

“跨代共居”正流行： 95后和陌生老人同吃住，房租打折



圆圆和同住的房东老爷爷

么迷茫了。

“跨代共居”模式虽然好，但我觉得大范围推广起来是很困难的。选址就是一个重要问题，选在市中心，年轻人付的房租无法维持运营；如果选在郊外，离年轻人上班的地方太远。

想要尝试住进“跨代共居”模式养老院的年轻人，我觉得首先需要有爱心，再者就是思考清楚是否愿意花费时间陪伴老年人，而不只是为了减免房租，做自己不情愿的事情。

圆圆28岁：与老年人同住5年

我从5年前来到巴黎留学时，就开始与一位老爷爷同住。他今年85岁了，和我自己的爷爷奶奶同龄。

老爷爷的妻子在2015年去世了，那之后他就一直一个人住。法国这边老年人一般都是独居养老。老爷爷虽然有两个儿子，但平时不怎么来往，几乎只有逢年过节才会互相探望，一个人在家还是多少有些孤独。

而我是做广告媒体工作的，一般是居家办公，基本上一整天都待在家里，所以我们几乎是24小时都待在同一屋檐下。

最开始的一年多，和老爷爷其实并没有太多接触，真正熟络起来是在疫情期间。当时很多中国留学生受到了不公正待遇，为了不惹麻烦，我尽可能地待在房间里不出门。

令我感动的是，老爷爷不仅没有赶我走，还天天买食物“投喂”我，就这样我们的关系渐渐亲近了起来。

这3年以来，我每天负责做三餐，老爷爷负责洗碗，晚上会一起去遛狗，晚上天太黑了，我怕老爷爷一个人出门会摔倒。周末，偶尔老爷爷会带我回他在比利时的老家看看。

和老爷爷相处几年下来，我对老年人的需求更加理解了。

老年人到底需要怎样的陪伴？在很多人眼中，有些老年人非常独立、要强，身体也算硬朗，年轻人没必要去打扰他们。但在我看来，其实老年人都需要一种“有边界感的陪伴”。

简单来说，就是不用事事都悉心关照，而是要尊重他们的习惯，照顾他们的自尊。

我们常常会低估老年人接受新事物的能力。很多人觉得老年人已经到了人生末端，就应该停下来了。但他们其实也有自己想实现的目标，也在追求着、努力着。只要你愿意带给他们新东西，他们是很容易接受的。

比如我给老爷爷买了扫地机，他觉得很方便很好玩，大半夜也让它在客厅一直吸；老爷爷连当下最流行的ChatGPT也用过，闲着没事就问问题，还会把答案打印出来。

现在，我和老爷爷的关系更像是亲人了。我感觉我有两个家，一个在中国，一个在法国。我认为亲人不仅仅是靠血缘，更是靠真情和缘分维系的。我在中国的家人也嘱咐我多包容老爷爷，对他好一点。

国内外现在有些社区实行“跨代共居”模式，我觉得这是一个很好的养老方式，但是执行起来应该挺困难的。怎么规定年轻人照顾老人的方式和时间？老年人的急救医疗措施怎么保障？老年人怎么选择照顾自己的年轻人？这些细节都是需要铺开去谈的。

想像我一样和陌生老人同住的年轻人，希望大家可以多倾听、理解老年人，保持边界感，其实他们并不需要你付出多大的价值，只要在旁边陪伴就很好了。

(来源：一条)



标标(右一)和院内老人、工作人员

“

近20年来，为应对独居老人的安全问题与孤独感，“跨代共居”养老新模式——即无血缘关系的年轻人与老年人共住逐渐在国外流行。在中国，这一模式近几年才刚刚起步。

一条找到了两位与老年人同住的95后年轻人。入住中国首批“跨代共居”养老院的标标，房租两折，每天志愿服务1小时，带老年人看世界杯、参加音乐节；法国留学生圆圆，与85岁房东共住4年，一天几乎24小时待在一起，比亲人还要亲密。

”

标标27岁：与老年人同住1年

我在一年多以前搬进了广东佛山的和泰中心，这里是国内最早实行“跨代共居”模式的养老院之一。

所谓“跨代共居”，就是以相对低的价格将养老院房间出租给年轻人，年轻人相对应需要向老年人提供一定时长的志愿服务。

我刚入住的时候房租是1080元一个月，差不多是老年人费用的1/5。每个月需要提供27.5小时的志愿服务，每年还会进行一次考核，不过什么时候、以何种方式去服务老人，其实并没有严格的规定和束缚。

房客的筛选挺严格的，初选通过后会有一个面试，主要了解你是否有可以服务老人的技能。同住的年轻人都有各种各样的技能。有的擅长运动，可以带着老年人做操；有的曾经是医生，老年人半夜有状况，敲敲门、喊一声，穿着拖鞋就能来帮忙……

但最打动面试官的，不是你有多少有用的技能，而是你是否性格好、人品好，真正关心老人。

目前院内住进了二十几位年轻人和二十几位老年人，差不多是1比1的比例。这里的老年人都是能够自理的，一般是因为儿女在异地，或是终生没有结婚，年纪大了有些孤独，所以才选择入住。因此比起身体上的照顾，他们更需要的是情绪上的共情。

刚住进来的时候，我还会担心自己如果不满时长，可能就不能继续住下去了。但现在，我几乎是把老人们当作了自己的亲人，本能地在关心着他们。

和我关系最亲近的是一位老奶奶，我的亲奶奶在我出生前就去世了，在她身上，我第一次知道有奶奶是一种怎样的感受。我们互相介绍自己的同龄朋友给对方认识，大家一起逛园林、吃早茶、唱KTV，氛围特别好。

在这里待久了，我发现很多老年人都挺时髦的。因此我们也尽量带他们参加年轻人的活动，比如带大家去草莓音乐节拉小提琴，组织大家看世界杯，猜哪个球队会赢。我们还在楼下开了个小咖啡厅，平时爷爷奶奶们也会来帮忙。

之前我会觉得“养老”是个被动的词语，感觉在被别人养着，因此有点害怕衰老。但这里的大家提倡“积极老龄化”，我看到老年人的生活状态，就觉得变老没有那么可怕，未来也没有那