

做好老年规划，安享老年生活

作者：王安舟 时间：2022-08-11

促进老年人社会参与，着力构建老年友好型社会，积极老龄化已成为应对老龄化的新举措。同时，“终身学习，快乐生活”是云南省健康与发展研究会（YHDRA）的“健康生活精神家园”一直以来所倡导和践行的理念。在疫情防控日常化的新形势下，健康生活精神家园线下活动在中断了两年多后，于2022年8月8日在云南省健康与发展研究会的会议室启动了新周期活动，举办了一次“做好老年规划，安享老年生活”线下交流会。与参会者分享了YHDRA的为老服务项目进展，为朋友们提供了为老服务新的信息及相关资源。



张开宁老师通报近期为老服务项目信息

在交流会上，吴斌老师介绍了YHDRA与新加坡国际基金会的两次合作培训，分享了康复医学和缓和医疗的项目执行情况和培训成果。在随后的讨论环节中，方荣先老师作为项目的参与者分享了缓和医学培训的心得体会。张开宁老师进一步补充了康复医学和姑息医学的定义，并汇报了远程医疗项目的完成情况。会议中，各位专家们积极参与，热烈讨论。

精神家园的两位中青专家分享了各自家庭的养老服务体验。胡卫红老师从居家养老的角度分享了《陪伴长寿母亲有感》，从照护长寿母亲的生活细节，到精神陪伴的感想，通过生动的真实故事一一讲述，十分有借鉴意义。商艾思老师从机构养老视角分享了自己家庭《“90”后外公在新昆华乐龄之家康养中心》案例，提供了养老资讯，拓宽了养老思路，获得很大反响。基于这两个案例，专家老师们对“做好老年规划，安享老年生活”展开了热烈而深入的讨论。



胡卫红老师分享《陪伴长寿母亲有感》



商艾思老师分享《“90”后外公在新昆华乐龄之家康养中心》案例

同时，胡梅影老师和张学曾老师在会上做了精彩发言，通过书籍分享体验，讲述了自己大家庭及朋友的生活故事。伍法同老师分享了个人对“养老”问题的认知，简要介绍了宏观和微观两个维度的养老，赢得了热烈掌声。

蔡毅老师赠送了自己的新作品《行走与思索》为此次交流会带来了更丰富的信息和资源的交流。最后，李谷老师杨璨羽老师两位组织者引导大家回顾了《精神家园高品质学术分享及讲者意向与推荐》的计划，希望能为疫情常态化形势下的，未来的精神家园线下活动提供更多的思路 and 话题。熊源发等老师就此做了精彩点评。



胡梅影老师介绍“我的大家族”故事



张学曾老师推荐《日记人生》



伍法同老师简要介绍了两个“维度”的养老

时光匆匆，下午五点，YHDRA举办的“做好老年规划，安享老年生活”线下交流会圆满结束。专家老师们意犹未尽，一边离场一边在最后的的时间里继续交流。YHDRA也期待与专家老师们再次见面！



云南省健康与发展研究会 www.yhdra.org

Tech Support : Tekin

QQ:932256355

Mobile: 13888011868