

一次为了好好老去的“迁徙”

本报记者 刘友婷



在广州市南沙区养老院,工作人员正在与老人聊天。这是当地首个探索港澳居民跨境养老的养老服务机构。

中新社记者 陈曦旻 摄

闹、爱好广泛,可到了横琴她谁也不认识,每天闷得慌。那几个月,苏妙燕几乎天天不厌其烦地往返澳门,只为了跳跳舞、喝喝茶,甚至就是跟老朋友聊聊天。

20岁那年,苏妙燕从福建老家到了澳门,一住就是大半辈子,那里有她熟悉的一切。在澳门街坊会联合总会广东办事处横琴综合服务中心副主任陆凤璇看来,对许多像苏妙燕这样的长者来说,跨境养老很大程度上意味着社会关系“清零”。

成立于1983年的澳门街坊总会是当地极具影响力的社会组织,地位和作用堪称“超级居委会”。为服务数量不断增长的在粤澳门居民,自2018年起,该组织也随之北上。陆凤璇到内地工

天问起,他对周边环境也很熟悉。

2025年重阳节,长者服务中心计划组织健步走活动,陈嘉妍试着邀请苏玉林当领队。没想到他不仅答应下来,还专门设计了一条全程平坦、车流量也较小的路线。

“活动当天,他带着近40位长者一路走来,每个人都很高兴。”陈嘉妍说。

融合理念,培养人才

“没有专门的设施设备,长者助浴服务就无法开展。”

“如果是半失能长者,相关标准是否可以适当放宽?”

“但严格的规范是为了避免任何可能的安全风险。”

……

2024年4月,“琴澳融合居家社区养老服务标准化试点”在横琴启动。从将“老年人”的称谓替换为“长者”,到完善上门助浴的标准,再到制定应急情况处理规范……经过多方近两年时间的讨论和磨合,今年1月,琴澳融合居家社区养老服务标准体系发布。

相比于内地,香港和澳门更早面临老龄化问题,也更早探索养老服务体系。粤港澳大湾区跨境养老协同合作,在缓解港澳地区养老资源短缺状况的同时,也给广东带来了有益的养老服务理念和模式。

以澳门为例,长期照顾长者的家属或护工被称为“护老者”,这一群体也是需要被服务的对象。于是,试点进程中,包含喘息服务、家庭支持课程等内容在内的《护老者支援规范》得以形成。

除了面向跨境养老的澳门居民,试点成果同时也惠及横琴的内地老人。在小横琴社区,年近90岁的郑仁修因意外摔倒造成大腿股骨颈骨折。出院后,经郑仁修的家属申请,由澳门街坊总会广东办事处运营的小横琴社区居家养老服务中心为她进行了持续一年多的上门服务。康复治疗师负责郑仁修的肢体功能训练,护理人员协助家居清洁与日常照护,社工则通过心理关爱为郑仁修及护老者提供支持。

“郑婆婆有听力障碍,我都是通过写字与她交流。”来自福建的社工沈伟慧说,分工明确的专业服务减轻了护老者的负担,也明显加快了郑仁修的康复速度,从最初只能卧床,到能坐起来,再



1月13日,在琴澳融合居家社区养老服务标准体系发布会上展示的长者能力评估辅具套装。

本报记者 刘友婷 摄

区政府还推出了“广东院舍照顾服务计划——医疗补贴试行安排”,为参加该计划的长者购买内地医保及资助购买“惠民保”等商业医疗保险。

定居中山前,有大半年时间,邓太的身体情况都不太好,体重下降、体力减弱,“最严重的时候多说几句话就要缓一缓”。当时她在海外做了不少检查和治疗,却收效甚微。

人住信辉康养后,例行体检时,邓太被发现患有肾结石,且已影响到她的泌尿系统。邓太太本身有糖尿病,医生据此推断她此前的身体不适很可能与肾结石有关。

抱着“搏一搏”的态度,邓太接受当地医院的建议,进行了碎石手术。结果,经过后续几个月的治疗与调理,她此前的身体症状基本都消失了。“没想到,回来还治好了我的病。”邓太说,现在她和丈夫都习惯了在中山就医,“流程没有想象中复杂,效果却比想象中好很多”。

尝试,是了解的开始。程秉哲发现,跨境养老后,不少港澳长者会首先在内地“试水”胃镜、核磁共振等检查,“这些项目在香港和澳门预约排队时间都很长”。一次体验下来,检查速度快、报告出得快,“他们的态度自然就变了”。

去年底,昌哥脚上患了皮疹,由于不便往返奔波香港,在信辉康养工作人员的陪同下,他第一次在中山就医。让昌哥和贞姐没想到的是,医院不仅支持使用香港长者医疗券,还能开出与香港同样的药品。

此后不久,有一次遇到这对夫妻,程秉哲顺口问:“最近还回香港拿药吗?”

昌哥笑着摆摆手说:“不用跑了,这边也能看。”

新的家,心的家

3月6日星期五,是横琴综合服务中心每月一次的义工日,也是“理发师”花姐格外忙碌的一天。刚给上一个人取下围布,下一个人已经在旁等候。座椅周围,剪下的碎发来不及清理,散落一地。

从澳门搬到横琴后没多久,因为热情、手巧,花姐经社工介绍加入了长者义工队。3年多来,除了每月义工日准时出摊,义工队还时常在周边社区、村子设点,为有需要的长者免费理发。

义工日上,还没有缝补、磨刀等项目。和花姐一样,坐在缝纫机、磨刀机后的有不少都是跨境养老的澳门长者。他们从刚来时的被服务对象,变成了如今的服务提供者。

陆凤璇说,现在有的澳门长者成了“宣传员”,遇到刚北上不久的邻居,会主动介绍他们到服务中心“坐一坐”“聊一聊”;有的澳门长者成了“观察员”,发现社区规划、设置不合理的情况会记录并提出优化建议。“这些都让他们逐渐在这里找到了归属感。”陆凤璇表示。

随着苏妙燕和苏玉林夫妇“换个环境”的效果显现,他们的二女儿在同一小区买了房,每天往返澳门通勤上班。去年9月,女儿的孩子也转学到了横琴一所澳门学校。“现在,孩子普通话说得很好。”苏妙燕说,横琴正变得越来越像自己的家。

对跨境养老的港澳长者来说,“家”的定义,有很多种。

2015年,当时71岁的李婆婆入住香港赛马会深圳复康会颐康院,成为较早一批选择“广东院舍照顾服务计划”的长者。到今年中,她在那里就整整住了11年了。李婆婆的丈夫已经去世,两人没有子女,颐康院的工作人员和同住长者是她接触最多的人。

几年前夏天的一天,李婆婆和几位长者听说天台的昙花要开了,于是相约在晚饭后一起上楼等待。

到了晚上8点多,工作人员例行巡视时,发现好几个房间都空着,赶紧四处找人。与此同时,在天台,昙花原本紧抱的花瓣正一层层舒展开,几名长者兴奋地围在一起,“开了,开了”。

“等我们回头,才看到姑娘们站在身后。”李婆婆回忆说,“那一刻我觉得,有人等我回家。”

对马亚明来说,无论在哪里,只要与张碧玉在一起,就是家。

每天早上,他6点前就会醒来。泡一壶乌龙茶,把两人的衣服洗好、晾晒。早餐后,再给张碧玉量血压、喂药、打针。虽然有护理员帮忙,但对妻子大部分的照料工作,他都亲力亲为。

刚到中山时,张碧玉几乎无法自己起身。现在,在马亚明的搀扶下,她已经能每天到花园走上两三圈。

“我家里以前很穷。年轻时,发了工资,我都会寄钱回去。”马亚明说,那些钱不仅供家里人吃穿,还供出了侄子侄女两个大学生。

“她一句抱怨的话都没有。”马亚明看了看身边的人,“她对我很好,所以我一定要照顾她一辈子。”



更多精彩内容
请扫描二维码

下午4点半,两荤两素搭配的晚餐按时送到了马亚明夫妇的房间。开餐前,马亚明照例拧开一罐辣椒酱,舀出一勺拌进妻子张碧玉的米饭里,“她吃饭离不开这个”。

这是在广东省中山市火炬开发区颐康老年服务中心的一间双人房。房间里有阳台和独立卫浴空间,总面积约50平方米。“跟我们在香港住的房子大小差不多。”马亚明说。

2025年7月,通过香港特别行政区政府社会福利署推出的“广东院舍照顾服务计划”,香港居民马亚明夫妇搬到了中山。该计划始于2014年,目的是为当地符合条件的长者提供到广东的养老机构接受服务的选项。

此后十多年里,随着粤港澳大湾区加速建设,跨境养老协同合作不断深化,越来越多的港澳长者以多种形式北上广东定居,三地间的养老服务资源、理念、模式等持续融合,人与人之间的距离也在不断拉近。

有的人等不起,有的人想要高性价比

2024年,因为生了一场重病,张碧玉一度卧床无法自理。在香港,通过“安老服务统一评估机制”评估的长者可以进入由政府资助的安老院舍,低价或免费获得住宿、膳食及护理服务。不过,由于香港土地、人力等资源紧张,且老龄化程度严重,从20世纪90年代起,这类安老院舍就出现了轮候情况。也就是说,想在那里有一张床位,张碧玉必须排队。

根据香港特区政府公布的数据,截至2026年1月,处于轮候状态的长者超过1.7万名;过去3个月,政府资助院舍的平均轮候时间约为22个月。

张碧玉只能先住进一家“买位院舍”——那是私人运营、由政府为有紧急护理需要的长者在其中购买床位的安老院。多年来,张碧玉在生活和精神上都极度依赖丈夫,为了陪伴她,马亚明每月自付11500元港币,给自己也买了一张宽度不到70厘米的床位,“翻身都不容易”。

在那家院舍里,同样的床在一个房间里要摆10张。晚上,有的长者长时间吵闹,呼叫护理员的铃声时不时会响起,谁都睡不好觉。马亚明说,人们在那里不是养老,而是熬着等时间过去。

这样熬了10个月后,偶然的,马亚明听说了“广东院舍照顾服务计划”。那时候,该计划已扩容至广东省多个城市。按照规定,被纳入其中的养老机构的服务标准需达到香港特区政府相应要求,入住且符合条件的长者将获得与在香港同样的福利资助。

对马亚明和张碧玉来说,这无异于解决燃眉之急。在颐康老年服务中心,自费入住的马亚明每月费用为4900元,比在买位院舍时少了一半,这对老年夫妻的经济压力也得以显著减轻。

和广东其他城市一样,与港澳两地相比,中山养老服务产业具有土地资源充足、运营成本低等优势。近年来,该市接连出台措施,鼓励包括港澳资本在内的社会力量参与当地养老服务体系建设。

2022年,港资企业中山市信辉健康养老服务有限公司成立。有别于大多数传统养老机构封闭、统一、地处郊区的特点,信辉康养位于中山市中心的“乐龄公寓”更像是叠加了养老功能的开放式社区。在那里,房间经过适老化调整,依托科技搭建的监测平台能实时反馈入住者的相关情况,



在横琴综合服务中心,长者们正在参加国画兴趣班的活动。

本报记者 刘友婷 摄

公里外还配有医疗、家政、餐饮等服务。在此基础上,长者们可以各自按自己的节奏、习惯生活。

72岁的邓太已在“乐龄公寓”住了近一年半。20多年前,邓太短暂地把自己的母亲安置在东莞一家条件很不错的养老院,但她发现,在与外界隔离的环境里,母亲过得并不开心。轮到邓太自己养老时,获得照顾的同时拥有足够的自由也成了她的最大诉求。

邓太曾长期居住在香港和国外。她算过账,想在这两个地方享受到与信辉康养同等条件的服务,“负担不起”。现在在中山,每月总花销大约1万元,她与丈夫就过上了想要的老年生活。“公寓楼下有直达香港的班车,我经常上午约着那边的朋友喝早茶,下午再回来。”邓太说。

从陌生人,到“新街坊”

在社工陈嘉妍敲开家门前很长一段时间,澳门居民苏妙燕并不觉得自己真正搬到了内地。

随着横琴粤澳深度合作区发展,考虑到横琴居住条件更优越,在儿女们“换个环境”的建议下,2024年10月,苏妙燕和丈夫苏玉林搬进了横琴“澳门新街坊”小区——那是当地首个为澳门居民建设的综合民生项目。

一开始,搬家并没有起到想象中的积极作用。苏玉林向来不爱出门,苏妙燕倒是喜欢热

作前,就曾到横琴口岸派发宣传单。让她同行的内地工作人员惊讶的是,往来的澳门居民无论年轻还是年长,只要看到“澳门街坊总会”几个大字,大多都会热络地上前与陆凤璇等人打个招呼、聊上几句。

帮助跨境养老的长者重建社会关系,是澳门街坊总会在内地的重要工作内容。在横琴的小横琴社区,现在活跃着一支“长者记者”队伍。横琴综合服务中心先组织社区里有意愿、有基础的长者参加写作与采访培训,再协助他们联系受访对象。见面、聊天、合作,此前互不认识的社区居民渐渐熟悉起来,3年时间里,长者记者们已整理出两本口述书籍。

对于平时很少在社区现身的长者,家访则是服务的第一步。36岁的陈嘉妍是澳门人,在澳门街坊总会从事社工工作已有十多年。在苏妙燕家中,听说她擅长跳舞,陈嘉妍提出,她可以到由澳门街坊总会设立的横琴“澳门新街坊”长者服务中心当舞蹈老师。

一句简单的邀请,成了消解苏妙燕与新环境间陌生感的关键。如今,苏妙燕依然常常跳舞、喝茶、聊天,只不过地点变成了横琴,同伴也变成了经长者服务中心认识的新朋友,“现在忙得一周只能回一趟澳门了”。

不同于苏妙燕,陈嘉妍家访后,苏玉林还是很少参与“新街坊”间的活动。不过慢慢地,陈嘉妍发现苏玉林变得喜欢在小区周边散步,偶尔聊



在颐康老年服务中心,马亚明正在给妻子张碧玉测量血压。

本报记者 刘友婷 摄