里的小饭桌,体检指标都比以前健康,我还介绍了很多邻居一起来就餐。”

一到中午饭点儿,老年餐桌就坐满了前来就餐的老人,点几道自己喜欢的菜品,围桌而坐,其乐融融。



老人为老年餐桌的饭菜点赞。林瑶 摄

不仅可以堂食,还可以取餐带回家享用,便利的交通、干净整洁的环境、荤素搭配的饭菜、热情周到的服务,很多社区老人都成了老年餐桌的“常客”。

每个月都能吃到亲手种的蔬菜

记者在采访时注意到,不少老人围在一排绿植柜旁,小心翼翼地摘除杂叶,查看温湿度和长势情况。“这是我们一周前栽种的枸杞菜,差不多再有一周就成熟了。”陈值人爷爷已经在首开寸草养老院入住8个月了,每天上午都会下楼悉心照料这些水培植物,“我以前就喜欢照顾花花草草,现在这面水培架上300多株植物都是我们这些在院老人照顾着,每个月都能吃到亲手种的蔬菜,胃口都跟着好起来了。”

首开寸草马家堡养老院工作人员告诉记者,这是他们引进的“蔬菜疗法”,让老年人不用风吹日晒、猫腰低头,在屋里就能体验到种菜摘菜的丰收喜悦。

“我们多选取生菜、小白菜、枸杞菜等成熟速度快、种植简单且适合老年人食用的蔬菜,由爷爷奶奶们亲自栽种照料,成熟采摘后,当天就做馅儿包馄饨当作加餐,老人们吃得开心,也有成就感。”

据了解,马家堡首开寸草老年餐厅厨房员工全

部都是经相关部门培训合格后持证上岗,由专人为餐具、厨房消毒,每日给配送餐车消毒,并对每一餐取样留检。目前餐厅菜品的规格是三菜一汤,每餐20元。同时还会随时关注大家对口味、菜品的反馈,根据意见积极进行调整改良。比如根据时令节气搭配饭菜,夏天选择降火的苦瓜、春天就做新鲜的香椿、冬天将温补的羊肉萝卜入菜、秋天把丰富的瓜类端上餐桌……让老人吃得舒心、安心,也让在外工作的儿女不再挂心、忧心。

小餐盘里装着大民生。西一社区将携同养老院,持续优化养老服务,对辖区、周边老年群体就餐意愿、就餐需求、困难类型进行全面了解摸排,加大对老年助餐服务行动的宣传。不断提升服务水平,办好老年餐桌。让更多的老年人在家门口就能品尝到营养美味的老年餐,守护老年人舌尖上的幸福。

“我们将积极为辖区养老院解决实际问题,对接辖区医疗资源,为医养结合的养老院提供更好的帮助。开展多种多样的共建活动,丰富老年人精神文化生活。”马家堡街道工作人员介绍,“同时,推进、规范老年餐桌建设,提升助餐配餐能力,让老年人在家门口吃上高质量的、丰富的幸福饭。”

失能老人、特殊患者就医用药很麻烦 家医团队来服务

上门诊疗、送药 在家也能有医靠

本报讯 日前,京铁家园社区卫生服务站党员姚亚楠携手尹相倩家医团队,为其签约患者中(半)失能患者提供了上门诊疗服务。服务过程中,尹相倩医生为患者监测了血压、血糖,并细心询问了生活习惯,对患者进行生活及用药指导。

在尹医生的询问下,患者们说出了自己就医过程中的困难,有些失能老人因为子女不在身边,家中只有一位保姆,当保姆外出时,就只有老人自己在家,发生意外时身边没有人,非常危险。因此需要保姆尽量缩短外出时间,但是老人所需的部分常用药社区站没有,必须去大医院开,这就导致了保姆外出开药时间过长。了解到情况后,姚亚楠详细记录了患者所需药品,回到社区站后立即与尹医生一起向中心提交了签约患者特殊用药采购申请,为失能老人解决所需药品不全的问题。

同时,还有部分老年患者,因患有心脑血管疾病,经常会出现胸闷、头晕等症状,需要每天输液改善症状。但去大医院住院等候时间长、离家较远、家人探望不方便,老人也就不想麻烦了。针对此类患者,尹医生向患者详细介绍了青塔街道社区卫生服务中心的住院病房,若住院期间出现其他不适症状也可以由相关科室予以会诊。目前,他们可以直接联系签约的尹医生帮忙联系预约住院,大大缩短了等候时间。患者听后非常欣喜,家门口的住院病房,解决了老年患者住院等候的苦恼,也避免了家人长期医院家中两头跑的问题。

此外,青塔社区卫生服务站党员程红医生携手王相玲、张月洪护士带着对老人的关怀,走进独居老人胡阿姨家,询问老人的近况并为其送去中药饮片。

胡阿姨是青塔社区卫生服务站程红医生的签约患者,老伴去世了,子女工作忙,不能常在身边。她常

年居住在青塔芳园社区,也是程红医生最牵挂的老人之一。青塔站医护人员定期就会到家里看望老人们,和他们聊聊家常,问问最近的身体状况。胡阿姨常年找程红医生看病,开中药治疗。

程医生日常上门巡诊时,来到了胡阿姨家,她说最近有点腹胀、吃东西不容易消化,程医生立即为她进行了四诊合参,发现她是肝胃不和证。于是,程医生决定继续对她进行中药饮片治疗。

第二天,青塔站的护士们又给老人送去了中药饮片,胡阿姨激动地说:“大热天的还麻烦你们给我送药,太感谢你们的关心啦!”

青塔社区卫生服务站家医团队用实际行动关爱独居老人,并安排医护人员为其送药上门,解决了社区内行动不便老人取药难的问题,真正做到“签而有约,共享健康”,让居民健康更有“医”靠。

外卖“小哥”的难题:电动车禁入小区 走着配送又慢又累

便民自行车让安全与便捷无缝衔接

解题小妙招



外卖“小哥”骑上了便民自行车。张为为 摄

本报讯(通讯员 李欣爽)“以前我们进小区,电动车进不来,只能走着,累得满头是汗,眼看配送时间快要到了,心里是真着急!现在社区给配上便民自行车之后,真是太方便了!”一位在小区里送货的美团外卖“小哥”高兴地说道。

近年来,因外卖电动车车速过快,频繁引发安全事故,莲玉嘉园社区为建设安全小区,一方面要求外卖电动车禁入小区,另一方面考虑到小区楼间距较大,步行送货给“小哥”们的工作带来负担,社区在小区门口摆放“便民自行车”,打通“小哥”送餐“最后一公里”。

记者看到,莲玉嘉园小区的东西门分别设置了便民自行车取车点,十辆便民自行车有序摆放,外卖“小哥”到达小区后,停放好电动车,即可无缝“换乘”自行车。考虑到“小哥”送餐量大,自行车还安装了前后车筐。

此外,取车点还放置了打气筒、临时雨具等便民工具,不仅为外卖“小哥”提供了便利,也让居民朋友享受到了更快捷的配送服务。

“最近看到咱们社区多了一批便民自行车,上了岁数的居民买个菜回来能把东西放在车筐里推回家,省了不少力,社区想得真周到,给你们这个便民服务点赞!”社区居民对便民自行车的出现赞不绝口。对于居民使用的车辆,物业公司巡查队伍会定时转运回小区门口的便民自行车取车点,保证有需求的群众有足够的自行车可以使用。

本报讯(记者 赵智和)舒曼的a小调协奏曲、大卫·沃尔夫的《在泉边》、波帕尔的《精灵之舞》……近日,北京十二中初二年级学生李林璇在北京市天桥艺术中心举办了“走进五彩缤纷的音乐世界”大提琴专场音乐会。音乐会在欢快热烈的氛围中为来自中央音乐学院、中央民族大学、首都师范大学音乐学院等的专家教授及小学员们带来一场听觉盛宴,受到业内人士的好评。

记者了解到,“走进五彩缤纷的音乐世界”大提琴专场音乐会一个半小时的时间,演奏的曲目有7首。作品选择了大提琴各主要流派的经典作品,例如舒曼的a小调协奏曲,李林璇现场的演奏精准表达了作品的三个乐章连续演奏,音乐充满诗意。大卫·沃尔夫的《在泉边》、波帕尔的《精灵之舞》都展示了李林璇扎实的基本功与对音乐的理解及诠释。

“准备一场音乐会还是很艰辛的,我足足准备了半年,一开始只是从演奏的技术及技巧、作品的表达做了充分的练习与准备,后来发现不同的演奏场地声响是极其不同的,这样会给听众带来听觉上的差异,因此对技术的掌控还需要做很多微调,确保使听者能如实地听到作品的真实表达。”李林璇说。

李林璇就读于北京十二中初二年级,他自幼喜爱音乐,4岁学习大提琴,得到过多名专家、教授指导,曾受教于中央民族大学王力教授、朱莉娅音乐学院金尧珍教授,现师从于上海音乐学院罗伟焘教授。

“我虽然参加过多个社团在北京各大音乐厅的演出,但是我没有独奏音乐会的演奏经历,无论是心理准备还是体力的分配都需要做好建设与设计。由于上半场演奏时手指被琴弦划破,我考虑到对音乐的负责、对听者的负责,带着伤痛完成了整场音乐会。此次音乐会,无论对我意志的锻炼还是技术的增长都带来许多。”李林璇告诉记者。

音乐会丰富了学生的业余文化活动,促进了学生音乐的交流,展现了丰台区初中生积极向上的精神面貌,倡导健康高雅的文化艺术活动,培养和提高了学生的文化品位和艺术修养,引导学生做音乐文化的倡导者和实践者。“李林璇同学为学校争光,祝愿李林璇同学在音乐的道路上越走越远。”北京十二中的王鹏老师说。

“近一大段时间,我会沉浸下来更深入地练习与理解音乐,为更高规格的国际国内赛事及专场音乐会做好准备。”谈及下一步打算时李林璇告诉记者。

专家点评

中国戏曲学院教授 牛长虹

李林璇同学无论在技术上还是对音乐的理解上进步很大。

中央民族大学音乐学院教授 王力

李林璇同学在整场音乐会上,无论是作品的技术掌控还是对音乐的理解,都很稳定并有独到见解。

关于征集中国汽车工业70年历史见证物的公告

北京汽车博物馆于2011年建成开放,是国家公益性汽车主题博物馆。其建筑面积约5万平方米,博物馆、展览馆、科技馆三位一体,诠释“人-车-社会”的文化景观。作为一个行业博物馆,北京汽车博物馆的重要职能之一是反映汽车行业的历史变革和重大事件,与汽车工业的蓬勃发展紧密结合,以传播中国汽车历史文化为己任,为了明天收藏今天,真正发挥博物馆收藏历史、记录历史的作用。自开馆以来,通过征集、捐赠建立起完善的馆藏体系,现有藏品万余件,包括在中国汽车工业发展进程中有重要影响的红旗系列、上海系列、北京系列等经典车型,以及零部件、模型、文献、票牌等藏品。

2023年7月15日是中国汽车工业诞生70周年纪念日。在这个特殊时间节点,为了更好地记录和展示中国汽车工业70年蓬勃发展的历程,传播中国汽车文化,北京汽车博物馆启动中国汽车工业70年主题征集活动。现面向社会广泛征集在中国汽车工业70年发展历程中,具有历史价值、文化价值、科技价值、艺术价值的相关历史见证物,用于博物馆展览、教育、研究等公益行为。北京汽车博物馆对您的支持和参与表示诚挚的感谢与敬意!

征集范围

- 在汽车历史、汽车科技、汽车工业、社会生活等方面具有代表意义的经典车辆。
- 在汽车工业发展中具有特殊技术意义的零部件及汽车相关部件等。
- 反映汽车行业发展相关的历史文件、书籍、刊物、影像资料、口述史料等。
- 具有典型代表的汽车行业相关的票证、车牌等。
- 以收藏为目的,具有艺术价值的汽车模型。
- 与汽车行业相关的生活用品,及适宜在博物馆展出的物品。

联系人: 北京汽车博物馆藏品管理部 韩国松

联系方式: 010-83628672

cangpinzhengji@automuseum.org.cn

北京汽车博物馆
2023年7月15日