

三年汇聚三千银龄族 杭州这个退休活动社群火出圈



退休姐姐们各展风采。受访者供图

本报讯(记者 徐雨阳)6月15日上午,杭州市西湖区一间录音棚里满是欢声笑语。十几位妆容精致、穿搭时髦的退休姐姐齐聚于此。录音棚内,60后周阿姨和搭档配合默契,一遍遍打磨和声。

这群追逐音乐热爱的银龄长辈,都来自杭州“乌托邦”退休社群。撑起这个千人退休社交平台的,是一名杭漂80后李惠,社群的哥哥姐姐们总是亲切又俏皮地喊他“帮主”。

“帮主总能发掘各类新奇的活动,唱歌、徒步、桌游样样

齐全,我几乎场场不落。”合唱团团长、退休教师包姐说。

“我大学毕业后就一直在外面打拼,很少陪伴退休在家的父母,也亲眼看见其他长辈退休后赋闲在家。”李惠由此想到,绝大多数刚退休的中老年群体可能都有同款烦恼:想出门散心,却找不到志同道合的伙伴……2023年5月,他抱着试一试的心态,在社交平台发布招募帖,想要打造一个专属于50后、60后、70后退休人群的社交平台。

意料之外的是,首条招募

帖就吸引了三四十位长辈报名。同年6月,社群正式落地。如今已搭建15个专属群聊,总成员突破3000人。

为什么将社群取名“乌托邦”?李惠解释,他想为退休人群打造一片干净纯粹、没有纷扰的晚年舒适圈。

“自从加入社群之后,我跟上大学的孙女成了‘同好’。”62岁的王姐如今已经是“资深玩家”,无论是用无人机航拍还是用AI制作短视频,都是手到擒来。

“最疯狂的一次是在12月的凌晨4点去爬太子尖看日出。”李惠说,这个想法酝酿了好多年,“没想到居然和60后姐姐们一起成功打了卡。”

“银发经济想要长久发展,双向信任、双向奔赴很重要。”李惠说,社群所有活动一律AA制,市内短途活动采用群友拼车模式;远途旅行统一对接正规旅行社,保障出行质量;每一场户外出行,李惠都会提前为全员购买意外险,筑牢安全防线。全程账目公开清晰,没有隐性消费。

慈溪市 全龄友好食堂启用

本报讯(通讯员 何晨薇 黄克纯 叶俊 茹盈盈 记者 翁云霁)6月18日中午,宁波慈溪市首家村级全龄友好食堂在观海卫镇卫东村开门迎客。83岁的韩万迷刚到门口,志愿者小孙就迎上去,将他带到了食堂。

为照顾行动不便的老年人,在取餐口前,食堂工作人员将菜品仔细打到餐盘内。据介绍,卫东村这个全龄友好食堂收费标准是60周岁以上的8元每餐,60周岁以下10元,一荤一素一汤。

江山市 “313131”真管用

本报讯(共享联盟·江山凉量 家豪 通讯员 智璇)近日,江山市上余镇塘岭,年近八旬的孤寡老人周娜宜感到肺部一阵阵剧烈的憋闷。他指了指桌上那张粉红色的“连心卡”,卡片上“313131”几个数字格外显眼。邻居立刻会意,用手机拨通了这串号码。

接到热线转办后,塘岭一村村干部闻令而动,驱车赶至老人家中。他们将老人搀上车,同时拨通了联村医生的电话。极速响应,贴心照料,这是今年5月上余镇开通“313131”便民热线的生动注脚。

天台县 金融反诈进乡村

本报讯(通讯员 庞诗娴)近日,天台南屏社工办联合妇联、城建办,组织志愿者、网格员开展全覆盖、接地气的防范非法金融活动专项宣传行动。

此次宣传活动线上线下同频发力,既接地气又入人心,切实增强了农村群众特别是老年群体对非法金融活动的“免疫力”。

不增加基层工作负担 不重复现有职能 北仑打造“家门口的银龄快乐圈”

本报讯(许南涛)6月14日下午,宁波市北仑区新碶街道一个居家养老服务中心里,几位老人围着一块手机屏幕学拍短视频。68岁的陈阿姨举着手机,对着镜头笑呵呵地说:“老姐妹们看看,我今天学会加字幕啦!”

这类新技能学习课程,是北仑区民政局新近推行三级银龄服务体系中的亮点。该局坚守“三不原则”:不新建独立实体阵地、不增加基层工作负担、不重复现有居家站点的职能,创新打造轻量化、嵌入式养老服务模式。当地依

托各街道、社区的现成阵地,嵌入式设置、共享式运行、柔性化服务、轻量化运营——一套“区—街道—村社”三级银龄服务体系。

陈阿姨笑着说:“以前白天在家闲着无聊,现在有了社区活动室,天天都有好去处。”陈阿姨说,活动室不仅有丰富的文娱活动,还贴心开设各类数字生活、健康养护公益课堂,涵盖手机挂号、居家自测血压、规避养生误区等实用内容。

与此同时,区民政局与各街道服务站建起常态化联动

机制,每月策划全区标准化银龄活动,由街道承接落地。

“我们的工作核心很简单,就是换位思考、倾听需求。”一位街道联络员坦言,新时代的养老服务,早已跳出“单向供给”的固有模式,不再是“我们提供什么,老人接受什么”,而是精准聚焦老年群体的真实诉求、兴趣喜好,按需供给、贴心服务。

北仑银龄社区站点,尝试通过“多放一把椅子,多亮一盏灯,多开一扇门”,让老年人拥有家门口的银龄快乐圈。