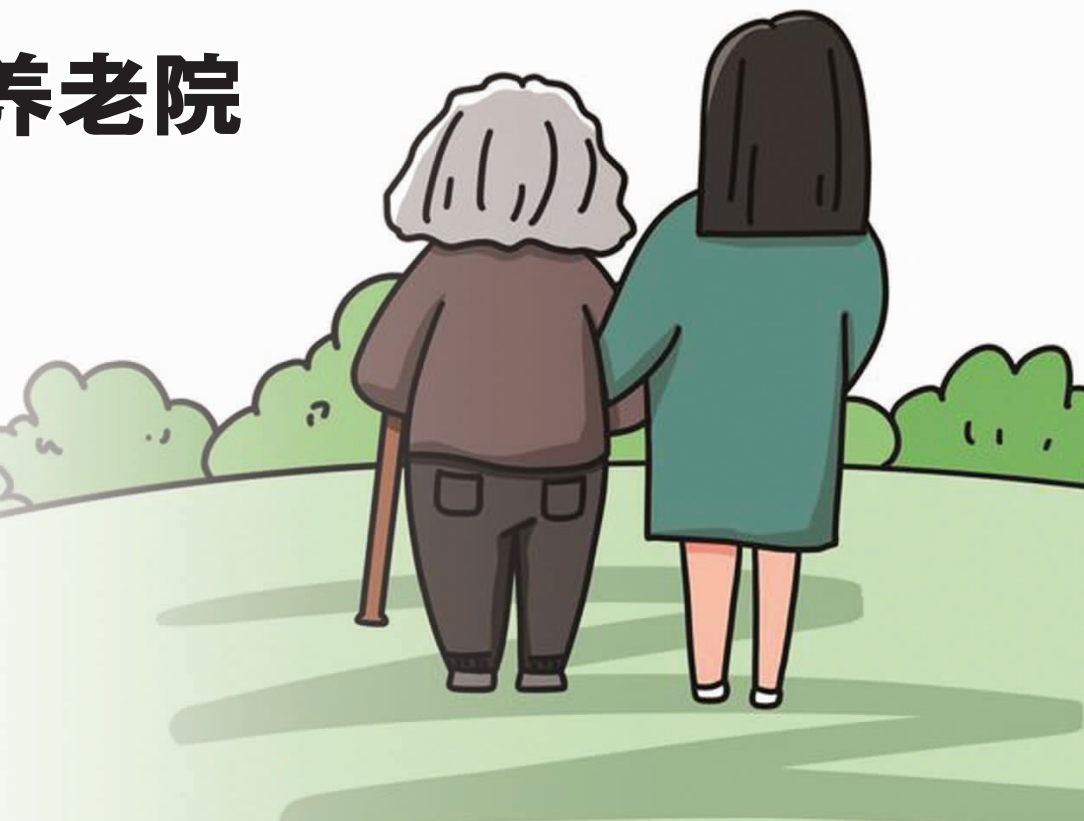


青丝伴白发 年轻人住进养老院

不久前，杭州市滨江区民政局发布了一则“第三批多代同楼陪伴者”的招募信息，入选就能免租入住养老院一年，这期间，他们需要每月为院内老人提供至少10小时的陪伴服务，并支付每月300元管理费。

早在2019年，滨江区民政局就在区内最大的养老机构“阳光家园”内启动“多代同楼”陪伴性养老项目试点，为院内老人招募年轻的陪伴者，希望解决困扰“青银”两代人的痛点：“年轻人生活压力大”和“老年人怕孤独”。

养老院里，一位姓周的老人说：“年轻人和老人相遇相伴，像是人类生命的交响曲，让我忘记了年龄和病痛，葆有童心。”



年轻人住进养老院

2023年11月，“阳光家园”迎来第三批入住的15名年轻人，他们是经过近两个月时间的层层选拔，从260多名社会报名者中脱颖而出的。和前两批年轻陪伴者不同，第三批招募范围，不再局限于医生、教师和辅警一类的特定人群，首次面向全社会招募。

发布招募信息后，滨江区民政局社会养老服务中心主任冷梅和同事的办公电话都被打爆了，微信公众号也收到上百条留言。除了官方渠道，不少年轻人都在小红书、抖音、快手等社交软件自发“安利”这个项目。

很多年轻人都是奔着免房租来的，他们在电话里问得最多的问题是：“是真的吗？”那几天，冷梅和同事耐心地接通每一个电话，回复每一条留言。在诸多关注面前，作为项目负责人，冷梅感到信心和压力都在成倍增长，这也让她更加谨慎地对待项目实施过程。“类似能否携带家属和宠物一类的内容，都是不被允许的。”冷梅说。

申请条件里有不少硬杠杠，比如申请人需在滨江区内工作，在杭州市（六城区）无住房，无精神类疾病，拥有大专及以上学历等，投递简历时，需提供无犯罪记录证明，无房证明和劳动合同等证明材料。

同等条件下，有医学、心理学、法律等专业背景，能在工作日白天提供稳定的陪伴时间，有书法、舞蹈相关特长的申请人将被优先考虑。

也有年轻人表达了“只陪不住”的希冀，“没有住宿需求，纯粹喜欢和老人聊天”，他们希望能在学习工作之余去陪伴爷爷奶奶，“人到老年就像一本厚厚的书，有阅历和经验”。还有申请人把“打麻将”这一技能写进简历，没想到过了简历筛选。外卖小哥、网约车司机，都留言表示自己时间自由，可以去养老院陪陪老人。

2023年10月29日，经过简历筛选，40余名年轻人来到阳光家园参加面试，面试组由滨江区民政局和阳光家园的工作人员组成。面试组最关心的问题，不外乎这样几个：通勤时间是多久、入选后如何保障服务时长、参加项目的初衷是什么、会不会经常加班、看到老人间发生冲突怎么解决。

冷梅选择坐下来和进入面试的每一名申请人都面对面聊一聊，她想据此了解，对面的年轻人性格是否温和，和老人相处有没有耐心。通过两轮面试、体检和心理测试，最终15名年轻人入选，他们中有幼师、产品经理、财务、硬件工程师等，每名年轻人定点服务2~3位老人。

回到养老院，重新慢下来

开启一段陪伴前，老人们会倚在门口，等陪伴者过来，陪伴结束，又会把他们送到电梯口，直到电梯门关上才慢慢走向房间。

养老院里，陪伴者间很容易因为一个话题产

生共鸣，“爷爷退休前是985高校的教授”“奶奶一家是三代功勋”，这群年轻人也没有想到，原来养老院里住着的爷爷奶奶都是这样了不起的人物，他们不止一次被震撼了。

也有陪伴者因为工作调动、结婚等原因中途退出了这个项目。每月无法完成陪伴时长，老人满意度不高的，也有相应的退出机制。“陪伴者们都很明确自己的身份，他们是来给老人们提供情绪价值的，会有边界感。”冷梅说。

春节前后，家属陆陆续续给老人们送来吃的、喝的，陪伴者单位里也分了年货，他们都互相记挂着对方，给对方留了一份。一些腿脚不便的老人还会拎着水果，在电梯口等他们来。还有陪伴者把女朋友领到老人面前，请她把把关。冷梅惊讶于，仅仅两三个月建立起来的感情，也这么令人动容。

养老院内外是一慢一快的两个世界。加班到很晚的时候，25岁的汪梦晗才发现，凌晨的杭州没有停下来的意思。这个年轻人毕业于电子商务专业，从事零售工作。回到养老院，和老人们在一起，汪梦晗会重新让自己慢下来。“和他们说话不能快，逻辑变换不能快，一切都得慢慢来。”

原本浮躁的日子开始平静下来。汪梦晗尝试调整饮食习惯，把午餐和晚餐时间往前挪一个半小时，尽力赶上老人们的“饭点”，不过，他努力的计划中没有“早餐”一项，老人们差不多6点前就会吃早餐，汪梦晗觉得太早了，根本起不来。

身体健康的老人也会选择住到养老院里，这是汪梦晗来之前，没有想到的。阳光家园里的老人都很潮，别看是八九十岁的老人，对网购、短视频的迷恋程度，一点不亚于年轻人。汪梦晗原本以为和老人沟通会有些困难，后来才发现是自己想多了。

在一些“技术问题”上，老人们常常需要求助年轻的陪伴者。老人朱松滔喜欢追剧，每次要在网上下载视频，转格式，导入老年播放器播放，那天就转格式这样的“关键问题”，汪梦晗和几个伙伴研究到很晚。

在先退货再退款还是先退款再退货问题上，一名老人和商家僵持了半个多月，汪梦晗用了不到10分钟就解决了。信任感就这样一点点建立，让汪梦晗自豪的是，这位老人有时会不听老伴的话，他说的话对方都能听进去。

两代人情感的双向奔赴

“年轻陪伴者的加入，让我忘记了年龄，又有了年轻的心态。”85岁的周爷爷入住养老院多年，在他看来，老年人和年轻人接触，就像一首岁月“交响曲”。

87岁的钱月华老人，爱穿一身孔雀蓝绒缀金旗袍，“希望找个有摄影特长的人一起组建旗袍队。”

养老院为她匹配“养老搭子”是汪梦晗。“小汪人很好，帮我们拍摄视频，平常还陪我打台球……有年轻人陪伴呐，我们老人就更活跃一些。”钱月华说。

据介绍，陪伴者多是二三十岁的年轻人，与机构养老的老人正好符合“隔代亲”的年龄差。

隔代亲，有多亲？学校里画的图、家乡的特产、单位发的水果，什么好东西都往老人这里送。还有陪伴者谈恋爱时拿不定主意，去向老人请教。老人们也将这份真诚和用心看在眼里，告别时总要把年轻人送到电梯口。91岁的沈遇仙亲切地唤李兰兰为“小孙孙”。

在陪伴老人的日子里，这些年轻人的生活态度和生活方式也发生了转变。

80多岁的周奶奶把打门球当健身方式；90岁的许太余老人喜欢拉二胡，对自己的表演仪态有着很高的要求。“他们这种‘活到老学到老’的精神让我非常敬佩，希望我到这个岁数也有这样的状态。”在软件公司上班的陪伴者邱少奇说。

“我不再熬夜了。”陪伴者岳宏伟大学毕业不久，住进养老院以后，他的作息和性格发生了变化，“常常和老人搭话，我的性格也从原本的内向‘社恐’，变得更阳光，更会与人沟通了。”

期待社区版“多代同楼”

试点5年来，“多代同楼”项目也面临着一些发展难点。比如，陪伴者“一年一轮换”带来的不稳定感。“90%的陪伴者都能住满一整年。但一个周期后，部分陪伴者因买房、换工作等原因不再符合招募条件，无法续约。我们的理想状态是每年都有新的陪伴者加入，让不同批次参与项目的老人都逐渐有人陪伴。”冷梅说。

“两代人在生活习惯和价值观念等方面确实存在差异，需要时间磨合。年轻人工作忙碌，大多数只有休息日才能陪伴老人。而老人常有身体不适等特殊情况，也导致陪伴者与老人见面难。”曾经参与该项目的焦彤彤希望，院方能提供更专业的培训和更完善的活动安排，丰富陪伴形式、增加陪伴时间，提高陪伴质量。

“‘多代同楼’是一种养老模式的积极探索，其中鼓励的非血缘代际之间的资源共享理念值得推广。”浙江外国语学院社会福利研究所所长董红亚教授认为，受此启发，着眼未来，应在社区搭建更多可供老少融合交流的平台，推动年轻人自然而然地与老年人进行生活化、常态化互动互助，促进代际文化的融合，形成多元化、可持续的养老生态。

据了解，在杭州市，“多代同楼”有了更多社区“微版本”。多地依托社区居家养老服务中心，在公共空间增加代际交流互助场景。比如，开办“多代食堂”满足老年人和年轻人的用餐需求，开展社区老少共同认养幼苗盆栽的“多代同楼生命花园”活动等。

“在我国，社区养老和居家养老是老年人的主流需求。一个个能包容差异、老少宜居的共享养老社区，有助于建设富有人情味的、和谐的、有活力的老龄社会，这是‘多代同楼’项目带给我们的最大启示。”董红亚说。

据《瞭望》新闻周刊、北京日报客户端