

中老年时报

ZHONGLAONIANSHIBAO

2026年3月9日 星期一
农历丙午年正月廿一

第7566期 今日8版 邮发代号5-24 国内统一刊号 CN 12-0024 天津海河传媒中心主办 天津中老年时报传媒有限公司出版 网址: http://jwb.enorth.com.cn 天气预报: 今晚至明日 多云转阴 气温1℃-12℃

本周晴暖适宜户外活动

夜间降温较快 昼夜温差较大

昨日晴天依旧,15时全市大部分地区气温在11℃上下。今日晴转多云,微风,最高气温12℃,最低气温2℃,体感温度最高11℃,最低1℃。明日会出现一次阴天过程,白天多云转阴,夜间阴转多云,微风,最高气温12℃,最低气温3℃。周三和周四都是晴到多

云的天气,周三最高气温将升至15℃,周四最高气温13℃,两日最低气温均为2℃。周五天空再度转阴,最高气温14℃,最低气温3℃。需要注意的是,周末将出现降水降温。目前预计周六将有小雨,风力也有所加大,届时将有东北风3—4级,最高气温降至10℃,最低气温

5℃。周日雨过天晴,微风,最高气温12℃,最低气温2℃。气象部门提示,近期天气适宜户外活动和开窗通风,不过由于天干物燥,市民日常还要注意及时补水保湿。到了夜间气温下降较快,昼夜温差较大,一早一晚还是要多穿衣服,注意保暖。

记者 王婷

2026年民心工程解读:新建、改造提升9个标准化菜市场

鼓励增加餐饮及食材加工代炒业态

小小“菜篮子”,装着大民生。今年,天津继续将百姓餐桌的牵挂列入20项民心工程,通过新建与改造提升9个标准化菜市场,让家门口的“烟火气”更足、生活更便利。这些遍布居民区的菜市场,不仅关乎千家万户三餐的丰富与新鲜,更承载着满满的民生温度与幸福感。

记者从市商务局获悉,今年天津市将新建标准化菜市场5个,分别为:河西区梅江雅苑菜市场、五福里菜市场,津南区畔水园菜市场、白塘口菜市场,宝坻区玺悦菜市场;此外,改造提升标准化菜市场4个,分别为河北区靖江路

静江菜市场,东丽区万科菜市场,华新街第一菜市场,宝坻区政远路菜市场。

目前,标准化菜市场改造升级工作正在有序推进。新建菜市场方面,宝坻区玺悦菜市场已投用,计划在津南区和河西区新建的四座菜场也已完成选址等前期工作,预计今年9月底之前开业。

根据市商务局发布的《关于“十五五”期间推进天津市菜市场全面提质升级工作的指导意见》(以下简称《指导意见》),未来5年,将对连续运营10年以上的老旧菜市场结合市场现状和需求开展一轮改造提升,并新建一批精品菜市场,逐步优化菜市场软硬件设施配

置,提升管理运营服务水平。

截至今年1月,全市菜市场数量达367个,营业面积约103万平方米,基本实现了中心城区和主要城市建成区菜市场服务全覆盖,但部分菜市场存在设施陈旧、环境脏乱、业态单一、管理粗放、经营困难等问题。根据《指导意见》,在改造、新建菜市场的同时,将在不影响服务覆盖率的前提下,关停并转一批网点设置过密、同质化竞争严重导致经营困难,或安全隐患突出、不具备改造条件的菜市场,推动其向适合业态转型。

在空间布局方面,将按照每2.5

万人设置一个菜市场标准进行网点布局。对于社区周边生鲜超市、菜店、商超生鲜区等同功能业态较为成熟,能够满足周边居民生鲜消费需求的,可视情况不建菜市场。还将加强菜市场门前停车管理,规范车辆摆放,禁止流动商户乱摆乱卖。同时,鼓励菜市场适当增加餐饮小吃、净菜加工、食材代炒等餐饮业态,补充小修小补、快递代收、手机充电等便民服务业态,引入亲子娱乐、棋牌游艺、文创体验等休闲娱乐业态,满足市民日常生活服务需求。

记者 张艳

天津市修订住房租赁补贴政策 住养老院也可领租房补贴

为进一步完善天津市住房保障体系,市住房城乡建设委、市民政局对《市住房城乡建设委市民政局关于住房租赁补贴有关政策问题的通知》进行了修订,现向社会征求意见。此次修订明确将住房租赁补贴分为一类、二类、三类,分别针对不同困难程度的城镇家庭制定差异化申请条件和保障标准,实现精准保障。

一类补贴:聚焦特殊困难群体 保障力度升级

一类补贴主要面向特殊困难家庭,申请需满足多重条件:户籍方面,需具有天津市城镇家庭户籍且人口在2人(含)以上。收入方面,涵盖享受低保及边缘待遇、特困待遇一年以上家庭,部分优抚对象、无工作单位伤残人员,重残或双残家庭上年人均月收入低于1340元(含),以及市级以上劳模、见义勇为荣誉称号家庭等特定群体,上年家庭年收入低于5.35万元(含)或人均月收入低于2140元(含)。住房与财产方面,家庭人均认定住房使用面积低于9平方米(含)、家庭人均财产低于5万元(含)。同时未享受其他住房保障政策,已承租公租房或领取二、三类补贴的家庭符合条件也可申请。

在保障标准上,一类补贴家庭限定租赁一套公租房,2人家庭原则上承租一居室,3人及以上家庭可选择一居室或二居室,特殊情况的2人家庭可放宽至二居室户型。租金负担方面,承租家庭自行承担的租金标准为每月每平方米使用面积1元。

二、三类补贴:扩大保障覆盖

二类、三类补贴进一步扩大保障范围,户籍条件为放宽至天津市城镇集体户籍,住房面积与财产条件与一类补贴一致,且未享受其他住房保障政策的家庭均可申请,已承租公租房的家庭符合条件也可申报。

收入条件方面,二类补贴家庭上年人均月收入低于1870元(含),特定荣誉家庭(市级以上劳模、见义勇为等)上年家庭年收入低于5.35万元(含)或人均月收入低于2140元(含),部分优抚对象和伤残人员申请时无需审核收入;三类补贴家庭上年人均月收入低于3300元(含),覆盖更多中低收入群体。

此外,取得住房租赁补贴(二类、三类)资格的家庭,也可以选择居住在养老院(敬老院)居住。住房租赁补贴按养老院(敬老院)床位费标准发放,但不得超过其应享受的月租房补贴额。

征求意见时间截止到3月13日,请将意见反馈至szjwzfbz@tj.gov.cn。

记者 李梅旭 见习记者 李文博

春节后,骗子也开始上班 西青区发生多起电信网络诈骗案件

春节后,西青区接连发生多起电信网络诈骗案件,三名市民先后被骗共计18万余元。警方提醒,市民应提高警惕,严防各类电信诈骗陷阱。

今年2月20日,西青区居民王某某收到匿名快递,内附一张印制精美的“周年庆幸运卡”,声称可获得价值888元礼品。王某某扫码后跳转至陌生平台,在“客服”诱导下安装了“惠购助手”软件。起初仅浏览商品便获得了小额返利,随后骗子以“升级VIP享高额佣金”为诱饵,诱导其参与刷单,王某某完成首笔3000元充值任务后,系统突然提示“账户冻结”,要求缴纳解冻金,王某某支付后骗子又以缴纳“保证金”等理由继续索款,持续营造“完成一笔即可全额提现”的假象,整个过程骗子精准操控了王某某“不甘心没了成本”的心理,致使王某某累计转账9.3万元。当王某某发现软件无法登录账户时,才意识到被骗。

6天后,居民王某接到自称“某短视频平台官方客服”来电,对方报出王某的手机号,谎称王某开通了直播功能,若不关闭每月将自动扣费800元,王某因担心扣费,按对方指引点击陌生链接,下载了一款软件。安装后按对方指示操作,手机立即黑屏,期间手机无法关机,手机恢复正常后王某发现自己银行账户内5.8万元被转出。

3月3日,居民张某收到一封电子邮件,主题为“2025年度个人所得税退税通知”。邮件冒用税务局名义,要求点击链接填写个人信息申请退税。张某见发件人为公司邮箱(实为骗子伪造的相似域名),未加核实便点击链接进入仿冒网站,张某按照提示操作输入身份证号、银行卡号、手机号及验证码。几分钟后,张某的银行账户被盗刷3万元。

记者 常健



责任编辑 王明哲
美术编辑 李晨

值班热线电话:022-23603111 订报咨询:23603123
工作日9:30-11:30 14:30-16:30
邮箱:laonianshibao@163.com

“喘息服务”调查——

老人“短期托养” 床前孝子“松绑”



往年春节假期,对于许多家有失能、高龄老人的家庭来说,并不是团圆和喜庆——住家保姆返乡、小时工歇业,子女或因工作脱不开身,或因长期照护已身心俱疲。于是,今年春节假期,一种名为“喘息服务”的短期托养模式,正在天津悄然填补空白。

这个春节,在天津一些社区养老院里,老人们没有在家过年,让家人难得“喘了口气”。

突发心梗后,他把患癌的老伴儿送进了养老院

这个春节,对于家住西青区的李航来说,本是一场“噩梦”的延续。

2月初,距离春节不到10天,69岁的李航因前胸后背剧痛紧急送往一中心医院。医生检查后直接把他“扣”下,要求立即住院做心脏支架手术。“我不能住院,家里还有一个呢!”

他口中的“那一个”,是70岁的老伴儿蔡丽明,他们的独生女高中毕业后赴国外上学,就业,家里只剩下老两口。2025年年初,蔡丽明确诊淋巴瘤,每隔20天就要做一次化疗。李航曾请过护工,可人家干了两天嫌累走了。眼看快过年,护工更难找,屋漏偏逢连夜雨,他自己却先累倒了。

“当时真懵了,我在医院躺着,满脑子都是她一个人在家怎么办。”躺在病床上的李航,哆嗦着拨通了表弟的电话:“快,把你嫂子送到养老院去,先别管多少钱,只要有人管!”

2月10日,腊月二十三,蔡丽明被紧急送进了和平区益美嵌入式社区养老院。三天后,做完心脏支架手术出院的李航,也直接住进了养老院。

除夕,养老院餐厅拼起了长桌,红烧肉、炖鱼、八个菜摆得满满当当。蔡丽明咬了一口软烂的红烧肉,扭头看了一眼身边的老伴儿,眼眶有点红。她告诉记者:“他在医院,我在家,谁也顾不上谁。要不是这儿,今年这个年

真不知道怎么过。”

如今,李航的身体在慢慢恢复,蔡丽明还有两次化疗要做。“这儿有医养结合,比在家踏实,三餐不用操心,有个头疼脑热的,一按铃人就来了。关键是不孤独,比我们俩在家没话说强。”

摔伤后保姆返乡,74岁奶奶在养老院吃了顿踏实年夜饭

74岁的余淑学没想到,自己这辈子头一回不在家过年,竟是因为一场意外。

家住和平区湖北路37号的余奶奶,去年年底在家中不慎跌倒,腰椎骨折。女儿给她请了保姆,可刚进腊月,保姆突然提出要提前返乡。全家人立刻慌了神——临时上哪儿找人?女儿是双职工家庭,还有孩子在上学,一老一小照顾不过来。年关将至,余奶奶的女儿急得嘴上起了燎泡:“那几天一想到妈妈吃饭、上厕所、夜里翻身没人管,心就跟揪着一样。”

1月26日,腊月初八,女儿看到劝业场街道正合馨养老服务中心的宣传——“春节不打烊,提供短期托养”。她立刻拨通了电话,余奶奶被接到中心住进了一楼可以晒到太阳的床位。

大年三十,余奶奶坐在轮椅上,面前的小桌摆得满满当当。她胃口不好,厨师特意把排骨炖得软烂。“在这儿吃得好,心里更踏实。”余奶奶拉着护理员的手不愿松开。起初她还担心陌生环境不适应,结果护理员每天帮她擦身、按摩僵硬的后背,还定时拍视频发给家人。

余奶奶的女儿对记者说,多亏了临时托老服务让我们能喘口气,减轻了压力和负担。

此次余奶奶的短期喘息托养,收费标准为每天150元,管吃管住管护理,费用包含日常照护、营养三餐、健康监测和安全保障。院长刘苏漫说:“就是给长期照护失能老人的家庭‘搭

把手’,让他们能喘口气。有的子女三年没出过天津市,天天休息不好,今年过年终于睡了个囫圇觉。”

每天150元,春节“代班”服务解了燃眉之急

天津市和众社会工作服务中心理事长、和平益美嵌入式社区养老院院长刘国亮介绍,春节假期,万家团圆,但对于许多家庭而言,却面临着“保姆返乡、老人照护难”的现实困境。喘息服务是一种通过政府购买服务或社会力量参与的方式,为长期照护失能、失智老人或残疾人的家庭成员提供阶段性替代照护的服务模式。该服务旨在缓解家庭照护者的身心压力,主要形式包括短期机构托养和专业护理人员上门照料,依托社区日间照料、机构短期托养、居家照护服务形成三级体系。

在天津,这项服务并不复杂:家属有需要时,可以把老人送到社区里的嵌入式养老机构,住几天到几个月不等。益美嵌入式社区养老院业务院长龚庆芬告诉记者,春节期间,光是咨询临时托养的电话就接了20多个。“很多子女打电话第一句话就问:不长住,就住一礼拜行不行?我们爽快答应,他们长舒一口气。”

这种短期托养,收费标准大多在每天150元到180元之间,比临时请护工便宜近一半,“托得住、管得好”。龚庆芬说,春节前后院里“喘息服务”的人住率达到九成。不少老人在享受了喘息服务后,对机构养老的观念和看法都发生了变化,也乐意选择在机构长住养老。

解决“一人失能,全家失衡”,还需更多“搭把手”

我国现有失能老人约4000万,其中大多数选择居家养老。对于家属来说,照护失能老人是一场拼体力、拼耐力的“马拉松”,不少人被压得喘不过气,甚至像李航一样累出病来。

文/摄影 记者 付殿贵