

温度 热度 力度

“未来我们如何养老”系列报道

# 一张养老服务清单能带来什么？

□本报记者 张莎

“胡婆婆，您可以按照您的需求在清单上勾选您需要的服务。”5月11日，大渡口区跃进村街道钢堰社区八旬老人胡婆婆家中，老人在社区工作人员的讲解下，一项一项了解《养老服务目录清单》上的养老服务内容。经过一番思考，她认真勾选了适合自己的上门保洁、上门测量血压血糖等7项服务。胡婆婆说：“我们老年人能享受这么多服务，哪些免费哪些收费清清楚楚，居家养老心头更稳当了。”

2021年底，《中共中央、国务院关于全面加强新时代老龄工作的意见》中，首次在中央层面部署建立基本养老服务清单制度。基本养老服务清单是什么？能为老人带来什么？记者就此专访了市民政局养老服务处相关负责人。

## 10余项基本养老服务列入市级清单

该负责人介绍，基本养老服务是由政府主导提供、满足老年人基本养老需求的服务，基本养老服务清单制度是通过列清单的方式来明确基本养老服务谁、怎么服务、由谁提供服务这些问题，将进一步明晰政府、家庭和社会在养老服务的权利和义务，推动养老服务内容和项目的不断丰富，进一步推动政府加大财力投入，养老服务市场将进一步激发，共同支持老年群体享受有品质的基本养老服务。

他透露，制定基本养老服务清单是“十四五”时期养老服务重点工作，国务院也正在拟定基本养老服务相关文件。各地都做了一些探索和试点，我市前期也做了一些基础性工作。

目前，按照兜底、特殊和全体老年群体三个类型，重庆做了“三张清单”。一是聚焦特困对象、强化政府主责，不遗余力推进兜底型养老服务“人人保障”，着力于基本供养补贴提标，城乡特困人员的补助标准提高到



二〇二二年五月四日，重庆市高新区香炉山街道养老服务中心，护士正在护理老人。  
通讯员 赵杰昌 摄/视觉重庆

827元/人；着力于基本供养设施提档，529家乡镇敬老院提档升级改造；着力于失能特困人员基本照护提质；新增失能照护中心60家。二是关爱困难群体、强化政府主导，尽力而为推进救助型养老服务“人人受益”；推进城市老年人基本照顾服务；推进农村留守老年人基本关爱服务；推进失能老年人长期照护基本服务；推进老年人居家适老化改造。三是面向全体老人，强化政企联动，量力而行推进普惠型养老服务“人人可及”。探索建立全覆盖的社区普惠服务平台；探索建立可负担的基本普惠服务；探索建立有温度的基本普惠政策。

此外，在2021年版本的基本公共服务清单之中，我市还将老年人福利补贴、老年人健康管理、职工基本养老保险、城乡居民基本养老保险等4个项目作为基本养老服务。

“但是，这些还远未达到新时代老年人享受基本养老服务的要求。”该负责人透露，

下一步，重庆将按照国家标准基本养老服务的要求，完善在特困老年人兜底保障、特殊老年人关爱、高龄津贴、高龄失能养老服务补贴、特困人员护理补贴、长期护理保险、健康管理、助餐、助浴、助医、法律援助、文化教育、居家照护技能培训等10余项基本养老服务清单。同时根据经济社会发展水平、财政状况、养老服务需求变化等情况适时调整完善、动态调整，力争将部分基本养老服务清单项目纳入市级财政预算。

## 以需求评估推动“清单”建立

“建立基本养老服务清单的前提是对老年人能力进行综合评估，从而确定老年人需要的服务项目和补贴标准。建立养老服务需求评估尤为重要和紧迫。”该负责人介绍，合理精准的评估将最终提高需求与服务之间的匹配效率，提升老年人满意度，最终落实基本养老服务清单制度。



## 一周热点排序

事项分类	占比
1 劳动人社	15.56%
2 市场监管	6.16%
3 交通运输	2.94%
4 治安管理	2.19%
5 生态环境	2.04%
6 城市管理	1.76%
7 区县服务	1.73%
8 民生服务	1.17%
9 商贸经济	0.83%
10 民政社区	0.78%



## 这些事解决了

### 公园河边烧烤污染环境 加强巡查

市民来电反映：巴南区巴滨路阳春湿地公园内，有人在河边烧烤，污染周边环境，希望相关部门进行处理。

巴南区城市管理综合行政执法支队回复：经排查情况属实，执法人员立即对市民进行了劝导制止，宣传相关法律法规，恢复场地面貌，后续还将加大巡查力度，倡导市民爱护环境，维护市容秩序。

### 人行道化粪池污水溢出 调查清掏

市民来电反映：南岸区长生桥镇盛路江山水岸公租房三组团附近的人行道上，有化粪池污水溢出现象。

重庆经济技术开发区管理委员会回复：经核实污水溢流系沿街商铺未及时清掏所致，沿街各商铺集资已对隔油池及相连小区排水管网进行了清掏，现已恢复正常。

### 行道树断裂悬挂半空 加强管护

市民来电反映：大足区龙岗街道南门广场丰大商行附近的道路上，行道树断裂悬挂在半空，存在安全隐患。

大足区园林管理所回复：相关工作人员立即前往现场查看，现已处理完毕，管理后续将加强行道树管护工作，进一步改善人居环境，提升城市形象。

### 运渣车产生道路扬尘 严格处置

市民来电反映：万州区长江二桥至恒森亲水台小区方向的道路上，运渣车经过时产生道路扬尘，影响环境卫生。

万州区陈家坝街道办事处回复：该路段渣土车为海城集团施工项目车辆，街道工作人员联系项目部负责人，要求严格按车辆密闭规定执行处置，目前道路已无扬尘现象。

### 道路垃圾无人清理 巡查清扫

市民来电反映：长寿区凤城街道三峡路社区创业街23号楼旁道路上，垃圾暴露无人清理，希望核实处理。

长寿区凤城街道办事处回复：经核实情况属实，已安排人员对该处的垃圾进行了清理，并将加强后期的日常巡查清扫工作。

### 人行道出现大量千足虫 科学防治

市民来电反映：垫江县桂溪街道明月大道北段九棠府附近的人行道上，出现大量千足虫，希望核实处理。

垫江县园林绿化发展中心回复：我县降雨后气温升高，致使千足虫大量繁殖，现已安排清理千足虫，并对行道树和绿地打药，后续将采取“全面喷洒+重点防治”办法，对辖区内主次干道及街头游园、花坛绿地等行道树进行集中、科学防治。

### 人行道路灯井盖冒烟 整修恢复

市民来电反映：涪陵区黎明路街生大药房附近人行道上的路灯井盖有冒烟现象，希望核实处理。

涪陵区城市管理服务中心回复：经巡查该路灯井盖内被污水倒灌，导致电线短路冒烟，工作人员已对该处进行整修，现已恢复正常。

(记者 崔曜)



## 这些事还没解决

市民来电反映：秀山县青田镇水车村的老旧房屋长期不通水电，也未完善公路修建，村民出行不便，希望核实处理。

市民来电反映：九龙坡区万金路宝驹宝马5S店附近围墙有裂缝，存在倒塌的风险，希望核实处理。

市民来电反映：渝北区龙溪街道武陵路依云雅筑小区出现大面积沉降，且小区电梯也频繁故障，多次向物管反映未果，希望核实处理。

(12345提供 截至5月11日止)

## 基层探索

### 渝北区 聚焦居家失能老年人 开出20余项养老服务清单

近日中午，家住渝北区双龙湖街道龙达街85岁的刘爷爷像往常一样，在家中等候着午饭的到来。粉蒸肉、糖醋鱼、土豆丝……按时收到热气腾腾的饭菜，老人露出满意笑容。刘爷爷是一名患有听力障碍的中度失能的低保户，双龙湖街道养老服务中心工作人员在走访中了解到他有上门送餐的需求后，为其办理了普惠服务项目家庭养老床位服务包，每月按需开展8次上门送餐服务和照料服务。

目前，渝北区已针对居家、失能老年人开出20余项养老服务清单，已为双龙湖街

道、龙山街道的40余名中度、重度失能老年人办理了家庭养老床位服务包，提供一对一或二对一的照护服务，为龙溪、龙塔、仙桃等7个街道的104名老人提供生活协助、家庭适老化改造、慢病康复等“点餐式”的普惠服务670人次。此外，还为最低生活保障家庭中的失能老人或80周岁及以上的失能老人开展托底关爱，目前已提供紧急救援、定位服务、生活信息咨询等居家养老服务10万人次。通过普惠服务、托底关爱等实实在在的“干货”，稳稳托起了老年人的幸福感和获得感。

### 渝中区 落实“两项”清单 增强老人获得感幸福感

“想要丰富业余生活，可以到社区学习特色课程；不想买菜做饭，随时去社区食堂享受卫生、可口、平价的饭菜。现在按需定制服务，晚年生活非常幸福。”受益于“两项”养老清单的67岁“老渝中”李华有感而发。

据了解，2021年，渝中区整合现有老年人优待政策形成《渝中区基本养老服务政策清单》，聚焦老年人多层次、多元化养老服务需求，建立助餐服务、助医服务、助浴服务、助娱助

学、老年关爱等5大类15项普惠性的《渝中区基本养老服务清单》，实现从重点兜底保障向普惠关爱发展，让全区老年人共享社会经济发展成果。

2021年，“两项”清单已惠及渝中老人6万余人次。

同时，渝中区还把“两项”清单中的助餐、助浴、助医、助学列入2022年渝中区15项重点民生实事，积极回应人民美好生活需求，不断提升市民获得感幸福感安全感，让老年人老有所养、老有颐养。

## 美好生活热线

# 掌握这些急救技能 关键时刻能派上用场

□本报记者 张莎

吃东西被食物卡住气怎么办？见到有人心脏骤停该怎么急救？遇到家庭火灾、电梯事故、自然灾害等时如何逃生？各类灭火器如何正确使用？

意外的发生往往不可预料，但急救的技能，却能在危急时刻派上用场。5月8日是“世界红十字日”，今年活动的主题为“生命教育，人道伴行”。重庆日报美好生活热线记者日前跟踪采访了由重庆市红十字会主办、渝北区红十字会承办的沉浸式生命安全教育网络直播活动，学习这些重要技能。

### 对付气道异物梗阻 试试“生命的拥抱”

气道异物梗阻是生活中的常见意外事件，“海姆立克法”被称为“生命的拥抱”，是目前世界上公认有效的抢救方法之一。

“进餐时过于急促或大声说笑，有咳嗽、吞咽功能障碍的老人，口含异物嬉戏打闹的儿童，都可能出现异物进入气道，阻塞呼吸，快速进展为窒息、昏迷、心跳骤停，若不及时干预，会迅速导致死亡。”重庆市护士学校教师、中国红十字会注册救护师黄晓斌说，为了以防万一，推荐市民都来学习“海姆立克法”。

黄晓斌介绍，“海姆立克法”的原理是冲击腹部一膈肌下软组织，产生向上的压力，压迫两肺下部，从而驱使肺部残留空气形成一股气流。这股带有冲击性、方向性的长驱直入于气管的气流，能将堵住气管、喉部的食物硬块等异物驱除，使人获救。

使用方法为：施救者位于伤者身后，一腿置于伤者两腿之间，弓步，身体贴近伤者后背。施救者一手握拳，拳眼对准伤者上腹部(肚脐以上两横指)，另一手抓住拳头，用力快速往后上方冲击，直到异物排出或伤者失去反应。



红十字会急救培训师现场示范心肺复苏急救。(红十字会供图)

### 有人心脏骤停 快抓住黄金四分钟

据统计，全世界每年约有700万人死于心源性猝死，我国平均每天有1500人死于心脏骤停。科学实践证明，在人的心跳呼吸骤停的4分钟内进行有效抢救，病人复苏成功率有60%。

如何争取黄金四分钟，快速及时有效地进行抢救？

重庆市护士学校教师、中国红十字会注册救护师刘维贤说，当发现有人倒地时，首先要对其进行基础生命体征的评估，判断意识、呼吸、心跳等。意识判断为拍打肩膀，并呼叫“喂，喂，你还好吗？”观察有无应答；呼吸判断观其胸廓是否有起伏，无起伏表示呼吸停止；脉搏判断是触摸颈部动脉(喉结旁开两指)，看是否有搏动。

刘维贤介绍，在判断确定为呼吸心脏骤停后，应立即进行心肺复苏术，分三步快速及时有效地进行抢救：一是快速呼救，立

刻拨打120；二是徒手进行胸外按压，维持心脑等重要器官的供血；三是打开气道，进行人工呼吸。

如何进行胸外按压，刘维贤说，按压的时候，首先把一只手放在对方两乳头中间连线的位置，用另外一只手紧压在手背上，翘起所有手指，尽量保持掌根是按压在患者两乳头中间的连线位置。按压的深度大概是5厘米到6厘米，按压频率大概是一分钟按压100次到120次。每按压30下就进行两次人工吹气。人工呼吸可采用口对口方式，捏住对方的鼻孔，深吸一口气后贴紧对方的嘴，用力向嘴内吹气，对方胸廓有起伏才表明人工呼吸有效。

### “怎么使用灭火器四口诀” 提拔握压

火灾的发生迅速而致命，随着现代化消防体系越来越健全，各大公共场合及居民住所都配备了相应的消防设备。可是，你会用吗？

渝北区消防支队中级专业技术职务干部朱小杨介绍，使用干粉灭火器有“四口诀”：提拔握压。提——提起灭火器；拔——拔掉保险栓；握——握住喷嘴；压——压下压把。

她详细介绍，使用灭火器的第一步是，先提起灭火器看看灭火器压力表指针是否在绿色区域，绿色表示灭火器可以正常使用，红色表示没有压力无法使用，黄色表示压力过高存在危险。第二步拔出插销，在拔出插销的时候应该注意不要压着把手，要用手托着这样才能轻松拔出插销。

朱小杨说，灭火器最佳使用时期是火灾初期，也就是火灾刚刚起来的时候，一旦等到火完全烧起来再进行灭火是非常困难的。此外，家庭安全隐患最常见的地方还是厨房，“厨房是使用明火进行作业的场所，若操作不当很容易引起泄漏、燃烧、爆炸”。

### 火场如何逃生 弯腰低头别坐电梯

发生火灾后如何逃生？朱小杨表示，在火灾中最危险的因素其实是浓烟，因此在逃生过程中正确的做法是弯腰低头快速通过，并用湿毛巾捂住口鼻防止吸入过多烟雾导致窒息。

她提醒大家，火场逃生时切不可乘坐电梯，一旦断电被困电梯中，将面临着生命危险。在乘坐电梯遭遇突发故障时正确的做法是，保持冷静，通过手机或电梯内报警按钮与外界取得联系，让专业人员与救援人员前来救援。在等待救援过程中，将电梯按键从高到低依次按下，防止电梯突然坠落，当电梯突然出现异常晃动时，应做好防冲坠姿势，避免受伤。

朱小杨说，市民平时可学习一些简单实用的逃生绳结，如双平结、八字结、渔人结、连续单结等。如果楼道充斥着浓烟，且楼层不高的情况下可以用床单被套等制作简易绳索从窗外逃生。