



2018年11月，浙江省杭州市一小区内，来自五湖四海的老人们通过社团和爱好聚在一起，一起度过精彩的退休时光，也成功探索出了一套全新的“抱团养老”的模式。

种介护服务资源，在服务种类、内容、利用日程方面与老人及家属商议，选出与他们的需求相匹配的介护方案。随后，根据既定方案选定的多个介护服务机构会针对老人形成一个介护团队。

值得一提的是，在付费方式上，日本介护经理人的报酬金额与他们负责的顾客人数和介护等级成比例，由国家医疗保险联合会支付。

此外，日本还出现了“幼儿园”式托老所模式，如同现在我们送孩子上幼儿园一样，早上把老人送去，傍晚再把老人接回。既解决了子女上班没有时间照顾老人的问题，也避免了老人独自在家的孤单感和无人照料的隐患。

托老所的第一件事，是为老人进行简单的健康检查。此外，园内还提供丰富多彩的学习和娱乐活动，为老人彼此之间交流也提供了空间，大大提升了生活质量和幸福感。据说在我国江苏、浙江，也已经逐渐开始借鉴这样的模式。

作为最早步入人口老龄化社会的国家之一，2022年，德国65岁以上人口占总人口的比例已达22.1%。《德国老年人生存状态实录》显示，德国老人独立居住的比例较高，仅有8%的人选择与子女同住；即便是老伴去世或者夫妻分离，也有33.6%的老人选择独居。

大部分德国老人倾向于在自己家中安老，因此居家养老是

德国的主流养老方式，又被称作“流动式护理”，老人仍然居住在自己家，家人或护理人员定期上门照料。采用这种养老方式的 家庭，通常由亲属承担主要赡养任务，护理人员往往发挥补充作用。如果老人独居，护理人员通常能获得备用钥匙，以便在老人行动不便的情况下进入房间。

自2006年起，德国兴起了“多代屋”养老方式。“多代屋”从字面上比较容易误解为多代共居的屋子，但实际上，它的核心内容是构建无血缘关系的多代居民会面的公共场所，促进儿童、青年和老年人等多代人群在社区层面的交往，政府提供经费资助，

但是日常管理由社区负责。

在“多代屋”社区中，年轻人可以帮助老人处理家务或提供精神支持，老人也可以发挥余热，将自己的生活技巧和人生经验传授给年轻人，尤其适合独身老人。目前全德约有540个“多代屋”项目，虽未成为主流养老模式，但也逐渐进入大众视野。

值得一提的是，首批“环境辅助生活”系统也已进入德国老年人的日常生活。这一系统既可以是完整的体系，也可以是独立的个体解决方案。相关企业这样描述其应用场景：“智能药盒提醒您早上服药，炉灶在您餐后出门散步时自动关闭，晚上您用语音和手势控制百叶窗，而不必自己动手，运动传感器会监测到您晚上何时上厕所，并自动激活走廊的照明灯……”

可以想见，在系统的帮助下，居家养老的难度大大降低。

还有国家通过“时间银行”的方式解决老年人护理人手不足的困境。人们把年轻时照顾老人的时间存起来，等到将来自己老了、病了或需要人照顾时，再拿出来使用。申请者必须身体健康、善于沟通和充满爱心，每天有充裕的时间去照顾需要帮助的 老人，其服务时数将会存入社保系统的个人账户内。

这不仅为国家节约了养老开支，还解决了一些其他的社会问题。在瑞士，这项制度深受民众欢迎，调查结果显示，有一半以上的瑞士年轻人希望参加这类养老服务。瑞士政府还专门立法支持“时间银行”养老。📌