

2024年国办1号文,聚焦银发经济

新华社记者 陈炜伟 严赋憬

国务院办公厅近日印发《关于发展银发经济增进老年人福祉的意见》,这是国家出台的首个支持银发经济发展的专门文件。

实际上,2024年开年,1月5日的国务院常务会议,就研究了发展银发经济增进老年人福祉的政策举措。不久,意见就作为国办2024年1号文件对外发布。

国家为何这么重视发展银发经济?

一方面,这是应对人口老龄化、实现人民对美好生活向往的必然要求。我国60周岁及以上老年人口有近3亿人。专家预测,一直到本世纪中叶,我国老龄化程度将不断加深。基本国情决定了我们必须重视不断增进老年人福祉,让老年人共享发展成果、安享幸福晚年。

另一方面,人口老龄化也蕴含着发展新空间。面向老年人及家庭的银发经济,有望成为推动国内经济高质量发展的新支柱。银发经济涉及面广、产业链长、业态多元。据相关测算,目前,我国

银发经济规模在7万亿元左右,占GDP比重大约为6%。到2035年,银发经济规模有望达到30万亿元左右,潜力巨大。

“银发经济”不是新名词了,值得关注的是,这次意见对银发经济作出明确定义:向老年人提供产品或服务,以及为老龄阶段做准备等一系列经济活动的总和。

这也意味着,虽然老年人是银发经济活动的主体,但发展银发经济兼顾“为老”和“备老”,具有很强的前瞻性。

纵观这份意见,以人民为中心的发展思想体现得非常充分,特别是突出老年群体关注的重点领域、薄弱环节。

做饭太麻烦,吃饭将就一下;腿脚不方便,医院能不去就不去……日常生活中,我们常常听到老年人诉说诸多不便。

为了解决老年人的急难愁盼,意见提出一系列切实措施。比如,外卖平台、物流企业可以参与老年助餐配送,方便老年人足不出户就吃上放心饭,同时还支持各地按规定对享受助餐服务的老年人给予补贴或发放老年助餐消费券。此外,生活用品代购、家政预约、代收代缴、

挂号取药等老年人生活服务有望得到更好满足。

针对老年人关心的日常活动场所较少等问题,意见也有详细部署,并首次明确新建居住区按照人均用地不少于0.1平方米的标准分区分级规划设置社区养老服务设施。国家还将建设改造一批社区便民消费服务中心等设施,打造一批让老年人放心消费、便利购物的线上平台和线下商超。

除了日常生活需要,老年人也希望日子过得更有品质。

冬日的海南三亚,老年康养中心一房难求;安徽池州,600多所老年大学为老年人提供丰富艺术课程;辽宁沈阳的北陵公园,玉带河天然冰场上,老年人冰球竞技好不热闹……

面对老年人需求结构逐步从生存型向发展型转变,意见提出了建设国家老年大学,发展面向老年人的文学、广播、影视、音乐、短视频等内容行业,加强球类、棋牌等活动场地建设等系列措施。

从实物到服务,再到文化、艺术、体育、休闲等,国家更加重视老年人的多层

次多样化产品和服务需求,不断提高老年人的幸福感。

高品质的需求,需要高品质的产品和服务供给。

规划布局10个左右高水平银发经济产业园区,培育银发经济领域龙头企业,着力培育和发展智慧健康养老、康复辅助器具、抗衰老、适老化改造等一批未来前景明确的潜力产业……国家聚焦培育高精尖产品和高品质服务模式打出组合拳。

当下,围绕适老化改造、智慧健康养老的新技术新产品不断涌现:一键通呼叫、智能烟感等设备,为老年人提供监测、预警等自动化服务;智能护理机器人、家庭服务机器人等前沿产品加快落地;智能升降沙发、防走失定位鞋、气囊防摔衣等全方位呵护老年人生活……

可以期待,随着意见的出台和落地实施,能满足老年人更多个性化、品质化需求,银发经济将迎来快速发展、成色十足的新阶段。

新华社北京1月17日电

老人冬季胃肠道保健要注意这些

新华社北京1月17日电(记者李恒)当前正值一年中最寒冷的季节,人体本能地希望摄入更多热量,贮存脂肪来增强御寒能力。专家提示,这个时期尤其是老年人可以通过合理的饮食选择和保健方法,增强身体免疫力,健康安全过冬。

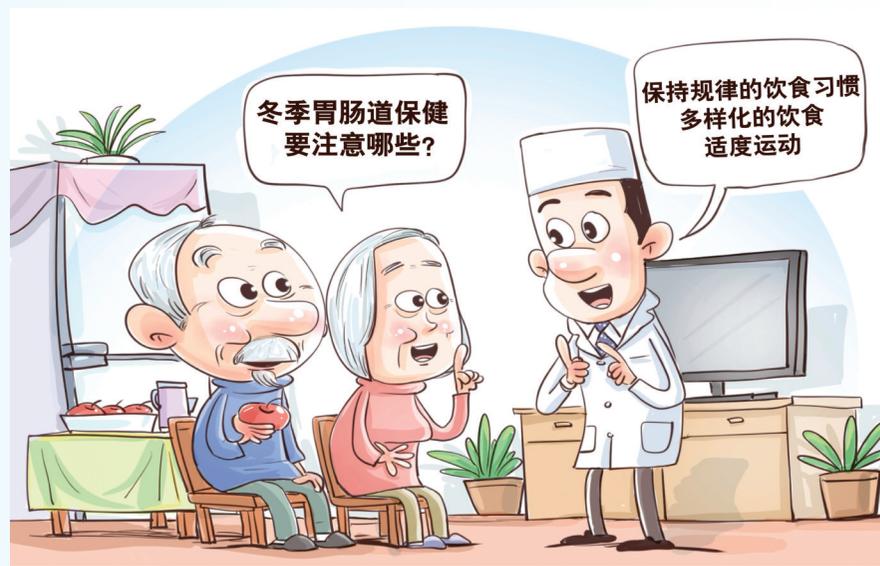
“随着气温的明显下降,老年人新陈代谢会更加缓慢,脾胃功能相应减弱,胃肠道的蠕动也会减缓,可能导致食物在胃肠停留时间延长,增加老年人消化系统负担。”北京医院消化内科副主任医师刚锐表示,由于季节原因,部分老年人可能还习惯吃油腻辛辣食物,这些食物可能会对消化系统造成额外压力,导致反酸、烧心、胃痛、腹胀、腹泻等。

对老年人而言,冬季胃肠道保健要注意哪些?专家提醒,保持规律的饮食

习惯有助于维持消化系统的健康,建议老年人每天定时进食,避免过度饥饿或过饱;多样化的饮食有助于身体获取所需营养,老年人可以适量摄入蔬菜、水果、全谷类食物、蛋白质、坚果等;适度运动有助于促进肠道蠕动,改善消化功能。

刚锐特别提醒,胃炎患者应避免刺激性食物和饮料,如辛辣食物、咖啡、酒精等;胃溃疡患者需要避免过度油腻和辛辣食物;腹泻患者应保持清淡饮食;食管管反流患者应避免甜、腻的食物。

北京协和医院临床营养科主任于康提示,要遵循“食不过饱”原则,尽量保持食物清淡,少油少盐。此外,保持良好的生活习惯,包括充足的睡眠、减少压力、避免过度饮酒和吸烟等都有助于维持消化系统的健康。



专家支招

新华社发 王鹏 作

我国建成家庭养老床位23.5万张

我国目前通过开展居家和社区基本养老服务提升行动项目,已累计建成家庭养老床位23.5万张,为41.8万老年人提供居家养老上门服务。在1月14日召开的2024年全国民政工作会议上,一组数据吸引记者注意。

家庭养老床位是一张什么“床”?

据介绍,家庭养老床位就是把养老服务机构专业照护服务向家庭延伸,从而缓解老人特别是失能老人家庭养老难题。

在我国,九成以上老年人倾向于居家养老。但对于一些失能、半失能老人来说,在家虽有儿女环绕,却少了专业照护,翻身、吃饭、洗浴等“小事”却是一家人的“难事”。

另据统计,我国60周岁及以上老年人口有2.8亿人,截至2023年三季度全国各类养老机构和设施床位820.6万张。

仅靠养老机构无法满足需求。

在这一背景下,家庭养老床位的诞生,让老年人不出家门就能享受到专业机构的服务,减轻了家人照护负担,缓解“一人失能、全家失衡”局面。

同样是送服务上门,家庭养老床位与普通的家政服务相比,有什么区别?

中国老年学和老年医学学会社区居家养老分会副会长郑志刚介绍,家庭养老床位这一服务模式送来的服务由养老护理员等具有专业资质的服务人员提供,更符合失能老人需求。老人生活场所也将进行专门的适老化、智能化改造。从简单实用的卫生间扶手到科技感满满的智慧养老服务设备,小小改造让家的港湾更温暖。

记者了解到,家庭养老床位是“十三五”时期国家开展居家社区养老服务改革试点中产生的创新举措。“十四五”时

期,民政部、财政部联合开展居家和社区基本养老服务提升行动项目,拿出“真金白银”为项目地区符合条件的经济困难的失能、部分失能老年人建设家庭养老床位,鼓励探索失能老年人居家养老专业照护模式。

当前,家庭养老床位服务模式尚属试点阶段,要进一步普及推广还有诸多难题待破解。

“原本在一家机构中,一个工作人员可同时照护两到三名老人,但若提供上门服务,就要付出更高的时间成本。这就需要建立更可持续的发展模式,提高养老服务机构参与热情。”郑志刚表示。

此外,如何降低工作人员交通意外风险、服务纠纷风险、如何确保服务质量更好维护老年人权益等问题也急需政府部门和养老服务机构共同破题。

记者了解到,各地在试点过程中,结合实际情况,交上了各自“答卷”。

为了点燃养老服务机构参与热情,四川省眉山市按照每户不高于2500元的标准,对家庭照护床位建设经费给予补助,并对规模化、品牌化发展的家庭照护床位实行“以奖代补”。通过这一举措,已带动培育数十家养老服务企业。

为了让老人享受到更实惠的服务,北京市石景山区将养老家庭照护床位项目与长期护理保险制度试点深度融合。参与长期护理保险的老人可在一定范围内报销70%至80%居家护理服务费用。

民政部相关负责人表示,下一步,将通过完善标准规范,进一步明确家庭养老床位功能定位、服务内容、服务质量等,做好风险防控,切实解决居家失能老人专业照护需求,并推动形成可持续发展模式。

转自新华社