

今天:中国传统节日重阳节

黄浦区光明村助老服务营运组主动融入“10分钟社区生活圈”建设,每天为2000多位老人按时送上特色健康午餐——

十二载酷暑严寒,只为老人营养可口一餐饭

■本报记者 周辰

初秋的海滨街头,两位爷叔骑车来到光明村配餐分公司。停好车,理性消费,一人买一只鲜肉月饼就足够了。手持黄浦区五里桥街道发放给老年居民的“养联卡”,满减后实际支付3元。

今天是重阳节,敬老爱老,始终绕不开吃饭这件头等大事。作为上海第一家由政府投资、企业运作的老年配餐中心,光明村配餐分公司已连续运营十二载,为有需要的老人提供吃口清淡、有营养的套餐。

令长者安享晚年,亦是给背后的一个个家庭营造幸福。围绕送餐上门服务,光明村助老服务营运组形成了一系列举措,持续提升服务内容与形式并跟上老年人需求;响应黄浦区打造“10分钟社区生活圈”建设,光明村助老服务营运组探索扩大服务范围,区域内6家丰裕餐饮连锁店先后成为助老联盟点位。

饭餐送到家还在冒热气

淮海路上的光明村老年排队的景象深入人心,而对于居住在黄浦区的2000多位老人眼中,光明村是每天上午11点送到家还在冒热气的“一餐饭”。

相比社区食堂,光明村配餐分公司的服务对象通常是那些不愿或不便出门的老年人群,也戳中“原居安老”理念中的“安”字。时针拨回凌晨4点,大部分人还在睡梦中,光明村配餐分公司采购验收组的虞素雯和同事们已然守在仓库门口,肉蛋菜要进门,必须先过验收关,不光要新鲜,更要有清晰的溯源链,未达标的坚决拒收,能够进入清洗备菜间的都是优中选优的食材。

早晨7点,厨房开火,好几位大师傅同时掌勺颠锅。虾仁在金黄色的蛋液里变成可口诱人的色泽,小火慢煮中红烧鸡腿的浓香在升腾,清炒生菜的时候放盐很克制……这些“老年菜”其实没啥特别,荤素搭配,营养均衡,酥软清淡,是上海人家里吃惯了的家常菜。“每周菜单都有变化,但助老餐要让老人吃得出家的味道。”光明



光明村配餐分公司负责人徐晨这样注解。

2011年开业时,由于烧菜与配送等环节承载能力有限,只有一种8元套餐,此后9年都没有涨价。“时代在变,老人和子女观念也在变,大家都希望吃得好一点,可选择范围大一点。”徐晨介绍说,3年前,公司重新设计了有梯度的套餐体系,从15元到20元的三档套餐可供老人选择。65%的老人爱吃两荤一素的15元套餐,出乎大家意料的是,三荤两素的20元“顶配”套餐有28%的老人选订。

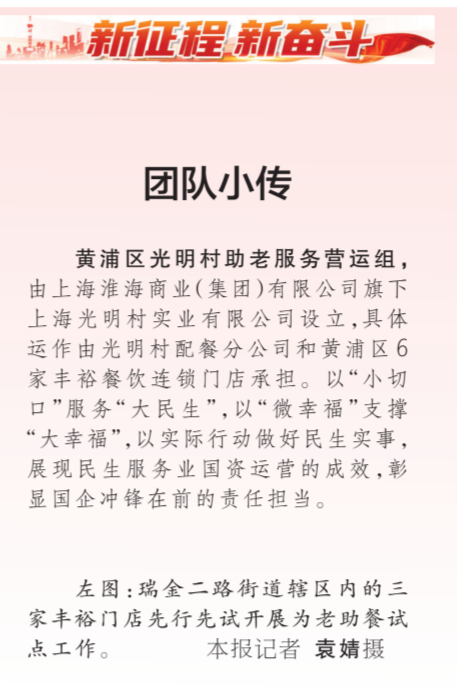
分装好的套餐盒,经过两道微波保温消毒工序,按照全区10个街道订单,分装进保温箱,在上午9点准时出发。这条现代都市热链配餐配送体系,从原料进仓库到装车,全程动线无交叉,专人从事专项环节。送抵各街道配餐点后,距离老人家还有“最后一公里”,各个街道都在探索不同的送餐到家方式。网格志愿者送餐到家,主打“热人关怀”;购买物流公司专业服务,强调专业性与时效性。各展其能,全力保障助老餐在

上午11点之前就送到老人们手中。

“养联卡”里的人情味

今年5月,五里桥街道的丰裕鲁班店重新装修了一番,新换的餐桌桌面四只角都有圆弧形镂空,这样坐轮椅的老人可以握住借力,椅子都带着扶手,方便撑一下起身,硬件上的适老化改造配合五里桥街道发放给老年居民的“养联卡”,使门店成为周边老年居民最常光顾的“老字号长者餐厅”。这也意味着光明村助老服务营运组扩容:上海光明村实业有限公司旗下的“光明村”和“丰裕”两个老字号品牌全都加入了黄浦区综合养老服务体系建设。

与送餐上门不同,丰裕的客人通常是来“查漏补缺”的。因为附近就是菜场,人们买好菜来丰裕逛一下,带一些熟食或方便菜回家,搭配着吃。“阿姨,我们的红烧猪爪刚刚出锅,要不



左图:瑞金二路街道辖区内的三家丰裕门店先行先试开展为老助餐试点工作。 本报记者 袁婧摄

要来一盒?都是新鲜现烧的。”“这个刀豆买的人很多,低盐少油,关键是‘养联卡’也能用。”窗口销售员段文剑是厨师出身,对菜、对人都有观察心得,介绍菜品特色总能说到对方心坎里。从一家面向全社会的老字号餐饮,到向老人倾斜服务重心的长者餐厅,店员们必须更用心感受和服务。

在鲁班店工作6年多,段文剑在络绎不绝的客人中结识了很多阿姨爷叔,“老字号做口碑生意,我的‘花式推销’建立在产品质量上,老人们认可的是味道。”

拿着“养联卡”来消费的老人,5月时寥寥数十人,中秋节当日则是迄今为止的巅峰。“中秋是团圆佳节,老人们来得多也买得多,一看就是为家庭聚会准备的,我们也为他们感到高兴。”

9月1日起,又有5家丰裕餐饮门店参与“老字号长者餐厅”助老服务项目,使得光明村公司助老联盟点位扩容至7家,“始终要记得,我们所服务的客人,是那些最需要我们的人。”

一桩『亏本买卖』,十八年的坚持

华东医院职工食堂全年无休为老助餐

医线故事

■本报记者 李晨琰

香喷喷的四个菜出炉,在华东医院职工食堂后厨,饭菜的香气与烟火气交织在一起,香味四溢。每天上午,时针指向9点,静安区静安寺街道助老送餐车都会准时到达,这些菜品将通过街道配餐员进一步分装与配送,送抵各助餐服务点和老人家中。

让年迈的老人不必再为吃饭问题发愁,这口热腾腾的饭背后是华东医院的善意与责任。从2006年第一次送出35份盒饭,到如今每日接近400份盒饭,华东医院的“爱心助餐”已进入第18个年头。没落下一天,没耽误一顿饭,送餐量达200万份,累计受助老人1200余位。

每个人都会老去,善待老人其实就是善待未来的自己。在重阳节来临之际,记者走进华东医院职工食堂、静安寺街道乐龄家园助餐服务点,与参与者聊聊这顿热饭的“力量”。

给老年人做饭,不仅仅是多做一点

中午11点,当记者到达静安寺街道愚谷村助餐服务点,4张长桌上已坐了不少老人。待碗里的饭菜凉了一会,黄阿姨开始小口吃了起来,红烧大排、素火腿、榨菜黄豆芽、菠菜,一顿中饭十分丰盛。

静安寺街道是上海较早启动为老助餐的社区之一。在上海部分社区,助餐点只提供免费午餐,而这里从启动之初,就供应午餐和晚餐,且全年365天不中断。令人有些意外的是,第一家提供助餐服务的单位并非餐饮企业,而是华东医院。

走进华东医院职工食堂,每天上午结束爱心助餐的烹调工作,厨师们还要为全院2000多名职工开餐准备。记者看到,在职工食堂的每日菜单中,“乐龄家园”几个大字格外显眼。

“老法师”朱祥民是华东医院职工食堂厨师长,在这里工作了20多年,也见证着“爱心助餐”项目的起步与发展。

“给老年人做饭,可不是多做一点这么简单。”朱祥民说得认真,荤菜先烧起来,而蔬菜特别是绿叶菜下锅有严格时间要求,必须扣着助老送餐车9点到达的时间点,下锅太早或太晚,口味都差太多。

如何为老人合理设置菜单?医院也有更细致的考量。华东医院总务处处长焦昌安告诉记者,“老年人口腔分辨能力较弱,选择菜品时,刺多、带小骨头的食材尽量少选,放调料下手要轻,菜品要软一些。”

华东医院营养师与厨师们一起,翻着花样给老年人定制菜谱,葱油鸡腿、面筋塞肉、肉糜蒸蛋、宫保鸡丁、南乳肉、菠萝古老肉、芹菜目鱼、玉米虾仁……粗略统计将近50道菜,根据季节而变,每周不重样,营养均衡,口味清淡,到了节假日更有额外的免费加餐。

“适老化”菜单更贴合老年人的营养与口味需求,这份“舌尖上的温馨”也让不少老人竖起了大拇指。

亏本买卖没人做? 我们来!

一家医院缘何与助餐服务结缘?对于华东医院而言,这项坚持了18年的爱心项目,最初只是件分外事。

2006年,静安寺街道在中实新村腾出两套房,开出了静安区也是全市首家乐龄家园助老服务站,在全市范围内率先启动社区为老助餐服务试点。地方有了,谁来供餐?静安寺街道青凤老年生活护理服务中心原主任方佩儿找了不少餐馆,不想均遭到回绝,“餐费只有四元,每顿要四个菜,荤素搭配,这样的亏本买卖谁会做?”

无奈之下,方佩儿抱着试试看的想法找到了华东医院,这家以老年诊疗服务为特色的医院,对不少老人而言有着天然亲近感。令她没想到的是,医院并未多问便一口答应,“服务社区老人是好事,没人愿意接?这桩亏本买卖我们来!”

一餐饭投射出的温暖与力量比众人预想的更多。

黄老伯是静安寺街道助餐服务点的第一批顾客。他身患癌症加之爱人行动不便,吃饭成了这对老夫妻的大难题,不仅常靠面包充饥,还经常吃了上顿没下顿,助餐服务彻底解决了他的吃饭难题。当黄老伯第一次在助餐点吃上一口热饭时,他的眼眶湿润了。如今,他已90多岁,爱人已离世,一日两餐大多由助餐员送餐上门。方佩儿难忘他的话,“要不是你们,我可能就走投无路了”。

此后,越来越多老人提出,希望在社区搭伙。18年来,爱心助餐的供应不断加码,提升;在华东医院的带动下,酒店、敬老院也加入其中。华东医院也在两餐饭的基础上,于两年前开始供应老年人呼声较高的点心,如肉包、菜包、烧麦等。

截至目前,静安寺街道已在11个居民区内设立了7个乐龄助餐点。眼下,社区老年助餐服务场所已在上海遍地开花,与不少社区食堂相比,静安寺街道助餐点的餐费依旧延续着价廉物美特点,每餐四菜一饭的标准是15元,其中区政府补贴2元,老人支付13元。

采访时,有位老人告诉记者,从这顿饭中尝到的不只是美味,还有爱意。而一顿饭的含义也不只满足口腹之欲,更是一份善意的传递与延续。

街角食堂 随手公益

本报讯(记者王嘉旻)定期提取社区食堂经营收入中非老年顾客消费金额的2%,通过市老年基金会捐赠给辖区老龄办,用于服务特殊困难老人。在上海,社区食堂也能化身公益基金池,一日三餐烟火日常中,人们也能随手公益。

重阳节到来之前,坐落于环镇南路、莲花路交叉路口的闵行区虹桥镇银馨社区食堂正式开张。其中一项特殊设计就是公益基金池,让食堂成为流动的公益枢纽,并以公益积分兑换反馈用餐者爱心行为。

社区食堂为何要建公益基金池?运营方负责人鲁小锋道出缘由,让社区食堂的盈利反哺更多老人,特别是那些无法走到社区食堂的老人。以银馨社区食堂为例,其汇集起的爱心资金将向社区内长期卧床老人等特殊困难老年人定向投放。结合区域特点,这个公益基金池还能因地制宜,挖掘开发更多个性化的为老项目。



图为虹桥镇银馨社区食堂内用餐的老人。 本报记者 邢千里摄

■本报记者 苏展

换季时节,长宁区天山社区毛衣织补志愿者陈惠娣手头的“订单”来了不少。

新风小区,年逾古稀的独居老人张老伯翻箱倒柜地腾出厚实衣服:羊绒衫、毛线衣、针织衫……摊开一看,却发现衣服上蛀虫肆虐;毛线衫的胳膊窝下,被蛀出一个拳头大小的破洞。张老伯舍不得扔,干着急,居委会工作人员告诉他,“陈老师要来社区了”。

适逢九九重阳,针对居民区的织补需求,平时驻扎在固定点位,定时提供服务的两名织补志愿者,进社区为老人解“燃眉之急”。

缝补上门,为老人织就暖冬

陈惠娣退休前在科研单位工作,业余爱好缝缝补补。当了几年志愿者,摸索出一套织补门道,手艺远近闻名。天气一转冷,她的“案头”最多一次能堆起20多件衣服。尽管是小修小补,陈惠娣从不打马虎眼:缝补破洞要重复织线,厚薄较原样式难免稍许不同,她力求看不出缝补痕迹。羊绒衫的线又细又密,她特意买了一盏强光超亮头灯,照得细线根根分明。

几年下来,“陈老师”名头响了,社区老人们离不开她,如果在点位找不到陈惠娣,老人们还会打电话四处找她。“织补是慢工细活,大一点的破洞一天都补不好。”陈惠娣说,曾遇到一名老人,拿着妻子生前为他织的毛衣,衣服被蛀了十几个洞,请她缝补,“花了整整两天”。如今,她会叮嘱每一个前来缝补的老人,衣服要洗干净,叠起来的时候放块香皂;晾晒的时候最好阴干,免得着了花粉,又引来

虫蛀。天山路街道的这一为老服务项目施行数年,“社区老人多,对小修小补的需求体量不少。街道在综合为老服务中心设有固定点位,每个工作日一个项目,譬如家电维修、理发等贴近生活的小项目。由社区居民和小店业主志愿提供服务,目前这一志愿者队伍有十余人。”天山社区志愿者联盟站负责人黄慧说。

第六届进博会交通保障进入全面冲刺阶段 今年继续提供“四叶草”公交直达服务

本报讯(记者张晓鸣)第六届进博会国际进口博览会即将在上海举办,交通保障目前已进入全面冲刺阶段。记者从巴士三公司了解到,今年将继续为乘客提供“一站直达”服务,参展者乘坐71路中运量区间线和121路可直达“四叶草”——国家会展中心(上海)。

今年进博会期间,71路中运量区间线、121路两条常规公交线路将延伸会场周边停车场,届时乘客凭借进博会的相关证件就可以免费乘车。71路区间车延伸线将从黄陂南路直达进博会P5停车场,乘客下车后可以通过

就近的13、17以及18号门入馆。由于进博会期间P6停车场将用作出租车上下客站点,为此121路延伸线将与协上路甘溪路站直达进博会P8停车场。

据了解,今年71路中运量区间线共计配备12米区间车21辆,发车间隔为10分钟,预计每天可以满足3000多人次到达国家会展中心(上海),将有利于缓解展馆周边交通客流压力。

在P5停车场,中运量71路将设置双语导乘服务台。车场在进博会期间,每天安排2名导乘员为中外展商和观众提供现场指路服务,并将准备医药箱、雨披、热水、充电宝等应急物品。

“陕公大学堂”系列公益讲座在沪开启首讲

在“初心始发地”宣讲党的创新理论

本报讯(记者王宛艺)“陕公大学堂”系列公益讲座上海首讲,昨天在中共一大纪念馆初心教室举行。中国人民大学哲学院院长臧峰宇生动开讲,台下座无虚席,自发报名的校友们从四面八方赶来,仔细聆听、认真笔记。

“陕公大学堂”系列讲座是由中国人民大学联合各地校友会组织举办的主题活动,而中国人民大学前身“陕北公学”1937年诞生于抗日烽火中的革命圣地延安。昨天,公益讲座在全国21个城市同时开讲,中国人民大学多个优势学科的专家

学者从各个维度解读党的创新理论,帮助广大党员干部群众更好地用党的创新理论武装头脑,指导实践、推动工作。

臧峰宇以《“第二个结合”与中华民族的新使命》为题,思考中华优秀传统文化如何实现创造性转化、创新型发展。在他看来,具有历史连续性的中华文明的现代转型,是通过马克思主义基本原理同中国具体实际相结合、同中华优秀传统文化相结合而实现。

他认为,马克思主义哲学同中华优秀传统文化,这两种来源不同但相互契合

的观念体系在中国式现代化的实践探索中产生了“化学反应”,在有机结合中产生了一种新的文化生命体,拓展了中国特色社会主义道路的文化根基,让中国特色社会主义道路有了更加宏阔深远的历史纵深,促进了民族精神与时代精神的融合。

这一点,让台下的90后选调生潘溢产生了深深的共鸣。小潘目前在浦东新区宣桥镇季桥村挂职,他说,中国传统文化中饱含着开展各类工作的智慧。“在驻村工作中,我从李默烈士等红色故事中感

悟到了精神力量,并将立己达人精神融入到乡村振兴示范村建设的具体工作中”。

“这也是专家小课堂与社会大课堂同频共振的一次尝试。”中国人民大学相关负责人表示,希望通过通俗易懂、言简意赅、娓娓道来的生动阐述,启智润心、激扬斗志,形成辐射引领和示范带动效应。“坚持在实践中发现真理、发展真理,同时用实践来验证真理、检验真理,把论文写在中国大地上,让课堂走进基层、走进群众,为新时代中国特色社会主义伟大实践注入澎湃精神动力。”