

叫”“一键报警”，平台收到警情后立即安排人员前去查看、救助。

（五）一“心”多用让老有所乐

经改造而成的日间照料中心，经常充满了老年人的欢声笑语。中心一层为社区食堂和老年人室内活动场地。社区食堂提供午、晚两餐，由第三方餐饮企业提供餐食，确保食品安全，老人可以选择堂食或者打包带回家。

在其余时间，一层还做为社区开展文娱休闲的活动中心，春节“拍全家福”活动，合唱团、自发组建的老年大学办活动，老年人义诊和惠民体检都是在这开展的。“在这工作的姑娘现在是有所有老人的乖孙女，她向来活动中心的老人提供帮助，为他们拍照、搬桌子，关系处得可好了！”马文娟向记者介绍到。

二层为自助理疗区，配备了吸氧机、红外腿部理疗和脚部按摩机、艾灸座椅，可以为老年人提供康复理疗以及心理疏导等服务，老年人也可以在这个“托老班”交友聊天。

覆盖小区的智慧大脑——社区智慧平台也设置在二层。工作人员可以实时查看全小区的球形行为分析仪传回的画面，第一时间处置突发事件，同样，重要事项也可以通过社区智慧平台广播通知。

（六）用心用情感受老温情

“陪父母做的100件小事”和“健康活过100岁的100件小事”是中铁乐养发起的“双百”助老活动，让子女陪老人一件一件完成100件事情，让子女与老人养成100项健康生活的好习惯。

中铁乐养既是发起者、助力者，也是这场活动的受益者。作为子女，拉近了与老年人间的情感交流和物理距离。“随着清单里的事情一件件开展，你能够明显感觉到社区里面的戾气一下变小了。小区老人间、老人与家人间、居民与社区间的关系相处地也越来越融洽，我们在推进综合适老化改造的很多事情也得到越来越多的支持与理解。这正是政府提倡的社区自治的一个现实体现。这也是我们希望看到的社区适老化改造中的情感建设、精神面貌提升。”宋昕说到。

小区“小老人”服务团队，用暖心服务助力社区养老。“小老人”服务团队，目前由小区17名50-60多岁的年轻“小老人”组成。他们积极参与社区的志愿者活动，用行动让小区更美丽、更温暖。当下，无论是医院还是养老机构，护理人员都是处于市场缺口，护理人员难找、难留等问题更是普遍存在。“小老人”服务团队的出现，弥补了服务缺口，“小老人”都是社区邻里，彼此间熟悉。

今年3月20日，中铁乐养收到了一封来自小区80多岁范爷爷口述、女儿代笔的手写感谢信，他在信里感谢这群五六十岁的“孩子们”，“自从有了这个志愿者团队，咱们小区从以前的凡事无人问津变得事事有着落。”

“小老人”在参与社区日常志愿活动同时，还为70多岁、80多岁甚至90多岁的“老老人”提供上门送餐、取快递、送药陪诊等服务。通过几小时的服务获得一定的经济收入，收费由接受服务的老人子女或者使用方协商支付。在社区食堂的餐食档口，记者看到了54岁的“小老人”宋阿姨在帮忙准备餐食，她每天在两个饭点来食堂帮忙，按工作时长计算工资。

目前，“小老人”服务团队是中铁乐养社区养老运营服务的一部分，由其进行引导和培训管理。未来，“小老人”服务团队会发展成社区自治的一部分，由街道、社区进行体系化的建设和管理。

同时，在街道、社区的帮助支持下，中铁乐养完成了小区183名老年人的健康档案建立工作。在遇到突发事件，需要医护人员救助的时候，健康档案可以迅速调出，方便医护人员快速了解基础病，准确判断病情，不耽误救治。

改造后李家村东院小区，老年人遇到问题可以找物业、找“小老人”服务团队，还解决不了的可以反映给社区。社区与中铁乐养又是联动共行，一起为小区居民提供服务，让“小事”不出社区、解决在基层。有了社会力量的加入，提高服务质量的同时，又提高了解决效率，事事有着落、件件有回音。

社区适老化改造的未来图景

中铁乐养在推进李家村东院小区综合适老化改造试点的过程中，积累了一批老年群体实际需求和开展社区适老化改造的经验做法。对于中铁一局集团而言，这



合唱团在日间照料中心室内组织活动