

# 让居家养老享受专业照护服务

杨彦帆

中国人倾向于居家养老，大多数老年人的现实选择也是如此。如何提高对这些老年人的照护水平，各地一直在积极探索。近年来，北京、上海、江苏等地探索推出家庭养老床位服务，依托就近的养老服务机构，将专业照护服务送到老年人尤其是失能、半失能、高龄老年人家中，受到老年人和家属欢迎。

和普通居家养老相比，家庭养老床位在满足家人陪伴心理需求的同时，照护专业性明显提高。家庭养老床位不仅是物理上的一张床，还包含对老人的生活空间实施必要的适老化、智能化改造，如配备24小时远程看护体系，安装一键呼叫智能设备等，以专业化管理提升照护质量和水平。和请一名护理员上门服务相比，家庭

养老床位的优势在于照护服务的稳定性，其背后的支持体系更强。提供前端服务的是一名驻家护理员，但提供业务支持的是一个由医护人员、养老管家、服务人员等组成的团队。这不仅可以提升照护服务专业性，还能更好地提供个性化服务，照顾到老年人各方面需求。一些地区还鼓励支持家庭养老床位的服务机构与基层医疗卫生机构，为服务对象同步提供生活照料、居家护理和医疗服务，促进医养、康复服务在居家环境中深度融合。

家庭养老床位的出现，折射出我国基本养老服务体系的不断完善。近年来，我国着力构建以居家为基础、社区为依托、机构为补充、医养相结合的养老服务体系，探索更多养老新方式。《“十四五”民政事业发展规划》提出，健全建设、运营、管理政策，发展“家庭养老床位”。政策支持，加上有

更多基本公共资源下沉到群众身边，为家庭养老床位的兴起创造了条件。家庭养老床位的发展，创新了居家养老服务方式，不仅有助于缓解机构养老资源不足，也可以让下沉到基层的医疗卫生服务资源发挥更大作用。

当前，家庭养老床位仍处于起步阶段，发展和完善的空间还很大。比如，服务质量如何保证，责任风险如何划分，等等。解决这些问题，需要在制度化、规范化上进一步发力，加强家庭养老床位的质量和标准建设，对服务内容、频次、收费及各方权利义务、风险分担机制等作出规范，并加强监管。比如，上海提出，提供家庭养老床位的养老服务机构一般需形成“15分钟服务半径”，确保及时响应服务对象需求。

作为新生事物，家庭养老床位的发展还面临诸多挑战。比如，对一些家庭来说，

这项服务还不够经济；开展相关业务的养老服务机构，则面临盈利能力不足、专业护理人员匮乏等困难。完善家庭养老床位这一服务新模式，需要政府部门、养老服务机构、家庭形成合力，也需要更多社会力量的参与。用好各方面资源，有针对性地加强扶持，才能推动这项有益探索日益走向成熟。

居家养老是我国最主要的养老形式，在机构养老资源有限的情况下，推动专业机构服务向社区、家庭延伸，符合社会发展趋势，契合老年人的生活需求和心理期盼，可以让更多老年人在家享受到专业化、个性化照护服务。随着老龄化程度不断加深，紧紧围绕老年人需求，积极创新养老服务模式，加强养老服务能力建设，就能不断提升居家养老水平，让广大老年人过上更有品质的晚年生活。

## 挂牌督办



记者近日获悉，黑龙江省生态环境厅已对3家企业环境违法问题挂牌督办。按照督办期限，2023年11月25日前，3家企业环境违法问题要查处到位、整治到位、监管到位。

新华社 朱慧卿 作

## 如何破解 “早奋斗晚困惑”

丁新科

最近，“早F晚E”网络热梗引发网友关注。百度百科还为其建立了专门的词条解释，指早上喊fighting(战斗)，晚上睡前却emo(网络流行语：忧郁)的现象，形容现代青年在白天努力奋斗，晚上却常常困惑的状态。

事实上，这个梗源自演员胡歌，他凌晨发微博，言语抑郁，遭遇颓废的胡茬和目光呆滞的自拍让网友担忧其精神状态。随后，众网友纷纷调侃他是“早F晚E”。

网络热词的出现不是偶然，它是一个时期社会情绪的集中反映。正是胡歌的状态，与年轻人产生了共振。仔细想想，很多人不就是这样的状态吗？早上出门上班前元气满满、充满阳光，经历了一天的劳累，晚上回家身心疲惫，甚至不想说话。也有的年轻人白天精神萎靡，晚上兴奋，游戏人生。有的年轻人遭遇挫折，就走不出去，把自己封闭起来。如果说这是短期的状态尚且还好，放任这种情绪波动长期存在，显然不利于身心健康。

剥开伪装坚强的外壳，谁不是在暗自疗伤？强大的内心也需要一步步建设。有心理学家建议，年轻人可以尝试积极调整心态，和自己达成和解。不但要接纳自己的不完美，也要换个角度看问题，正确对待生活工作中的挫折，保持平和心态，从而摆脱由于情绪波动造成的“精神内耗”。

在这方面，年轻人不妨向天津大爷学习。最近，天津大爷在海河上玩花式跳水，吸引众多人围观。或许有人会说，跳水哪里都有，有啥稀奇的？天津大爷不同，跳水前会和围观的人群来个互动。“生存1分钟，快乐60秒”是他们的口号，瞧瞧，这哪里是跳水，更像是一种生活态度，一种生存哲学。通过运动来释放压力、舒缓心情，早被证明是有效的办法。

天津地界上，历来有奇人异士，冯骥才老爷子笔下的码头生活是丰富多彩的，人物是有棱有角的。天津大爷们活通透了。他们的快乐也感染了围观的人，甚至有外国人也加入跳水队伍。有人评价，大爷们凭空造出一个景区来。其实不然，这是中国老百姓独有的乐观精神，松弛也不失为一种生活态度。这不是单纯地找乐子，而是善于发现生活中的美好。

广东的房东大爷每年坚持回村扒龙舟，赢了豪气地免租客房租；河南、山东大爷们爱赶集，戏台子前听戏……生活不仅有一时的苟且，还有无尽的热爱与执着。那些奋发向上的力量，往往能抚慰心灵，鼓舞前行。

## “盗播”赛事究竟伤了谁

姜天骄

杭州亚运会日益临近，赛事版权保护角力也日渐胶着。近日，国家版权局等4部门联合启动打击网络侵权盗版“剑网2023”专项行动，治理未经授权、非法传播亚运会等体育赛事节目就是其中重要一项。

随着网络技术进步，在线直播成为很多人观看体育赛事的方式。每逢大赛，网络上就会跳出大量比赛集锦、直播回放。点开手机就能看，让很多观众大呼过瘾。不仅如此，风趣幽默的解说、新鲜有趣的互动玩法，都为在线观赛增添了吸引力。至于这些内容是否有官方授权，却很少有人关心。

当前，公众对版权保护的关注更多集中在影视作品、网络文学等领域，对体育赛事的版权保护意识还比较模糊。一方面，著作权法保护的是具有独创性的内容，体育竞技活动能否纳入著作权保护范围存在争议；另一方面，“盗播”侵权形式复杂多样，甄别体育赛事

节目的版权“真面目”也并不容易。

从产业角度看，“盗播”行为破坏了版权产业秩序，给体育赛事带来巨大经济损失。杭州亚运会这样的大型国际体育赛事具有重要社会影响和经济价值，其版权是很多媒体和投资者必争的“富矿”。“盗播”平台肆意“截流”不仅有违市场公平竞争原则，也损害了赛事本身及其转播商的正当经济利益。

从观众角度看，“盗播”泛滥，观众同样也是受害者。“盗播”网站时不时跳出的非法链接或二维码不是广告就是陷阱，观众被各类涉黄、涉赌信息侵扰，危害身心健康。更严重的是，“盗播”会导致赛事经济效益折损，投资者投入减少，将会影响大赛的品质提升和可持续发展。

保护版权需要大众深刻认识侵权盗版的危害，不断增强版权保护意识。维护大型体育赛事版权，除了打击“盗播”，对体育赛事品牌、赛事名称、特许商品、数字藏品等领域的保护同样不可或缺。因此，有效遏制侵权行为，须加

大治理力度。

拔本塞源，及时止损。电商平台、浏览器、搜索引擎等表面上看起来不是直接侵权方，但对于那些反复存在且一望可知的侵权行为，平台有不可推卸的责任。“剑网”专项行动进一步压实了平台主体责任，严格把关盗版内容传播渠道，有助于铲除盗版侵权滋生土壤。

从技术层面看，平台对侵权内容采取删除、屏蔽、断开链接等必要措施不难实现。区块链技术可以很好解决版权纠纷确权难、监测难、取证难等问题。技术进步可以支撑企业更好发展，相信也一定能够进一步提高版权保护效果。

版权保护问题具长期性和艰巨性。在严格执行执法的同时，也要深入研究产业发展的特征和规律，关注新媒体时代版权领域新问题，提出长期立法目标，才能让版权在推动文化繁荣、科技进步和经济社会高质量发展等方面发挥越来越重要的作用。