

# 公园里的养老服务“新名片”

□何奕欣 夏晨希 姚晗 费洋

“做完这组练习，我推你去门口的小公园走走。”在常州经开区社会福利中心1楼的康复大厅里，护理工正陪着季奶奶做复健。季奶奶因为脑梗导致偏瘫，经过一段时间的器械辅助练习，状态有所好转。

近日，常州经开区社会福利中心正式投入使用。依托第三方专业养老服务运营机构，福利中心采用社工、全科医生、护理师、营养师队伍整合照护的服务模式，专注失能失智、术后康复及高龄长者的照护，“机构—居家”相协调、医养康养相结合，打造了一张建在圩墩公园里的养老服务“新名片”。

“蔡奶奶，你画得好棒呀。”“戚爷爷，这支黄色蜡笔给你。”3月26日下午，在社工武闽南的组织下，爷爷奶奶们在活动室专注地进行着涂色小游戏。今年52岁的刘旭东因为脑梗有些失智，他拿着作品向武闽南展示，得到表扬后得意地吐了吐舌头。据武闽南介绍，按照天气、节令、老人们的状态，她每天安排不同的活动，几天前圩墩公园桃花节采风活动就很受爷爷奶奶们欢迎。

相机的“咔嚓”声定格住一张张笑脸，武闽南用手机记录着老人的生活。



福利中心坚持个案管理，每个老人都有属于自己的“长者照护群”。子女们因为工作无法时刻陪在父母身边，群里的信息、照片、视频让他们的牵挂有了落脚的地方。“所有活动里，我最喜欢下五子棋，但不喜欢下象棋，因为没赢过。住在这里很开心，有肉馒头吃，还有小馄饨，站在窗边就能看到圩墩公园。”刘旭东的话语里带着一丝孩子气。俗话说“老小老小，越老越小”，如果说老人们回归了小朋友的天真，那护理人员就像是幼儿园老师。

晚饭时间，护理工张金梅忙碌着，她

跟同事们一起把餐盒发放到老人们手中，又马不停蹄地给百岁老人戚爷爷喂饭。戚爷爷年事已高，吞咽困难，他的饭是细细打碎的“特殊定制”，喂完他再去吃饭，通常饭菜都已经凉了。护理工作繁忙琐碎，张金梅每天从早上6时就开始忙碌，给老人们擦脸、喂食、喂水，提醒他们喝牛奶、吃水果，陪伴他们参加活动、进行康复训练。张金梅坦言，这个过程里，爱和耐心是最好的技巧。

福利中心致力于打造医养康养相结合的养老服务体系，配备1名值班医生、

2名护士。夏医生每天早上8时查房，他询问老人饮食、睡眠等情况，量血压、测血糖，观察老人的精神状态。“根据查房情况，会调整他们的饮食和用药。血糖高要控制碳水、痛风不能摄入嘌呤含量高的食物，这些都要注意。我们会定期巡诊巡诊，提供基础性医疗服务，发现情况及时处理。”夏医生说，每个老人都有一个装药的小绿盒子，盒子分早、中、晚、睡前四格装不同药物，医护人员会定时监督老人服用。据了解，福利中心还提供艾灸、电磁波照射等中医理疗服务。

除了无微不至的照顾，常州经开区社会福利中心在硬件上也全面更新。门口的小菜园升级为老人们日常活动的小公园；内部设置了药房、餐厅、社工活动室、书画阅览室等功能分区；数字化、智能化安全监管系统实现全覆盖；中央监护系统、非接触生理指标检测仪等智能化服务设备一应俱全。福利中心有单人房、双人房及三人间，每个房间均有阳台和独立卫生间，房间内配备高级电动护理床、液晶电视、空调、饮水机、无线呼叫及护理软件系统等设施。

“我们努力推进养老服务从‘有’到‘优’、从基础性的‘老有所养’到高品质的‘老有所养’，打造养老服务新名片，让老年人的晚年更加幸福。”常州经开区社会福利中心院长晋新红表示。

## 横山桥芙蓉水文化馆亮相

### 讲好“水”故事 村庄绿富美



□记者 孙婕 通讯员 丁文锦 周黎

3月25日，在横山桥镇梁家桥村周刘家村，芙蓉水文化馆正式揭开面纱，它将成为全区水情教育基地样板典范。

该文化馆投资300万元，占地面积650平方米。馆内以“千年芙蓉水一脉贯古今”为核心主题，将水乡融入时光长河，展馆除序厅，分为“古时芙蓉湖 治水造圩堤”“建国创业业 水乡惠民生”“循水促繁荣 芙蓉谱新篇”三大篇章，通过对与水文化相关的人、事、物的全方位展陈，镌刻岁月故事，延伸文化脉流，凝结村民乡愁，展现乡村更新。

据了解，上千年前，横山此处还是一大片湖，名为“芙蓉湖”，芙蓉原是芙蓉湖的一部分。《越绝书》中说芙蓉湖有一万五千顷，也包含无锡前洲等地区，因湖中多植芙蓉，古时文人骚客常来游览观光、赋诗填词。《水经注》《吴地记》等均有记录其宽广浩大，可见芙蓉湖的历史之久、面积之广。

因芙蓉湖治理筑堤成圩，围筑大小圩数百，其中常州最大者称芙蓉圩，面积约六十里，包田数十万亩，自此有了“十万八千芙蓉圩”之说。当时这里是常州东部生态资源丰富、历史底蕴深厚、经济发展活跃的区域。

横山桥梁家桥村党总支书记梁晓东告诉记者，他16岁工作起就了解到芙蓉有修堤的历史，后辗转从武进档案馆找到了清朝道光年间的《芙蓉湖修堤录》拓本，上面详细记载了芙蓉湖历史变迁、堤坝修筑等信息，对芙蓉当地历史和水利演变有着重要研究意义，也证明芙蓉的治水历史绵长。“这次开馆后，我们拓录了拓本一同展出。”

在大多数常州人的印象中，芙蓉更为出名的是“以水养水”。据介绍，上世纪二、三十年代，芙蓉人利用河、荡养鱼，获利后用于水利建设。随后

机器排灌站、大型电力排涝站不断更新，也使排涝抗灾能力大大增强，不再受洪水侵扰的人民便开始利用水积极进行产业的发展。据资料显示，芙蓉饲养鱼种有近300年历史，新中国成立后，政府扶持发展渔业生产，芙蓉逐渐成为江浙两省有名的鱼种之乡，还支持全国各地的鱼苗饲养事业。除饲养鱼种，1965年芙蓉也利用水面试养珍珠，到20世纪80年代，全镇有三分之二的农户养蚌产珠，成为有名的“珍珠之乡”，后期规模不断扩大，珍珠加工业也迅速发展，各类珍珠公司纷纷成立，甚至有的公司还建立了全球销售网络。

芙蓉水文化馆的斜对面，是周刘家村的“小螺姑娘”文化形象。坐落于这片“芙蓉水乡”的周刘家村也因水有了宅改蝶变。该村地形独特，三面环水，是一个“望得见山、看得见水、记得住乡愁”的古村落，得天独厚的地理优势使其成为首个宅改政策驱动的“翻建”样板。

记者了解到，村里梳理内部水乡村田空间，强化生态田园特色风貌，联动农业生产、村居生活和休闲文旅的特色空间，如今“水乡田园”“生态家园”“乡村乐园”三位一体的复合型水乡村休闲特色田园乡村正徐徐展现。梁晓东告诉记者，结合螺蛳、荷花等元素，村里设计“小螺姑娘”文化IP，打造1条水利路、5大空间区域、18个节点，串联田园场景、融合生态环境，推进农文旅融合发展。

从水域到水乡、再到农文旅融合，水已成为芙蓉独特的文化烙印。“在此打造水文化馆，正是为了展示芙蓉特色文化，完善美丽乡村氛围建设，以乡村文化底蕴激发乡村振兴内生力。”梁晓东说，后续村里将坚持以水为魂，讲好芙蓉“水”故事，持续擦亮水脉底色；坚持以水为媒，做好“水”文章，发挥生态优势，串联文旅资源，赋能产业发展，推动共同富裕。

## 戚墅堰东街：老民房“爆改”民宿

本报(李焱)运河边的戚墅堰东街老街上，有一座利用闲置建设材料改造而成的老宅，房屋仍保留着传统徽派建筑结构，干净的小庭院，木板门框，从外面看来装饰朴素、小巧雅致，这是老街“70后”居民王亚峰自己设计打理的民宿“万安旅店”。

进入老宅内部，空调、巨幕投影、烧烤架、直播设备……现代化娱乐设施一应俱全，与略显斑驳的老屋形成鲜明对比。屋内还设有长条酒吧台，庭院水景用水泥垒砌而成，二楼楼梯边挂着的运河、文化宫、延陵路等常州照片勾起了人们对旧时龙城生活的点滴回忆……

“别看民宿不大，但设施齐全，特别适合家人朋友组团入住，喝喝茶、吃吃烧烤，碰上天好，还能在阁楼上眺望

运河老街，感受常州之美。”万安旅店从设计、装修到经营，都是由王亚峰自己一人独立完成，内部装修，利用周边邻居用不到的闲置资源改造，做好花费了自己7个月时间。

“墙面上的装饰用的是邻居店里搬仓库多出来的几张样品席条，加上平常收集来的皮革，在零头板上用锯改一下尺寸，马钉枪打上，老房子墙面焕然一新。”在小红书上，王亚峰和网友分享旧物改造老宅的全过程。

老宅比较方正，有两个进户门，户外就是戚墅堰老街。在装修内饰上，王亚峰把这间房打造成20世纪70年代的风格，和老街融为一体。通过隔断设计，通常情况下民宿是两套各自独立的复式小二楼，当有三五好友来访时，两套又能合成一套。

王亚峰的主业是经营美容美发产品，从未做过专业设计和装修，这次的老宅改造全靠自学。“就是脑子灵活一点，花样多，会添置一些新的好玩的东西”。王亚峰说，自己最初只是对于装修设计感兴趣，投身民宿行业并非受潮流影响，而是想为老街的旅游发展尽一份力。

“当初改造这间房本来是自己养老用，但在装修时碰到东街街面出新，我想着，不妨发展旅游业，打造一间好看的民宿。”去年11月，王亚峰把这间老宅改造成了老街第一件民宿。

春节假期前后，万安民宿的生意迎来了高峰，每天都有五湖四海的游客来入体验。有一位从东北鹤岗来玩的小姑娘让王亚峰印象深刻，正月里一房难求，常州景点又多，小姑娘没有时间买纪念品，走后还委托王亚峰代买一些寄到东北。

开业小半年后，王亚峰很快就适应了民宿的节奏，每次来客人时还兼职“半个导游”，给客人讲解常州的旅游路线，推荐景点，并提供便捷租车、直播设备租赁、纪念品代购等年轻一代喜欢的服务。

“虽然我老家是泰兴的，但是我18岁就来到了常州，在戚墅堰生活了30年，对这片土地也有感情。我做民宿其实一直是玩的心态，就是将生活跟工作融合在一起。我不想做枯燥乏味的工作，哪怕能给我带来丰厚的报酬。开民宿不是为了赚钱，结交五湖四海的年轻朋友，还能宣传常州，是我理想中的生活。”淡季没有客人时，王亚峰也欢迎周边邻居来他设计的小屋里看一看，一齐感受下老常州的文化。

截至目前，王亚峰“五一”假期期间的民宿订单已经全部订满。



## 丁堰街道：举办火车文化园研学游

本报(何奕欣 李佳蔚)登上火车头，当一次火车司机；参观机车总装生产线，看看火车是怎样制造出来的……3月30日上午，丁堰街道举办戚机厂火车文化园研学游活动。

戚机厂火车文化园立足工业遗产保护和利用，打造“火车”主题工业符号，引领带动工业旅游、中小学生劳动教育与研学活动、文化产业开发，获评“江苏省工业旅游区”。

活动中，家长陪同孩子们参观了张忠国家级技能大师工作室、民国建筑“老三楼”、常州大运河工业遗产展览馆等，通过手绘帆布袋、机车科普小课堂、观看现场操作实景等形式感受“铁路工业文化”的独特魅力。

本报(李焱 李玉和)“我想用我的经历告诉大家：无论遇到多大的困难，都要勇往直前。”在横山镇馨槐残疾人之家，26岁的薛心怡坐在轮椅上熟练地打开抖音直播，为残疾友人制作的手工皂和绿植直播带货，一小时内，这些手工艺品销售一空。

如果不是站在现场，很难想象这位在镜头前侃侃而谈的姑娘是高位截瘫的残疾人，3岁时，一场意外车祸造成她高位截瘫，行动需要借助轮椅。但薛心怡并没有因此折翼，从全运会轮椅击剑亚军到退役后担任横山镇残疾人之家管理员，薛心怡一直保持积极乐观、自立自强的态度，在退役之后，她积极走访周边残疾人家庭，了解诉求、解决问题，同时在横山镇残疾人之家定期开展就业辅导、技能培训等项目，让一批残疾友人成功找到工作、回归社会。

2023年，薛心怡荣获常州经开区新时代青年榜样称号。

### 轮椅剑士 在赛场收获信心荣耀

“我练习剑比较晚，17岁时，在公园‘散步’时，正好有一个体校教练看我轮椅玩得特别溜，当场就问

我有没有兴趣去练项目。”初中毕业后的第二年，一次偶然的机会，薛心怡被江苏省轮椅篮球队看中中进行训练，2017年转练轮椅击剑，成为一名省级击剑运动员。

轮椅击剑项目需要将轮椅固定在赛道上，和健全人比赛不同，轮椅击剑运动员在比赛中无法用步法后躲躲闪，只能依靠身体的左右移动来躲避对手的剑尖。“无法后退，就只能努力向前。”击剑有重剑、佩剑、花剑三种，从未接触过击剑运动的薛心怡，与这些不同的“武器”光磨合就用了很长一段时间。

轮椅击剑不仅对上肢力量有要求，还考验选手的反应能力，胜负往往在一瞬间就能决定。面对训练时的各种难题，薛心怡每天在训练场上待就是六七个小时。在训练场上，队友们之间经常互相鼓励，团队之间的拼搏精神深深激励薛心怡迎难而上、挑战自我。

“无论是训练还是比赛，在击剑队的经历是我人生宝贵的财富。”在薛心怡看来，她的生活因为体育发生了变化，运动让她重新找到了人生的方向。2021年，

在全国第十一届残疾人运动会暨第八届特殊奥林匹克运动会中，薛心怡获得女子佩剑、重剑两枚团体银牌，个人项目上获得女子B级佩剑第五、女子B级重剑第六的好成绩。

### 换个赛道 让残疾人工作生活有“位”来

轮椅击剑项目长期练下来，薛心怡出现了“网球肘”，加上独自住在外地导致的父母思念和心疼，2021年末，薛心怡从省队退役回到家乡横林。退役后她尝试了标枪、铅球、冰球、马拉松等各种运动，在常州市第七届残疾人运动会上，她还获得F55女子组标枪和铅球两枚金牌。

2022年5月，经开区残联、横山镇残联协同开发公益性岗位，将薛心怡安置在横山镇馨槐家园“残疾人之家”服务中心，成为管理员，同年换届选举成为横山镇第四届残疾人联合会综合协会主席。“为了能够尽快适应新身份，融入‘馨槐家园’这个大家庭，薛心怡更加刻苦。她与本地种植园合作，组织残疾人共同

学习多肉种植技术，经营馨槐绿植小店，为残疾人就业增收增加渠道。

“我想带动周边更多残疾人参与，鼓励他们乐观面对生活。”薛心怡坚定地说。和学习击剑一样，人生也是一段不断突破的旅程。“让残疾人有自己的工作岗位，书写精彩的人生故事”是横林馨槐“残疾人之家”服务的宗旨。担任管理员后，薛心怡多次参加残疾人职业技能培训和各类助残公益活动，宣传售卖残疾人手工艺品、横林镇特色农副产品，技能掌握后，薛心怡还作为老师教会了一批残疾人之家的残友，为残疾人立足当下、自主创业起到了很好的帮助作用。

去年，通过“美丽工坊”项目帮扶，薛心怡学习网络直播技术，成为“主播”，带动“残疾人之家”香薰蜡牌、蜡烛等手工艺品销售，并利用直播架积极响应乡村振兴，宣传推广当地农副产品。“人生有很多可能，希望残疾人朋友勇敢尝试。”薛心怡说。目前，薛心怡还经营着自己拍摄剪辑的机构视频号“馨家族”，为更多的横林周边残疾人家庭鼓与呼。

## 轮椅上的“剑士”

## 冯仲云纪录片获省一等奖

本报(李焱 李玉和)记者3月29日从横林镇获悉，“常州名人系列——冯仲云”纪录片《从数学才子到抗联名将》荣获江苏省档案文化精品奖“音视频(活动)类”一等奖。

《从数学才子到抗联名将》由市委宣传部、常州经开区党工委、横林镇政府共同出品，江苏恐龙园赞奇影业有限公司承制拍摄，于2023年7月登陆央视“国家记忆”栏目。纪录片真实而生动地反映了冯仲云从数学才子到抗

联名将的传奇经历，同时，更是东北抗联精神真实而生动的写照。

该纪录片历时一年半的拍摄制作，以人带史、以事论理，兼具时代特征、中国特色、江苏特质，通过亲属或见证人口述历史、专家采访、动画制作，以及珍贵文献、历史档案、影像揭秘等多种创作手段，带领观众重返历史现场、触碰红色记忆，立体展现冯仲云这位“对革命战争有重要贡献的特殊人物”的生平事迹。

## 整治户外广告 安全颜值双提升

本报(孙婕 丁文锦)市容环境整治非一日之功。为进一步净化镇区空间环境，有效防范户外广告设施安全风险隐患，实现镇区“安全”“颜值”双提升，3月29日，横山桥镇综合行政执法局持续推进户外广告专项整治。整治过程中，执法人员向需整改

商户发放《未履行市容环卫责任温馨告知书》，做好政策宣传，耐心解答商户相关问题，提升商户对整治工作的知晓度与支持度。

此次整治行动共排查镇区各类户外广告、店招店牌500余处，集中拆除老旧破损、框架锈蚀等存在安全隐患的广告店招23处，拆除面积295平方米。

## 探寻“一滴水”的旅程



本报(李焱 李玉和 赵玉涵)3月26日，正值2024年“中国水周”，一场“知水护水兴水，共享幸福河湖”活动在横林镇举办，横林初中学生们参观了横林污水处理厂，了解污水处理全过程。

“同学们，这里是污水进水口。通过一系列的处理工艺，污水就能变成清澈的净水，可以达标排放入河了。”学生们先后参观了厂区内污水预处理、生化处理、深度处理、污泥处理等

工艺流程，对污水变成清水的过程有了清晰的认识。

横林污水处理厂现状处理规模为每天2万立方米，处理后出水达到国家一级A排放标准，远期计划扩建至每天10万立方米。参观完后，江苏省水文水资源勘测常州分局的工作人员又为学生们带来了“小水滴”趣味知识讲座和“变色的水”科学小实验，向学生们传递节约用水小技巧，帮助学生增强节水意识。