

空调清洗、助餐助浴 居家养老援助迎来“夏季版本”

昨天,从无锡市便民服务中心了解到,居家养老援助服务项目中的空调清洗服务进入高峰期,一些夏季特色服务颇受老年人欢迎。

21日上午,家住益苑的周子铨老人家里来了居家养老援助服务员王建萍。“周边好多邻居都在说,要洗一洗空调,里面有螨虫之类危害健康。”周子铨表示,他很关注健康问题,喜欢读书、读报、看养生节目。他最近看到有报道,一些人因吹空调进了ICU,原因就是空调没及时清理,里面的军团菌对人体有害,就特意预约了空调清洗项目。

在现场,王建萍用手指轻轻地未清洗的空调内部抹了一下,指尖立即变黑了。她表示,经过一个冬天之后,空调不仅有灰尘,还会积聚着螨虫、各种细菌等。每年空调使用季前后,都要清洗一下空调,使用中途再洗一次更好。在周子铨家看到,工作人员先用一个蓝色的小兜装在空调下方收集灰尘,这样就能保持地面清洁。接着,把滤网拆解下来清洗干净,再用200多度的高温蒸汽清洗空调内机的格栅等部位,用专用的空调湿巾擦拭叶片,最后复原并测试空调,清洗才最终结束。无锡市便民服务中心负责梁溪区东片的徐敏介绍,现在老年人对健康生活越来越重视,去年所在片区清洗空调量为100多单,今年7月就已接



单300多,从挂机到柜机都有。

随着夏季到来,老年人对居家养老援助项目的季节性选择也多了。比如,一些老人希望上门人员帮助清洗玻璃。“江南季节的黄梅天会让室内返潮,玻璃起了一层灰,许多老年人夏天外出少,喜欢透过玻璃看外面,干净的玻璃对他们很重要。”徐敏如是解释。此外,油烟机清洗、代交水电费都有人选择。一些老人不愿下厨房,有的人会让服务员上门提供助餐服务,荤菜可以放在冰箱里吃几天,再加上子女来帮衬一下,可以减少平日买汰烧的不便。有一些行动不便的老人还有助浴需求,毕竟夏天容易出汗,平时简单擦擦身体,一周让服务员阿姨上门彻底清洁一下身体。也有人不愿外出,需

要代购服务,一些残疾人尤其如此。盲人汤老伯没有子女,但每周都会备好清单,让服务员阿姨帮他买够一周的生活用品,夏天还要添一点水果。而有些老人会请服务员提供助行服务,早上或者傍晚时分,请服务员陪着在小区里走几圈、说说话,增加一点运动量,家人也觉得有人陪会更放心。

夏日里在家门口的义诊活动也颇受欢迎。无锡市便民服务中心邀请医院专家团队在高泾社区、广益苑社区、尚锦城社区、金河湾社区、谈渡桥社区等多个社区开展健康服务,为居民免费测量血压、血糖,并进行口腔检查。他们还邀请专家团队在水仙里小区开展了夏季健康养生讲座,受到了老人们的追捧。

(晚报记者 黄孝萍 文/摄)

这条乡村旅游线路 被农业农村部推介

本报讯 近日,农业农村部在新疆伊犁州昭苏县举办2021中国美丽乡村休闲旅游行(夏季)推介活动,现场发布53条夏季精品线路以及205个精品景点,“无锡市滨湖区醉美田园休闲之旅三日游”入选。

“这条旅游线路的多个点离市中心车程都在40分钟以内,而且毗邻太湖,沿途景色优美。”记者了解到这条旅游线路主打的就是交通便利,其中位于马山中部的马山街道群丰休闲农业园区东、西、北三面环山夹峙,南面则朝向太湖,山清水秀,风景优美,物产丰

富,先后荣获“三星级康居乡村”“精品村”“江苏省绿化示范村”和“江苏省水美乡村”等荣誉称号。尤其是到了杨梅采摘季,日接待人数可达千人。而这条线路的另一个特点是将丰富多彩的民俗特色与现代旅游相结合。地处马山西半山的和平多彩果品采摘园,不仅将传统的水果采摘等民俗活动发扬光大,还以休闲观光农业、家庭民宿为抓手,着力打造“一轴、两心、两带、四片区”的乡村农业旅游园区。辖区内拥有超过35家精品民宿。

(季天灏)

东港市民公园游乐设施 迅速更新



本报讯 “现在的游乐设施又漂亮又结实,还有儿童专属锻炼区域,我们祖孙俩在这里玩很放心,政府的办事效率确实很高。”日前清早,东港镇居民高玲芬阿姨带着孙女在东港市民公园里全新的游乐场上早锻炼,感受到社区锻炼设备整体更新后的微幸福。

近日,有市民投诉称:“市民公园内儿童游乐设施年久失修,存在安全隐患,设施上张贴的‘锡山公共体育器材’小程序无法正常使用。”诉求人希望尽快改造,完善设施,消除隐患。东港镇政府接到反映后,工作人员第一时间进行现场查看,“现场确认,综合认定这些设施维修价值不大,只有全面更换,才能确保当地居民安全有效使用。”当地政府随后很快采购了一批全新的儿童游乐设施,很快安装到位。工作人员同时调

查了现场张贴的小程序,调查发现该小程序并非官方软件,而是数年前的过期广告宣传,目前有关二维码等“牛皮癣”已经随着新设施的启用而自动删除。

2011年建成的东港市民公园位于东港大道南侧,占地面积约11.7万平方米,周边风景如画,是当地最大的市民公园,也是东港百姓茶余饭后休闲娱乐的主要文体地标。东港镇公用事业管理办公室主任谢晓明介绍,新设施安装到位后,公园在设施下方铺设了一层细沙,确保儿童游玩安全。同时加强了对游乐设施的巡检力度,发现有破损会及时请专业公司修复。

(陶洁/文、摄)

大暑来临 时令菜品、食材销售火热

本报讯 今天就是大暑了,作为夏季的最后一个节气,高温“蒸煮模式”正式开启。天气暑热,饮食宜清淡,各家餐厅里夏季时令菜肴销售火热;菜市场里,清热解火的食材也成为了市民们的心头好。

“我们根据夏季的时间线推出了一系列的时令菜肴。”无锡醉月楼工作人员介绍,餐厅根据不同的谚语、俗语推出了多道时令菜肴,如“脚圈炖生态大甲鱼”的灵感来自“三伏金银蹄,食鲜最当季”;“糟煎白鱼”灵感来自“梅子黄时雨,时里白鱼出”等。时令菜肴颇受欢迎,销量比一般的常规菜肴高出50%左右。“不时不食嘛,一般外

出吃饭时,看到有时令菜我就会想点。”市民诸女士告诉记者,时令菜肴会带给她一种健康、养生的感觉。除此以外,记者看到还有很多餐厅都推出了相应的时令菜品,如聚丰园的夏季套餐、艾迪花园酒店的盛夏糟三鲜等。

另一边,菜市场、超市里清热解暑的食材也饱受市民欢迎。“民以食为天”,不论哪个时节都有相对应的应季食材,大暑节气更是如此。“俗话说,‘大暑前后,热死泥鳅’,这个时候就要讲究清热解暑。”在周新市场附近一家蔬菜店,市民倪奶奶购买了苦瓜、黄瓜、莲藕等蔬菜,“天气一热就没胃口,现在的莲藕正当

季,含水分足,口感清脆爽口,做一道拌菜,酸爽开胃又下饭。”蔬菜店一旁的生鲜店内,绿豆的销量也不断增加。店内员工表示,“近日有不少阿姨都会来买绿豆,有的熬绿豆汤,有的熬绿豆粥。”

在大润发蠡湖店的肉制品售卖区域,市民黄老伯拿起了两包冷冻半片鸭对比、挑选。“大暑节气是天气最炎热的时节,人的消耗也特别大。”他告诉记者,老话有“大暑老鸭胜补药”的说法,现在很多小年轻已经不讲究这些了,但自己还是会买点鸭子回家给小辈炖炖汤或者烧一盆红烧鸭肉。

(张颖)

