

“适老化”服务助力老“游”所乐 “银发列车”解锁老年生活新方式

春暖花开,正是旅游好时节。现在,很多老年人都喜欢出去看一看、逛一逛。这其中,坐着火车去旅游受到不少老年朋友的喜爱。2024 年是铁路部门开行银发旅游列车数量最多的一年,达到 1860 列,运送游客超过 100 万人次。眼下春光明媚,让我们通过银发旅游列车,看看老年旅游市场的景象,看看银发一族如何追寻自己的诗与远方。

伴随着春天的脚步,老年旅游市场迎来了又一个“暖春”。3 月中旬,国铁成都局的 Y471 次熊猫旅游专列从成都出发,开往云南临沧,一上车,老年游客们便欣赏到了别具特色的川剧变脸。不同线路的银发旅游列车上,几乎都有精彩的演出,给老人们本就放飞的心情更增添了几分愉悦。除了文艺表演,还有专为老年游客举办的生日聚会。根据国家相关部门公布的数据,截至 2024 年末,我国 60 岁以上的人口达到 3.1 亿人,生活质量的提高和观念的更新,使这些老年人参加旅游的热情日渐高涨。中国旅游研究院院长戴斌:“现在老年人也要追求自己的诗与远方。他们接受的教育水平高,财务也比较自由,特别是 1960 年以后出生的这代人加入到退休行列中来,旅游市场显示出了跟过去完全不一样的活力和增长的潜力。”

为助力银发一族更好地追寻诗和远方。今年 2 月,商务部等 9 部门联合发布了《关于增开银发旅游列车促进服务消费发展的行动计划》。目前,全国 18 个铁路局集团公司已共计安排出 75 条旅游列车运营线。中国国家铁路集团有限公司客运部客运营销处副处长颜颖:“这些运营线基本上覆盖全国路网的各个部分,也就是说通过铁路的旅游列车基本通达全国大部分的旅游景区城市。”相比其他交通工具,许多老年人认为火车所独有的乘坐环境和运行节奏更加契合他们对慢生活的追求。老年人选乘银发旅游列车,既因为它适合自己的生活节奏,同时也因为现在的旅游列车可以满足他们的旅游需求。颜



资料图片

颖:“比如北京到新疆的旅游列车,途经宁夏、甘肃,可以把沿线的中卫、张掖、嘉峪关、吐鲁番这些景点都串联起来,在沿途技术条件具备的情况下可以安排停点。”中国旅行社协会铁道旅游分会秘书长曾辉:“出了火车站就有大巴车,把您接到旅游目的地游玩,吃饭餐厅都提前给订好,晚上回到车上,固定的铺位、固定的车厢,很省心。”

如此一来,列车车厢便成为旅行的大本营,来到这里,老人们大多会发现,相比过去,环境大有不同,这是因为为了提升旅游品质,相关部门建立了银发旅游列车品质型、舒适型、普惠型产品体系,着力进行了适老化改造。戴斌:“旅游和旅行最大的不同,旅行是快速从 A 地到 B 地就行了,旅游在过程中间要体验不同的自然之美,要体验领悟文化之美,今天的老年人要求更高了。”乘坐火车出行,就免不了在列车上用餐。列车上的餐饮不仅关系老年人旅途的舒适度,更与他们的健康紧密相关。那么,银发旅游列车上的餐食是否适合老

年乘客呢?中国铁路乌鲁木齐集团有限公司列车长闫婧:“比如人口即化的粉蒸肉、软糯的南瓜粥、蔬菜瘦肉粥,每一餐都会考虑到老年人的口味需求。”中国铁路昆明局集团有限公司银发旅游专列首席管家边盛楠:“在餐食方面,我们采用低油、低糖、低脂的烹饪方法,避免了带骨、带刺、生冷和易致过敏的食物。如果乘客在餐食方面有特殊需求,我们也可以量身定制。”

在国铁昆明局 Y764 次列车上,当旅客用餐完毕,乘务人员考虑到到达丽江时气温较低,专门对老年乘客做出健康提示。老年人身体机能减弱,对环境变化更为敏感,因而健康问题也就成为他们旅游时最深的牵挂,那么银发旅游列车对此是否有相应的准备呢?颜颖:“根据老年游客出行的健康需要,我们在列车上会配备一些与健康相关的设施以及医护人员。”在国铁郑州局 Y483 次旅游列车上,列车长请随车医生给大家讲解健康注意事项,还专门请她到餐车给工作人员做现场提示。那么,在行

驶的列车上,一旦有老年人出现紧急情况又该如何处置呢?

戴斌:“我们主张铁路旅游的运营商,要和沿线的社会医疗机构建立紧密的互动。”曾辉:“如果一旦车上发生健康突发事件,列车长可以给前方发电报要求停车,同时车站会联系当地的医院,把救护车开到车站里及时救助。”贴心的适老化改造、周到的餐饮安排、细致的医疗保障,随着贴心服务一一到位,老年游客们的旅程充满了活力,同时,这也将使银发经济充满活力。戴斌:“游客到了旅游目的地,首先可以带来消费的增量,给当地的消费、就业,乃至整个经济体系注入了全新的活力。我们希望通过老年旅游事业的发展,让更多老年人享受属于自己的诗与远方的美好生活,也让沿线的旅游目的地,能够搭上旅游发展的历史机遇、时代机遇。”

铁路部门认为,随着市场需求不断增长,铁路网不断延伸,银发旅游列车将具有相当可观的发展前景。颜颖:“从开行规模来说,利用三年的时间,争取银发旅游列车开行数量达到 2500 列以上。如果达到这个规模,我们每年的增幅应该说都非常大。”曾辉:“我们提出了分三年改造 160 组旅游列车,其中品质型 10 组,舒适型 50 组,普惠型 100 组。在软件和硬件两个服务方面不停提升,这样老年群体就更愿意参加银发旅游列车的出行。”伴着银发经济发展壮大,越来越多的老年人搭乘银发旅游列车奔赴各自钟情的旅游目的地,去达成一场又一场与诗和远方的约定。

无论在列车上还是景点中,老年游客在餐饮、医疗、环境、安全等各方面都得到了更多的保障,这会让越来越多的老年游客们喜欢坐着火车去旅游,在旅途中收获更多的快乐。从更大的方面来讲,银发旅游列车可以错峰出行,疏解旅游高峰,同时也能带动旅游消费,拉动相关服务业发展,推动产业升级,可谓益处多多。随着出行体验越来越好,银发旅游列车的发展将会进一步提速。(据央视网)

新时代“三晋银龄行动”启动仪式在太原举行

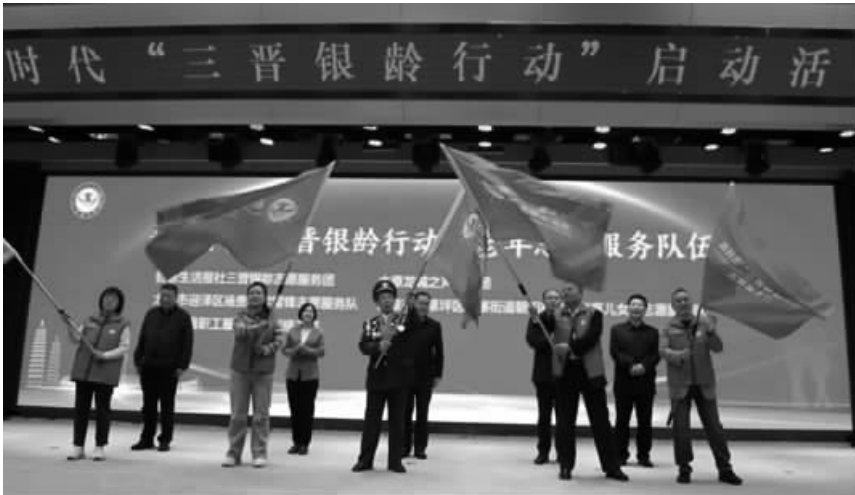
4 月 2 日,新时代“三晋银龄行动”启动仪式在山西省太原市举行。

山西省民政厅党组书记、副厅长(正厅)曾庆勇出席会议并讲话。省委社会工作部副部长宋海兵、省委老干部局副局长王小丽、太原市老龄委常务副主任郝建业、太原市民政局局长李亚江、太原市委老干部局局长赵静等领导参加会议。全省银龄志愿服务队伍、银龄志愿者、部分涉老单位代表参加会议。会议由省民政厅老龄工作处处长郝文杰主持。

本次活动由山西省民政厅、省老龄办联合省委社会工作部、省委老干部局和太原市老龄委、太原市民政局等共同举办,山西科技传媒集团、智慧生活报承办。

启动仪式上,三晋银龄志愿者、全国“银龄行动”公益形象代言人杨芳领读《新时代“三晋银龄行动”》倡议书。三晋银龄志愿者代表王永先、李学花、张建中、王彦军进行了发言,并号召更多老年人以志愿服务形式践行积极老龄观。随后,与会领导向 15 支三晋银龄志愿服务队伍代表授旗;中国人寿山西分公司向全省 3000 名老年志愿者代表赠送了老年人意外伤害保险。

曾庆勇强调,山西省委省、政府把开展好新时代“三晋银龄行动”列入重点工作任务并作出了安排部署。新时代“三晋银龄行动”,是我省实施积极应对



资料图片

人口老龄化国家战略的重要举措,是鼓励引导老年人老有所养、老有所乐、老有所为的重要载体,是保障老年人参与经济社会发展权利的重要安排。希望广大老年朋友积极响应号召,加入新时代“三晋银龄行动”的大家庭,做新思想的传播者、新理念的践行者、新征程的奋发者、新风尚的引领者,在参与志愿服务中展现新作为、体现新担当、取得新成就、焕发新风采,奏响更加辉煌灿烂

的“银龄乐章”。

曾庆勇要求,各级老龄办要加强协调推动,在各级党委社会工作部精心指导下,各级老干部局等部门支持下,组织发动广大老年人积极参与,同题共答、携手共进,推动新时代“三晋银龄行动”有序开展、安全开展、扎实开展。

郝建业表示,近年来,太原市加强养老服务体系顶层设计,积极推进医养结合,让老年人享受到便捷、高效的健

康服务,丰富老年人精神文化生活,先后入选全国首批居家和社区养老服务改革试点城市、全国智慧健康养老示范城市,被评为“山西省养老服务模范市”“全国养老服务先进单位”。下一步,太原市将以此次启动活动为契机,进一步把老年志愿服务与推动高质量发展结合起来,坚持建强服务队伍、建好服务体系、健全服务机制、建优服务品牌,引导太原市老年志愿者唱响主旋律、传播正能量,让“银龄力量”成为龙城一道亮丽的风景线。

启动仪式上,还开展了三晋银龄志愿服务活动——晋松宣讲,由三晋银龄志愿者、中央党史和文献研究院第二研究部原一级巡视员孙丽萍担任主讲人。她以《感悟党史:从党的历史中汲取智慧和力量》为主题,运用扎实的理论基础、丰富的史料、生动的事例,深刻阐述中国共产党由小到大、由弱变强,团结带领中国人民实现中华民族由近代不断衰落到根本扭转命运、持续走向繁荣富强的伟大历程和美好愿景。

本次活动不仅是山西省老龄事业发展的里程碑,更展现了全社会尊老敬老的良好氛围、老年人积极向上的精神风貌。下一步,山西省将持续深入开展“银龄行动”,不断健全老年志愿服务体系,让“银发力量”在新时代的山西焕发绚丽光彩。

(高慧娟 梁耀华)