

编者按:当子孙辈工作越来越忙、老人的子女年岁渐长,把老人送去养老院进行照料成了普遍选项之一。可是,当下这一代经历过困难年代的老人,大多仍习惯节俭着、隐忍着,他们中有很多人打心底里不愿意离开家。80后女孩王玲力(老人们口中的宁宁)创办了“小棉袄爱老”,她决心把“居家养老”服务打磨成商业上可持续的模式,陪伴、服务那些在生命最后时光里不愿离开家的老人,为他们送去一丝甘甜,也留下更多从容和尊严。

# 居家养老:“小棉袄”心中的美好养老图景

爱心基金会

转载自:世界说 编辑:爱心志愿者

2018年11月,北京的深秋。北京东城区一家养老驿站通透的大房间里,透光伞、打光灯、摄影道具排开,不同风格背景板布置完毕,咔嚓咔嚓快门声直响,专业摄影师正忙碌着,给爷爷奶奶们拍摄婚纱照、全家福。

这是“小棉袄爱老”为老人们提供的拍摄婚纱照活动,因为在过去那个条件有限的年代,很多老人结婚时没有拍过婚纱照。

“女儿是爸妈的小棉袄”,宁宁和她的“小棉袄”团队希望能为高龄老人的晚年带去一点甘甜、一点宠爱。

居家养老,无围墙的养老院 75岁的李奶奶,每天清晨买完菜,就往离家不远的养老服务驿站去,和几位姐妹一起跳舞、打“八段锦”。

82岁的张爷爷,腿脚已不是很方便,有时约几个好友下下棋,有时自己呆在家里,想起的时候就打电话约小棉袄的小伙子闫磊来家里和自己聊会儿天。

家住北京东城区永定门外街道的高爷爷,觉得身体不太舒服,但孩子都已年过花甲,有些还住在顺义和北京外,无法及时回来。身边也没有合适的人选,于是打电话向小棉袄求助。小棉袄马上联系最近的入户探访员,在9分钟内赶到,一起把坐轮椅的高爷爷送去了医院。

除了这些,宁宁和团队为住在家里的高龄老人们提供的服务,还包括上门照料、陪同外出,也可以

通过小棉袄,预约上门修脚、腿部按摩、理发、代取送药、配送老年餐等——可以算得上养老服务中的“美团”、“饿了么”,随叫随到。

宁宁希望构筑起“无围墙的养老院”,让希望呆在家里养老的老人们,能够健康、开心、有尊严地度过晚年。

宁宁团队的服务,覆盖北京东城、朝阳近200个社区的4000余名居家老年人,并为其中100多位老人装配了紧急情况一键呼叫按钮设备。

截至2018年12月底,对东城区高龄独居的2068人进行安全探访服务。入户探访28600余次,电话问候63800余次。对接解决老人需求1397个。

运营的6个养老驿站,是老人们下楼后短距离内就能到达的“社区邻里共享客厅”。餐厅、健身房、养护按摩房、专家医疗咨询室,老人可以喝茶,向员工学习怎么用手机进行支付,或听一场养生知识讲座等。

小棉袄东城区安化楼社区养老服务站,空间设计中随处可见对老年人的细微关怀。走廊旁边专供老人乘用的电梯;窗户边特意加设暖黄色的扶栏,“这样老人会更有安全感”。适老化改造样板间厨房中摆放为老年人设计专用轮椅,“老人坐在轮椅上也能方便给孩子包饺子”;浴室里安放助浴椅,“老人就能坐着洗澡”……

衰老,是一场可以去争夺领土的战斗

姥姥,是宁宁投身养老产业的“初心”。87岁高龄的姥姥,因腿脚不灵便曾很多年没有下过楼。后来宁宁给她买了一台轮椅,姥姥对3000块的售价表示了极大的愤怒后,竟开开心心地下楼散步、出省旅游去了。

这使宁宁意识到,即便是传统和隐忍得像自己姥姥一样的老人,帮她打开一扇窗,带给她一些小小的幸福改善,她也会看到这个世界,也会对美好心生向往、对体验心生渴望。

创办小棉袄那年的9月,宁宁的姥爷被查出肺癌晚期。宁宁放下手中的事,回家照顾姥爷。

回忆陪伴姥爷最后的岁月,宁宁觉得自己在进行一场拔河。自己能做的只有拼命向自己的一方拉绳,最不理想的情况下也不能松手。

“衰老是一个可以去斤斤计较,可以去争夺领土的一场战斗。”

这样的努力争取,并没有办法挽回正在老去的容颜和病人膏肓的躯体,但一点一滴心力的倾注和付出,让老人在某件事情上、某一个小时里相对舒服一些,让他们能更从容、更有尊严地去面对,对他们就有实际意义。

为老人的生活起居提供帮助,为他们的晚年生活提供陪伴,为老人的日常健康管理和健康促进提供服务,这是“小棉袄”的美好心愿和愿景,但这并不意味着就能够实现。

“未成之局”中的迷茫和清醒



中国养老行业一直流行“9073”的说法——90%的老人采用居家养老方式,7%的老人采用社区养老,剩下3%为机构养老。虽然入局居家养老的各方人士不少,却很少有谁明确跑出了可持续的模式。居家养老还是个“未成之局”。

宁宁曾经和一些风险投资机构打过照面。投资人常常客气地反馈说:你这个做得真好,便没了结果。资本对先锋者的情怀大加赞许,但还是保持着冷峻头脑,观望着等待“正确”的入场时机。

不过,宁宁还不愿意认输。几乎所有人都认为居家养老不靠政府强力补贴就做不成。但

宁宁有些赌气,她一定要把它做出来!而且,要以“对”的模式做出来。

眼下,她瞄准了一处社区做试点,想要把居家养老服务的“账”算明白。一个月1000块、3000块、6000块的“服务包”。“这个服务包里面,健康管理部分包括定期的身体指标检测、营养食谱的制定、按摩康复、专业护理,居家支持包括……让老人在家里享受到在养老公寓里的全面和专业的照顾!”

讲到这里,宁宁眼里终于闪过一丝兴奋,前方的路似乎又出现一处亮光。宁宁知道,无论如何,自己必须继续向着心中那个养老图景跑。

## 后记:

爱心基金会衷心感谢来自美、中爱心人士与志愿者的无私捐助和奉献支持。爱心基金会享有美国联邦政府501(c)(3)免税和美国联邦政府联合捐款(CFC # 10769)待遇,如您有意支持中国农村的爱心助学和健康教育,中美文化交流和生态环保,以及可持续发展项目等,爱心基金会将全力助您达成心愿。

如欲了解爱心基金会,

请浏览爱心网页: [www.aixinfund.org](http://www.aixinfund.org)

如欲联系爱心基金会,可Email: [aixinfund@gmail.com](mailto:aixinfund@gmail.com)

或Tel: (202)-321-8558, (301)-309-9421,

or (301)-762-5345,

您的善款支票可寄往:

AiXin Foundation, Inc.,

13621 Valley Oak Circle,

Rockville, MD 20850

**UR 嘉盟地产 UnionPlus Realty**



**王志浩**  
Owner/Principal Broker

公司: (301)309-8859 手机: (202)276-6928  
传真: (301)738-8158 免费: 1-800-908-5188  
email: [hallwang1688@yahoo.com](mailto:hallwang1688@yahoo.com) 维州: (703)688-3298

地址: 416 Hungerford Dr. Suite 312 Rockville, MD 20850

- ABR 认证买方代理人
- CBR 注册买方代理人
- CIPS 注册境外资产专家
- CRB 注册住房经理
- CRS 注册住房买卖专家
- CRI 房地产经纪人学院毕业
- e-Pro 房地产网络专家

**全职房地产经纪 1-084**  
马州、维州、DC 执照



**服务特点**

- 二十年以上房地产买卖经验
- 在全部买卖过程亲自把关
- 多项优惠购屋计划
- 客户换房时卖房本人只收1%佣金
- 第一次买房者将获免费赠送本人执笔的买房必读宝典《购屋指南》

本公司诚征经纪人, 全职、半职均可

**RE/MAX Universal**

**华府首家华人创办的RE/MAX房地产公司诚聘新经纪人**

- 诚邀房产经纪加盟
- 全国联网, 环球客源
- 免费定制个人网页
- 定期业务培训
- 交流成功案例
- 一流办公设施
- 专业规范管理



**叶黎**  
Li Ye  
Broker/Owner  
202-271-8066 (C)  
301-292-1000 (公司)  
E-mail: [liye@remax.net](mailto:liye@remax.net)  
Licensed in MD, VA and DC



Samantha He 何青 240-686-5588 [samantha.q.he@gmail.com](mailto:samantha.q.he@gmail.com)  
Jay Yu 余海豪 301-529-3985 [Yujayhomes@gmail.com](mailto:Yujayhomes@gmail.com)  
Ana Maria Carretero 301-740-5488 [amcarr07@yahoo.com](mailto:amcarr07@yahoo.com)  
Betty Tang 240-988-6110 [chengbettytang@gmail.com](mailto:chengbettytang@gmail.com)  
Elaine Wu 240-704-2008 [elainewu.realty@gmail.com](mailto:elainewu.realty@gmail.com)  
Jing Liu 刘景 301-215-0629 [jingliuhomes@gmail.com](mailto:jingliuhomes@gmail.com)

地址: 17B Firstfield Rd., Ste 208, Gaithersburg, MD 20878

**鸿运贷款公司**  
FORTUNE MORTGAGAE CO. (NMLS# 201418)  
PRESIDENT 王立明 (NMLS# 206213)  
JOE WANG TEL: 301-309-1818

**各类房屋贷款**  
信用第一 文件保密 快捷通过  
最新推出适合医生职业的贷款项目  
5% down, no MI, no Point,  
3.125% for 5yr Arm  
另有 80/20 100% LTV 产品, \$0 首付, no MI