年轻人住进养老院：“代际共居”带来哪些新变化

年轻人住进养老院，陪老人聊天、散步，以志愿服务换取低价或免费住宿。一边是青年的住房需求，一边是老人的陪伴需求，两者在“同一屋檐下”找到了新的结合点。

近年来，从浙江、江苏到广西，多地陆续开展“代际共居”助老志愿服务探索。这种新模式给两代人带来了哪些变化？记者进行了调查。



“代际共居”志愿者梁银霞陪老人练习书法（受访者供图）

双向交流 两代人温暖相伴

午后，在广西南宁市五象养老服务中心，一堂创意绘画课正在进行。“90后”志愿者梁银霞为老人们准备绘画工具，耐心讲解绘画步骤。平日里，她还会陪老人散步、读新闻，教他们使用智能手机。

今年8月，梁银霞成为这里首名“代际共居”志愿者。曾在医院从事4年护理工作的她，2024年刚转行做律师。考虑到养老院距离工作地点不远，又能通过志愿服务减免房租，她决定报名参加。

“代际共居”，又称为“跨代共居”，指年轻人入住养老机构，通过开展文化娱乐、结对陪伴、生活协助、健康宣讲等志愿服务，换取低价或免费住宿。

住进养老院后，梁银霞发现，与老人建立信任并不容易。随着相处日久，老人才渐渐向她敞开心扉，讲述自己的过往。“老人们积累了一辈子的阅历和智慧，只有真正走近他们，才能有所体会。”梁银霞说。

这是一场双向的情感交流。83岁的李奶奶说，年轻人来了，平日里多了说话的伴儿。上活动课时，自己常跟不上视频教程，有年轻人在一旁讲解，学起来容易多了。

类似的故事也发生在浙江缙云县。江苏青年吴炜枫2024年8月来到当地一家医院工作。当他得知医院附近的养老院职工宿舍有空房，每月抽出时间陪伴老人就能享受租金优惠，便报名入住。

“起初不知道该怎么开口，反倒是老人主动过来问我的情况。”吴炜枫说，从陌生到熟悉，这段经历让他收获的不只是住房实惠。如今，面对家里的长辈，他也多了一份耐心，更懂得如何与他们相处。

在杭州滨江绿康阳光家园，“90后”邱少奇最初因免房租而来，后来却因结识了一群“老朋友”而舍不得离开。在机构开设的“不老讲堂”，青年教老人用AI工具，老人则分享工作经历和老杭州记忆。

“年轻人住进来，院里笑声多了不少。”光大百龄帮缙云养老院负责人胡杨方说。

从“住”到“助” 多地探索共居新模式

“代际共居”模式正在多地开展试点探索。去年，南宁市4家养老机构入选“代际共居”试点；缙云县自2024年启动试点以来，光大百龄帮缙云养老院累计已有95名青年入住，目前在住13人。

记者调查发现，各地正围绕人员招募、服务管理、激励保障等环节，探索将青年居住需求转化为助老服务供给的运行机制。

首先是以优惠住宿吸引青年参与。今年6月，南宁市五象养老服务中心面向22至40岁、在南宁无自有住房等符合条件的青年招募志愿者；每月服务30小时抵扣500元租金，40小时抵扣750元，满50小时可全额减免1000元租金。

缙云县向18至45岁的志愿者开放部分养老机构闲置职工宿舍，按每月服务10小时、20小时、30小时，分别减租200元、500元及全部房租。杭州滨江区部分养老机构开展“多代同楼”项目，每月服务不少于10小时即可免费居住，部分青年一年可节省约3万元房租。

有了时长约定，还得让陪伴落到实处。五象养老服务中心副主任黄子彪说，机构优先考虑具有社工、医护、心理、法律等专业背景的青年，兼顾服务热情与专业素养。入住后由社工、护理人员全程指导，对志愿服务实行登记管理、定期评估，并根据各方反馈动态调整服务安排。

管理既有要求，也留有弹性。梁银霞今年8月完成30小时服务，9月因工作繁忙、身体不适，实际服务26小时。考虑到她的身体情况，机构允许将剩余4小时延至10月补足。“既要保证志愿服务质量，也要考虑年轻人的实际情况。”黄子彪说，只有把双方需求协调好，互助关系才能持续。

一些地方还将探索延伸至更广泛的代际互助。缙云县在全县24家养老服务机构试行志愿服务“时间储蓄”，每服务1小时积15分，较高难度项目积分更多。积分既可兑换养老服务、日用物资，也可转赠给直系亲属，全县通存通兑、长期有效，目前已有超过1000人报名参与。

缙云县人民医院临床规培人员朱盼盼就有一本“时间储蓄”存折。一次两小时的服务结束后，工作人员盖章记入40分，服务内容、服务时长、存入支出、账户余额等均有记录。“这一笔笔积分，相当于为这份温暖留下了凭据。”朱盼盼说。

让跨代陪伴走得更远

近年来，国家层面持续加强养老服务政策引导。2023年印发的《关于推进基本养老服务体系建设的意见》提出引导社会互助共济；2025年发布的《中共中央 国务院关于深化养老服务改革发展的意见》提出发展助老志愿服务、探索建立养老志愿服务时间储蓄管理制度，为“代际共居”等养老互助探索提供了政策指引。

记者调研了解到，“代际共居”能为养老服务增添新活力，但要让青年长期参与、老人持续受益，仍需解决一些现实问题。

多名受访老人说，比起偶尔参加一次热闹的活动，他们更希望有人常来坐坐，耐心听他们说说话，让陪伴融入日常。然而，老人对稳定陪伴的期待，与青年参与的不确定性之间存在矛盾。

黄子彪说，青年参与志愿服务容易受到工作、学业、身体状况等因素影响，实践中有青年因工作地点变化、通勤较远而放弃入住。中国社会科学院财经战略研究院研究员张颖熙认为，“住进来”和“融进去”是两回事。部分青年可能将低价住宿视为阶段性选择，如何维系长期稳定的陪伴关系，是这一模式面临的现实考验。

服务质量、安全管理与运营成本也是考验。浙江大学公共政策研究院研究员夏学民指出，年轻住户并非专业护理人员，机构在安全防护、隐私保护、风险处置等方面面临新考验。华南农业大学公共管理学院教授魏万青说，不同区位的养老机构条件差异较大，偏远机构住宿成本较低，却难以吸引青年；中心城区机构更便利，但运营成本较高，模式推广受到一定制约。

如何让青年愿意来、留得住？梁银霞认为，良好的居住环境、合理的租金优惠，以及志愿服务中的获得感，都是吸引年轻人持续参与的重要因素。

受访专家认为，“代际共居”更适合作为专业养老服务的补充形式，可优先选择交通便利、有闲置住宿资源、管理较规范的养老机构稳步探索，逐步完善招募、培训、管理、记录、评估等运行机制，兼顾青年参与的灵活性与老人陪伴需求的持续性。

张颖熙建议，可探索政府支持、公益慈善参与、社会力量投入等多元保障方式，结合“时间储蓄”等激励机制，逐步形成可持续的运营模式，在积累经验的基础上因地制宜推广。

（来源：新华社，记者陈一帆、唐弢）