

大家的家·济南舜耕城心社区

## 城心养老，让长者离幸福更近

人口老龄化浪潮下，优质养老服务既是千家万户的民生期盼，更是城市高质量发展的重要支撑。12月8日，大家保险集团布局山东的首个养老项目——大家的家·济南舜耕城心社区，迎来开业一周年。124位长者在此安居，用舒心的日常为集团创新践行的“城心养老”模式，写下了最鲜活的注脚。

城心选址：

闹中取静的“晚年宜居地”

“儿子在济南工作，选这儿就是看中城心位置，出门方便，离孩子近！”84岁的杨志俭老人从黑龙江远赴济南投奔子女，他居住在505房间，窗外就是舜耕山庄的雅致园林，这让他倍感舒心。坐落于济南核心主城区舜耕山庄院内的济南舜耕城心社区，彻底打破了传统养老机构“偏远封闭”的固有印象——周末子女探望无需长途奔波，步行可达的城市烟火气，让长者始终“扎根生活”。

作为大家保险集团全国16个城心医养社区的重要一环，该项目以“租赁物业+自主管理”模式运营，9750m<sup>2</sup>的空间里，5层楼宇规划了118个房间、203张养老床位，涵盖医养特护区与认知症照护专区，精准适配自理、护理及术后康复长者的多元需求。周边配套堪称“养老顶配”：3公里内医疗资源密集，就医无忧；毗邻千佛山，距大明湖、趵突泉不足5公里，自然景致触手可及；舜耕山庄的园林景观、星级配套与特色餐饮，让城市烟火与静谧宜居完美交融。

室内的适老化设计更藏着巧思。慢行系统贯穿全程，防滑地胶、走廊扶手、圆角家具、卫浴安全手柄随处可见，醒目的标识系统让长者出行更安心。“我们打造的不是养老院，而是长者的‘第二个家’。”院长杨帆介绍，共享客厅、书画室等公共空间里，邻里茶话、节日联欢常态化开展，熟悉的社交氛围让长者快速融入集体。

邻近医疗：

全周期健康“不缺位”

“身体不好，女儿上班没时间照顾，住这儿最放心的就是医疗有保障！”516房间的马忠英老人胸前，一枚兼具门卡功能的一键呼叫器是她的“定心丸”。“有任何不舒服，按一下就有人来，医护人员定期查体，比自己在家踏实多了。”

这份安心，离不开社区内扎实而专业的健康支持体系，内设医务室涵盖内科、中医科，日常诊疗、用药指导等基础需求足不出社区就能满足；依托中医特色资源，社区引入中医AI智能检测与健康评估技术，通过脉象、体征等数据分析，为长者提供体质辨识、慢病风险评估及个性化调养建



议，让“治未病”理念融入日常健康管理。同时，专业医护团队与康复设备配备到位，为术后康复、功能障碍及慢病管理长者量身定制训练与干预方案。杨志俭老人对此深有感触：“定期查体从不落下，有次我头晕，医护人员立刻上门检查、调整饮食，特别贴心。”

更给力的是跨机构医疗联动。济南舜耕城心社区与山东省立第三医院、济南市第四人民医院共建医联体并开通绿色通道，与山东中医药大学第二附属医院建立双向转诊机制，还签约了银丰山庄社区卫生服务站，医师每月定期上门坐诊。“小病不出社区、大病快速转诊”的健康防护网，彻底缓解了长者“看病难、转诊繁”的痛点。针对认知障碍群体，社区专门设立照护专区，以“非药物干预+专业照护”模式，通过记忆训练、音乐疗法等延缓病情，守护特殊长者的尊严。

生活照护：

细节里藏着“家的温度”

“伙食是真的好，我最爱喝的黑米粥，每周能吃到两三次，比家里做的还合口味！”提起社区的餐饮，杨志俭老人竖起了大拇指。初到济南时，他还担心饮食不习惯，如今早已全然安心，“三餐营养均衡，想吃的菜还能提建议，特别贴心。”

社区以“安全、营养、美味、养生”为准则，除提供科学搭配的一日三餐，并根据长者需求定制家宴外，还推出零点菜单服务，长者可结合个人口味和身体状况随时点餐。针对血糖管理、低盐低脂等特殊需求，社区特别研发降糖餐、软食餐等个性化膳食方案，在兼顾营养的同时，更贴近长者的饮食习惯。

生活照护的响应速度更让人暖心，马桶故障、洗衣机小问题等，只要向服务站反映，工作人员立刻上门处理，全程无需长者费心。与此同时，社区物业服务与环境管理同样细致入微，公共区域每日巡查，房间定期入室保洁，从地面清洁到床品整理、卫浴消毒均有规范流程。

“房间一直清清爽爽，自己不用操心打扫。”不少长者提到，工作人员在保洁过程中会提前沟通、轻声作业，既保证环境品质，



也充分尊重居住私密性。正是这种看似平常却始终在线的服务，让长者在日常起居中少了后顾之忧，多了一份被照料、被尊重的安心感。

这份“事事有回应，件件有着落”的安心，源自社区完善的服务体系——专属管家、生活照护、认知症照护、恢复性护理、慢病护理、安宁护理六大服务全覆盖，所有护理人员均经严格培训考核持证上岗。“刘主管常来房间问情况，有需求都能及时解决，比亲人还周到。”这是不少长者的共同心声，也成为社区口碑的最好见证。

文化赋能：

老有所乐的“活力新主场”

“以前退休在家没事干，现在每天都充实！”曾是小学老师的马忠英老人，对学习和社交有着强烈需求，社区的康乐服务恰好满足了她。入住一年来，养生操、手工、合唱、包饺子等活动她场场不落：“包饺子那次特别热闹，和老姐妹们一起动手，心里暖洋洋的。”

让她惊喜的是，社区工作人员还手把手教长者用社交媒体、玩AI工具：“现在我能随时和女儿视频，还能刷戏曲、看新闻，一点不落后于年轻人。”这种与时俱进的人文关怀，让长者在享受晚年生活的同时，更收获了满满的归属感。

社区文化资源优势明显，与济南老年大学仅一街之隔，美术、声乐、舞蹈等课程“抬脚即达”。围绕传统节日和长者人生重要节点，社区精心策划开展节庆活动、生日会、迎新会等系列主题活动，让长者在充满仪式感的活动中，真切感受到被重视、被记住的温暖关怀。

同时，社区持续培育合唱团、非洲鼓、交谊舞等兴趣社团，鼓励长者从“参与者”转变为“组织者”，在集体活动中重拾舞台感与自信心。社区还积极链接外部资源，与高校大学生志愿者社团建立长期合作机制，常态化开展陪伴服务和文娱互动；并引入幼儿园开展代际互动活动，让童声与笑脸为社区生活注入更多生机与活力。此外，社区与曲艺演出团队建立常态化合作，定期开展进社区演出活动，丰富长者精神文化生活，让传统艺术在陪伴中传承延续。在这里，长者既能结识志同道合的伙伴，也能在持续学习与互动交流中焕发新的生活活力。

作为“城心养老”模式的领创者，大家保险集团已在全国布局16个城心医养社区、5个旅居疗养社区，构建起“养老服务+医疗服务+金融保险服务”一体化的一站式高品质养老体系。济南舜耕城心社区的成功运营，正是这一模式可复制、可推广的生动实践。从“临近医疗、亲近子女、更近人间烟火”的选址初心，到专业照护、人文关怀、文化赋能的全链条服务，这里不仅让泉城长者实现了“有温度、有尊严、有品质”的晚年生活，更以创新实践为养老服务高质量发展注入了鲜活动能。未来，“大家的家”将持续深耕，让更多长者在“城心”热土上，安享幸福晚年。