

深耕银发经济 沈阳解锁享老新生活

本报记者 姜雪 刘桐

核心提示

一座有温度的城市，是什么模样？答案里，一定藏着对夕阳时光的温柔善待，看得见银发经济蓬勃发展的强劲势头。

截至2025年年末，沈阳市60周岁及以上户籍老年人口242万人，占全市户籍人口的31.8%。老年人多元化、高品质的养老期盼越迫切，催生了潜力巨大的银发经济市场。从“基本养老”到“品质享老”，从“保障有无”到“追求更好”，沈阳市以养老服务提质为抓手、产业培育为支撑、消费激活为动能，精准对接多层次养老需求，推动银发经济与养老事业深度融合发展。

编制“十五五”老龄和养老事业发展规划，筑牢制度保障；承接多项国家级养老改革试点，以试点创新推动养老服务整体突破。一张消费券、一张康养床、一餐暖心饭……沈阳以务实举措，让品质享老从愿景变为可感可及的生活日常。



沈阳市康养服务中心40岁以下科班出身的护理人员占六成，“青春养老人”成为行业新生力量。



“小橙长护”助浴师上门服务，细致测量血压血氧，为长者提供全程安全助浴。



老年助餐点营养餐大赛现场，厨师精心烹制老美食品。



“彭祖之道”居家养老服务中心，声乐课堂吸引众多长者参与，歌声不断，欢乐满堂。

本版图片由本报记者姜雪摄

守护银发尊严

微镜头

“心里这块大石头，总算放下了！”在沈阳市康养服务中心，83岁的刘润田与在大连的儿子通着电话，笑容里满是释然。几个月前，刘润田摔伤了腰，需要长期专业护理。得知机构护理费每月6500元，老人打了退堂鼓。“我退休金有限，全靠儿子补贴，一辈子要强，到老还要拖累孩子，心里这道坎儿，过不去啊。”尽管家人反复劝说，老人依旧心事重重。

经过专业评估，刘润田被认定为中度失能，成功申领到每月800元的养老服务消费补贴。随着身体状况好转，护理费降至5000元，抵扣补贴后自付4200元，退休金可以覆盖了。“这补贴给的不只是钱，更是晚年的尊严。”老人心里好受多了。

这份真金白银的保障，既为机构养老减负，也为居家照护解忧。

“吃喝拉撒我都能扛，就是给老妈洗澡，难住了我。”90后王凯说起照顾脑梗母亲的日常，满脸窘迫。母亲患病前爱干净、重体面，患病后身体沉重、行动不便，居家洗浴不仅费事，还满是尴尬。看着母亲日渐憔悴，王凯有心又无力。

好在社区网格员及时告知最新养老服务消费补贴政策，王凯通过“民政通”小程序预约上门助浴服务。专业助浴师的到来，让母亲洗得既舒服又体面干净，王凯也如释重负，“费用抵扣一半，花不到200元，以后老妈随时想洗就能随时约。”

深聚焦

作为全国首批失能老年人养老服务消费补贴试点城市，沈阳以政策为杠杆激活银发经济，在失能老人补贴发放、消费券赋能养老消费领域先行先试。截至目前，沈阳累计争取国家资金1.43亿元，为中度及以上失能老年人发放专项补贴。补贴以电子消费券形式直达个人账户，可直接抵扣居家上门、机构养老、日间照料等各类养老服务费用。

政策实施以来，撬动养老服务消费超2.74亿元，惠及1.99万名老年人。2026年1月至今，全市累计发放消费券3.5万余张，核销金额超1854万元。一张消费券，既减轻了失能老人家庭经济压力的双重负担，也激活了更多老年消费需求，带动养老服务市场主体蓬勃发展，形成政策惠民、产业增效的良性发展格局。

安享幸福晚年

微镜头

“住了5年，早把这儿当成自己家了。”93岁的袁喜荣老人精神矍铄，只是耳朵有点背，说话嗓门大得像喊大喇叭。禧瑞怡园长者照料中心副院长冷春美凑到老人耳边说：“记者问您，咱这儿哪儿好？”

说起在中心的日子，袁喜荣打开了话匣子。在耄耋之年，最让老人安心的，莫过于机构完善的医养保障。中心一楼设有专属医务所，日常头疼脑热、血压血糖波动等小毛病，不出院门就能得到及时诊疗；护士24小时值守，慢病用药管理、日常健康监测样样细致周全。

让袁喜荣记忆深刻的是一次突发阑尾炎。夜里她疼痛难忍，按下床头呼叫铃后，护理人员第一时间赶到，迅速联动医护人员评估病情，同步联系家属，并紧急启动与周边三甲医院的转诊绿色通道。全程衔接顺畅、处置高效，为抢救治疗赢得了宝贵时间。

医养结合为健康兜底，个性化照料让养老与亲情相融。

走进金太阳养老中心，活动室里笑语不断，金凤珠迈着碎碎步来参加团课。“老伴儿卧床了，家里的照料远不如专业机构周到，我就和他一起住了进来。”对现在的生活，金凤珠十分知足。每天清晨，她陪着老伴儿接受专业康复治疗、理疗按摩，之后便参与唱歌、朗诵等文娱活动中。如今，老伴儿的病情稳定了，她切换为日间照料模式，白天在机构陪伴老伴儿，晚上回家与子女团聚，专业照护与亲情陪伴两不误。

深聚焦

沈阳持续推动养老服务机构提质扩容，充分发挥其在银发经济中的作用。截至2025年年底，全市已有养老机构297家，民办养老力量稳步壮大，公办机构改革持续深化，医养结合服务全面铺开。全市通过设置门诊、护理站、医务室等开展医疗服务的养老机构27家，其他养老机构均能通过附近医疗卫生机构签订合作协议等方式，为入住老年人开展基本医疗服务。

同时，沈阳积极引入国内外优质养老品牌，落地一批高品质养老项目，全市星级机构占比80%，其中三星级以上82家，以标杆推动养老服务从“有得住”向“住得好”升级。从硬件完善到服务提质，从规模扩张到内涵提升，不断织密多层次、广覆盖、专业化的养老服务保障网。

盛满社会温情

微镜头

“今天有你爱吃的小鸡炖蘑菇土豆。”中午时分，沈阳市皇姑区松遼社区的边增杰和老伴走路6分钟，来到悦邻东厨社区食堂就餐。食堂明厨亮灶，小碗菜现点现做。

边增杰仔细挑选菜品，还特意叮嘱厨师：“我和老伴一个有糖尿病，一个高血压，饭菜要无糖少油、软烂好消化。”厨师精准把控口味与营养，不多时，热气腾腾的饭菜就端上了桌。“外面的菜油大糖多，不敢吃。在家做一顿吃一天，也不行。”边增杰说，如今社区食堂精准适配老年营养需求，菜品科学配比、荤素均衡，还可微信群提前预订。赶上雨雪天气，3公里内免费送餐上门。一顿饭九折优惠下来，仅20多元就让老两口吃得健康又满足。

专业助餐暖胃暖心，邻里守望更添温情。

“小秦，今天又辛苦你啦！”一到饭点，沈阳市沈河区山东堡社区的“爱心食堂”便暖意融融，前来就餐的多是高龄、空巢老人。在厨房里忙碌的秦艳，也是一位古稀老人，今年已是她志愿服务的第六个年头。

山东堡社区60岁以上老人占比达23%，不少高龄、空巢老人吃饭犯难。这间爱心食堂专为他们开设，每月仅需80元，平均一餐不到4元，极大减轻了老人经济负担。志愿者们精心搭配软烂可口、营养均衡的饭菜，逢年过节还一起包饺子、包粽子，让老人吃出“家的味道”。

深聚焦

作为银发经济重要民生场景，沈阳在全省率先推进老年助餐，以“助餐+”模式拓宽产业边界。目前已建成200个老年助餐点、200个嵌入式养老服务综合体，把暖心餐食精准嵌入社区生活圈，实现“下楼即就餐，就近可享老”。

沈阳持续推动“幸福长者食堂”升级，举办沈阳市第二届“舌尖上的幸福”暨“盛情康养杯”老年助餐点营养餐大赛，以匠心守初心。计划培育10个健康长者营养餐厅，推动助餐服务向营养化、标准化、品牌化提升。普惠兜底筑牢养老根基，品质升级改善就餐体验，沈阳用一餐餐热气腾腾的饭菜暖胃更暖心。同时，全域推进适老化改造，进一步激活社区银发消费市场，让助餐服务成为撬动基层银发经济发展的有力支点，让老年生活更加有滋有味。

养老服务也能手机“点单”

本报记者 姜雪

“点开盛情康养平台，有点儿像你们年轻人点外卖，顺手，选择还多！”刚退休不久的刘海红精神十足，对自己的人生下半场充满期待。她熟练地滑动手机页面，一项项展示着自己的课程订单：插花、书法、茶艺、八段锦……订单列表一眼看不到头，“课排得比上班还满，日子过得比年轻时还精彩！”这份充实又惬意的退休日常，得益于沈阳本土智慧养老平台——盛情康养。依托国家基本养老服务综合平台试点建设契机，沈阳市民政局联合盛京金控集团、东软集团，打造东北地区首个“政府主导、国企运营、科技赋能”的市级养老服务统一平台，以数

字化手段破局养老供需壁垒，激活银发消费新潜力。平台打通公安、卫健、医保等多领域数据，绘制全域“养老服务地图”，养老供需精准高效匹配。自2025年6月上线以来，这个养老服务领域的“新基建”，将居家照护、医护上门、便民商城、老年大学、适老化改造等三十大大类养老服务一站式整合，老人和家属有需求，指尖轻松点，拓宽了银发经济消费场景。

“想学民族舞，还想试试模特步，哪儿有教的地方？”“你看这儿，有课的机构全都列出来了。喜欢哪个就选哪个。”刘海红边说边热心地教着老友如何下单。如今，通过平台，线

上线下课程随心选，公益课、精品课穿插学，和同龄老友一起约课、结伴上课，刘海红的晚年生活越发多彩。

活到老学到老的热情“拦不住”，居家照护的点滴也“难不住”。年初，家住沈阳市和平区安泰社区的王海宁老人意外摔倒，随之倒下的还有整个家庭的平衡。女儿王娜既要上班又要照顾老人三餐，一个月下来，疲惫不堪，偶尔加班无法及时回家，满心愧疚。

上哪儿找替班？焦头烂额的王娜四处打听，却很难找到靠谱的资源。就在她毫无头绪之际，社区网格员向她推荐了“盛情康养”。王娜当即点开平台，首页清晰的服务分

类、就近匹配的服务商列表，让她瞬间看到了希望。她综合对比配送距离、用户评价和服务品质，很快就选中了“彭祖之道”居家养老服务中心的上门送餐服务，完成了下单。“爸妈能吃上热乎乎可口的饭菜，家里的压力一下子缓解了！”她说。

服务全程留痕、质量实时监测、风险智能预警，作为沈阳智慧养老的标杆平台，盛情康养早已凭借实力收获口碑，更带动一大批养老服务商家集聚发展。目前，平台已汇聚1105家优质服务商，上线5619项本地养老服务，注册用户接近5万人，累计为1.1万用户提供服务，交易金额超过1000万元。

记者手记 SHOUJI

青春伴夕阳 是温暖的双向奔赴

姜雪

走访大大小小的养老服务场所，许多“朝阳”与“夕阳”同框的场景令我印象深刻。置身这份真实的热闹里，我真切地感受到：年轻人，正成为养老行业的新生力量。

他们是悉心照料老人起居的护理员，是上门提供专业服务的助浴师，是扎根社区讲授课程的老师……一张张刚褪去青涩的面庞下，藏着不输前辈的认真与热忱。工作时，他们眉眼弯弯、笑意温柔；聊起和老人相处的点滴，又常会眼眶泛红，声音微颤。

“这份工作，你收获了什么？”有人感念依赖与牵挂，有人珍惜认可与信任，有人满足于纾困解难后的小成就。总而言之：被需要的价值感。他们笑说：看似在付出，实则“赚大了”，情绪价值的富足，超越工作的辛苦。

“从业路上，最难跨越的坎是什么？”照顾行动不便的老人，应对日常的疲惫，是绕不开的难题。一位23岁的护理员的回答却是：“我没有任何坎，不觉得那是困难。”

原来，这群“青春养老人”，早已抛开了外界的偏见，全身心融入职业。旁人眼中的脏累、艰辛，在他们心里都是理所应当的分内之事，是刻在心底的责任与担当。他们眼中有光，心中藏爱，用热情与纯粹，为养老行业注入了源源不断的青春活力，更彰显着新生代对生命的敬畏与温情。

不久前，2026年首场长期照护师省际联考开考，沈阳考区的127名考生里，83%的考生拥有大专以上学历，应届科班出身的年轻人占了大半。越来越多的年轻人，主动投身，用系统的知识、专业的技能、赤诚的初心深耕细作，一步步推动养老服务向着专业化、规范化、职业化的方向前行。

当然，这些年轻人的热爱与坚守，从来都不是孤军奋战。

养老产业的发展，核心在人才。如何破解“谁来干、怎么干、干得好”的行业难题，沈阳拿出十足的诚意，打出一套“引、育、留、用”人才建设组合拳，筑牢坚实后盾。

从为专业对口毕业生发放入职补助，搭建“实习+就业+补贴”全周期保障体系，让年轻人入行有底气；到常态化开展千人专业技能培训，打磨服务本领，让护理员、评估师学有所长、价值尽显；再到全面普及家庭照护培训、壮大志愿服务队伍，让专业为老服务走进千家万户……一项项务实举措，一步步铺路搭桥，赋予这份职业广阔前景与十足尊严。

迈入2026年，养老服务人才能力提升被列入沈阳民生重点工作，覆盖行业管理、服务安全、智慧应用等多领域的专题培训，即将全面铺开。沈阳，始终用真心吸引着年轻力量加入养老产业，更倾尽心力培育、留住优秀人才，全力推动养老服务队伍，从“有量可用”向“质优暖心”深度转变。

青春扎根桑榆，初心温暖夕阳。这是青春与银发的双向奔赴，书写出养老事业动人的时代故事，也绘就了城市里最美的民生风景。

数说

品质养老

文旅康养融合提速

银发专列“沈水之阳号”开行27列，服务老年游客1.25万人次。

金融赋能养老产业

投放贷款7.1亿元，设立健康养老产业基金精准支持。

敬老典型成效显著

6个集体、10名个人获全国敬老相关荣誉称号。

宜居环境持续升级

改造老旧小区100个，加装电梯19部，13个社区争创全国示范性老年友好型社区。

家庭适老应改尽改

完成2000户经济困难老年人家庭适老化改造。

公共空间全面适老

场馆银发服务全覆盖，增设适老健身设施1800余件。

老年教育网络完善

构建市、区、街、社区(村屯)四级老年学习阵地。

幸福课堂惠及长者

打造1153个社区课堂、700个村屯课堂，年服务老年学员120万人次。