177个颐康中心 | 2678个颐康服务站 | 1397家长者饭堂

老有所养与老有所为正交织绘就

今年11月，全国老龄工作会议召开，“让长者在熟悉环境里安享晚年”再次被国家层面郑重提及，成为全国建设老年友好社会的重要导向。同期，2025年—2026年度全国示范性老年友好型社区名单公布，广州14个社区（村）入选。

11月的广州，秋意日浓。广州荔湾华福社区少金姨在共享厨房煲好汤，和其他初老志愿者们一起把热汤送进高龄、行动不便长者家门，顺手排查隐患。越秀农林上路社区的邻里之家内，三甲医院的医生正为下楼遛弯的居民开展健康问诊，附近的长者饭堂里，银龄志愿者端出低盐午餐。番禺市桥先锋社区，余姨在家量血压，数据显示在电视屏并同步到社区健康平台及子女手机上。花都牡丹社区耆乐社审完“步道砖松了”点单，巡查队即备工具，“六单闭环”让长者诉求都有回音。

一碗汤、一份低盐餐、一条血压曲线、一张居民诉求单，正是广州回答“幸福养老”的四个落点：银龄互助、医养结合、科技守夜、制度闭环。这几处侧影背后，是全市177个颐康中心、2678个颐康服务站、1397家长者饭堂、159个医养结合机构、超10万名“平安通”对象等拼成了广州老年友好社会的暖心图景。

■统筹：新快报记者 王 娟
■采写：新快报记者 金 瑜 沈汶芸 王 娟
■摄影：新快报记者 毕志毅（除署名外）



▶志愿者为华福社区里的老人送汤。





■华福社区整合社会资源，把服务送到长者身边。

荔湾华福社区 一碗暖心汤 ——老城烟火里“银发互济”构筑“15分钟养老圈”

每周三的上午，荔湾华福社区的“华福堂·共享厨房”里热气升腾。初老志愿者们早早选好食材，熬好应季靓汤现场分发，有些则分装进保温壶，结对送往独居长者家中。

作为广州典型的老旧小社区，华福社区长者占比接近四成，独居、空巢等特殊困难长者集中。社区深挖街坊邻里的熟人根基，发动低龄长者转身成为服务力量，让“初老帮老老”的银发互济，流淌在西关的寻常烟火之间。

一碗热汤敲开家门 老老互助流淌街坊暖意

敲门、递汤、测血压、检查电线燃气，再陪着说几句话，这碗汤便成了志愿者敲开家门的“由头”。69岁的廖姨，是“暖粒粒”志愿服务队的一员，加入队伍近四年。“以前退休赋闲在家时，天天刷手机。”加入志愿队后，她每周三参加煲汤送汤服务，周五则是带老人一起做剪纸活动。“每次上门，很多老人家都跟我们说谢谢，老人们开心，我也跟着开心。”廖姨笑着说。在她看来，做志愿者让老年生活充实又幸福，还认识了新朋友，学到了新技能。

“很甜，很好喝！”81岁的笑华姨独自居住，品了一口热汤后，朝着志愿者黄姨竖起大拇指。“每次听说你们要来送汤，我都能高兴到第二天早上。”笑华姨说，随着社区志愿队伍的壮大，社区养老福利待遇延伸到了生活日常。能喝到热乎乎的汤，也成为她每周最期待的事情之一。“我感到很温暖，他们很关心我，就像我的子女一样。”她捧着汤，话里话外都洋溢着幸福。

依托送汤探访机制，社区实现108名特殊困难长者探访全覆盖，共享厨房全年开展各类活动累计36场次，服务超1000人。从“一碗热汤”开始，用“食咗饭未”的街坊语言，通过“初老帮老老”，把高龄老人重新拉回了邻里关系网。

多元志愿矩阵成型 串联起“15分钟养老圈”

一碗热汤是华福社区“初老助老”模式的缩影。目前，120余名低龄长者组成的16支志愿队伍，构建起覆盖探访关怀、居家安全、反诈科普、技能教学、文化传承的志愿服务矩阵。

课堂之上，低龄长者化身教员“先学带后学”。社区依托“华福阁·岭海老人大学”开设书画、声乐、手机应用等120余门课程，每年服务长者5000人次。

楼栋街巷之间，志愿者把各类服务送到身边。“蓝马甲”防诈志愿队开展街坊式宣讲，用通俗的语言普及反诈与健康知识；“津心”义缝义剪服务队的衣车、剪刀嗒嗒作响，为困境长者改裤脚、补衣领；“聚智安居先锋队”上门排查居家安全隐患，推进适老化微改造，守护居家养老安全。

文化阵地里，长者成为社区文化主角。“华福馆”内银龄粤剧团周周排练、月月登台，成了街坊最熟悉的“自家剧团”。“耆智探古队”的老街坊化身文化讲解员，带领群众探访西关大屋，骑楼街巷，西关文脉在一次次走街串巷中传了下去。

华福社区总面积仅0.048平方公里，是广州典型老旧小区之一。该社区多方整合社会资源，串联起社区内养老、医疗、金融、教育、公益等18家单位组建“助老联盟”，巧妙盘活辖内“金边银角”，精心构筑“庭、堂、阁、苑、馆”实体化服务矩阵，推动“需求清单”与“资源清单”精准对接，串联起“15分钟养老圈”，以老城老街老邻居的邻里根基，探索出互助性养老服务的鲜活实践。

越秀农林上路社区 一张服务网 ——“医社联动+邻里守望”双兜底 把医疗助餐康养陪伴串成服务网

中山大学附属第一医院、广东省人民医院、广东药科大学附属第一医院……优质医疗资源高度聚集，且均在广州市越秀区农林街道农林上路社区一公里的辐射范围之内。依托这份近在咫尺的医疗家底，社区走出一条“医社联动+邻里守望”双兜底的养老友好路径，把医疗、助餐、康养、陪伴串成一张“15分钟生活圈”的养老服务网。

医社联动 探索居家康养社区化

“我们这里嵌入了十几个服务项目，主要服务‘一老一小一新’。”农林上路社区书记邹文志介绍，邻里之家是社区与链家党委共建的居民综合服务阵地，面积约500平方米。医社联动让辖区医疗优势直接转化为为老服务，中山大学附属第一医院、广东药科大学附属第一医院等定期在这里开设健康义诊，居民下楼遛个弯就能看上医生。

距离邻里之家步行5分钟的银龄生活体验中心，则把“医社联动”从诊疗延伸到了居家康养的日常场景。与传统门店不同，中心把“体验—购买—共享—改造”连成一条链，老人先试用轮椅、拐杖、冲凉凳等适老产品，喜欢下单后由团队上门安装，居家适老化改造则入户量身设计。

一款坐式淋浴器恒温40℃出水，能防止老人烫伤。“很多老人体验过才知道，有了科技，生活可以不那么累。”工作人员小桃说。店内有AI陪伴机器人陪老人下棋，可体验红外线频谱治疗仪免费理疗。“去别的店理疗要收费，我们是一直免费。”周一到周五，中心还不定期举办书法、手工、健康讲座等公益活动。退休后的刘阿姨几乎每天来，“这个地方活动很丰富，只要有空就想来。”

邻里守望 把实惠与陪伴端上桌

真正让社区空间“活”起来的，是一群“邻里大使”。新快报记者了解到，近30人的志愿团队，平均年龄约60岁，因志愿者太多，每人每周只能排半天班。69岁的凌阿姨志愿时长累计上万小时，是五星级志愿者，“我们住在这里很幸福，平时买完菜都会来邻里之家坐一下再回家。”一天，一位住附近的老人险些跌倒，幸好被快递小哥扶住。正在值班的凌阿姨和伙伴把老人扶进邻里之家，休息安抚，在得知老人是独居，便叫出租车送其回家并托邻居确认平安。

更值得一提的是，志愿者团队里有近10人是住在其他街的居民，刘阿姨便是其中一员。她从2016年起就参与送餐探访的志愿服务。除了应急帮扶，“邻里大使”还承担日常接待指引、便民答疑、教老人操作社保卡与养老年审、看护儿童等工作，是社区里的“百事通”。

从邻里之家步行约400米即可到达邻里之家长者饭堂，每日供应午、晚两餐，日均接待就餐市民超700人次。“广州市60周岁以上的老人，系统申请后补贴3元；低保等八大类困难群体，街道再加3元，一共补贴6元。”现场负责人袁先生介绍，饭堂面向全年龄段人群、统一价格，每天更新菜单并同步至居民群，菜品现做现炒，并增配软烂易消化、低油低盐的菜式。

饭堂还设有艾灸室、日托间，为有需求的长者提供理疗体验与临时照料空间，并常态化开设剪视频教学、健康讲座等公益课程，每场活动报名基本满员。“社工非常好，有啥不懂的都会讲得很清楚”，一位刚学完手机课的阿姨笑着说。

出版：广东新快报社 地址：广州市黄埔大道中315号 邮编：510655 网址：www.xkb.com.cn 网上报料：86.xkb.com.cn 邮箱：kbywb@ycwb.com 定价：2元 广告经营许可证号：440000100049