

# 双流区中高级养老院养老中心

发布日期：2025-09-12 | 阅读量：23

现在，智能手机成为现代人生活中不可缺失的工具，也有许多老年人学习如何使用。为了让老人也享受数字技术带来的便利，很多APP进行了适老化改进，成都市金牛区养老院一暄康养带你了解APP做出的适老化行动。第七次全国人口普查结果显示，2020年我国60岁及以上人口为2.64亿人，占总人口的18.7%。目前，中老年人群触网数量在快速增长，截至2021年6月，40-49岁的网民占比为18.7%。但有部分老年人反应在使用APP过程中遇到了阻碍，为此工业和信息化部印发《互联网应用适老化及无障碍改造专项行动》，列出适老化APP改造名单。想要实地上门参观一暄康养养老院，可以进官网详细了解哦。双流区中高级养老院养老中心

适当运动。运动在提高身体素质的同时，可以促进血液循环，利于新陈代谢。例如散步，在早餐、晚饭后，选择空气清新处散步一小时，不仅达到了锻炼目标，还给身体排换了新鲜空气。一些有趣的活动，比如打麻将、下棋、书法、转核桃，可以活动手指，促进大脑活动。除此外全身活动也不可少，简单的广场舞就是不错的选择。饮食均衡。饮食要清淡，不可暴饮暴食，避免摄入过多的盐分和动物性脂肪。品种要多样化，合理摄入蛋白质、食物纤维、维他命、矿物质等。以上是有关认知症的简单介绍，成都护理院一暄康养提醒：认知症并不可怕，我们要正确认识、对待。双流区中高级养老院养老中心成都一暄康养养老院祝家人们虎年吉祥，事事顺利。

由于成都疫情的影响，很多养老院采取了封院措施，来保证长者的安全。如何使封院后的长者生活依旧有趣呢？成都双流附近的养老院一暄康养与你分享适合长者的宅家趣味活动。1. 手工活动剪纸、折纸、拼贴画□DIY小物件都是非常简单的手工，能够在日常生活中找到材料。通过做手工方式，可以提高长者的耐心，让他们沉浸在手工的乐趣中，发挥自己的想象力和创造力。做手工不但能打发空闲时间，还能使长者心情愉悦，完成的成品更能增长长者信心，有益于身心发展。部分长者还从中找到了自己的乐趣所在，为老年生活增添一笔浓厚色彩。

日前，在成都长期照护保险养老院一暄康养里，一位来自00后的养老工作者的随笔记录下了，来到养老院这半年的心情。

工作随笔——我为何选择这份工作？有人问过我，你这么年轻，为何要选择天天与老人打交道，而不去追求薪资更高、更体面的工作？我偶尔也会思考，在一暄工作是我想要的吗？现在的自己是在安于现状吗？带着这些疑问，我回忆了工作日子里的点滴，用真实的体会找出答案。

在加入一暄的日子里，我收获了一种前所未有的责任感，那就是如果我们年轻一代没人愿意干这行，以后中国的养老会有新发展吗？回忆刚接触这份工作时，我遇到了许多困难，每当这个时候，爷爷奶奶们总会用温暖的笑容鼓励我，发自内心地把我当成亲孙女那般对待。在这一刻我便知道了，这样的工作是我所热爱的，是我想要奔赴的未来。

成都有临终关怀的养老院是一暄康养。

4. 合唱合唱是一项有难度的活动，与独唱不同，他需要团体中的成员互相配合，能够锻炼长者的团队精神及组织纪律性。演唱的过程能陶冶情操，提高艺术修养。通过合唱不但使漫长的空闲时光变得有意义，还促进了成员之间的感情，建立起长者间的友谊长廊。

5. 玩具很多人认为玩具是小孩子的专属，当然不是。完成游戏的过程，可以调动长者的思维，减缓记忆减退的现象。长者们也是“老小孩”，对新鲜的事物充满好奇，玩耍的过程不止能消磨时光，还能让长者的创造力有了展示的舞台。

以上是**成都双流附近的养老院一暄康养**内长者们的日常，其中你比较喜欢哪一项呢？一暄康养，成都养老院排名前列及价格。双流区中高级养老院养老中心

成都养老院一暄康养愿家人们虎运连连，平安多喜乐。双流区中高级养老院养老中心

我们不是因为变老才停止玩耍，而是因为不再玩耍才变老。成都排名养老院一暄康养认为只有一种秘诀让人青春永驻，那就是让自己保持快乐，简单的方式就是玩耍。

玩耍对于生命的任何阶段来说都是极其重要的，它可以让我们的的大脑处于活跃状态，帮助我们释放压力，保持乐观的心态，更好地面对生活。生命是一段漫长的旅程，中老年人更应该在平凡的日子里找到自己的爱好，让生活变得更加充实，将晚年生活变得更加快乐。怎么让玩耍变得有趣，我们可以从自己的兴趣爱好开始挖掘。

双流区中高级养老院养老中心

四川一暄康养健康管理有限公司是一家服务型类企业，积极探索行业发展，努力实现产品创新。是一家有限责任公司企业，随着市场的发展和生产的需求，与多家企业合作研究，在原有产品的基础上经过不断改进，追求新型，在强化内部管理，完善结构调整的同时，良好的质量、合理的价格、完善的服务，在业界受到宽泛好评。公司始终坚持客户需求优先的原则，致力于提供高质量的服务好的养老院，家属认可的养老院，金牛区养老院，星级养老院。一暄康养顺应时代发展和市场需求，通过\*\*技术，力图保证高规格高质量的服务好的养老院，家属认可的养老院，金牛区养老院，星级养老院。