

市场需求量大 足不出户享受各种服务

多样化“上门经济”你会买单吗？



□ 全媒体记者 徐志远

近日，上门代厨、上门维修、上门理发等各种“上门经济”悄然兴起，引发广大市民关注，也吸引着越来越多消费者尝鲜。我市“上门经济”情况如何？连日来，记者进行了调查了解。

上门代厨市场需求量大

四菜一汤 66 元、六菜一汤 88 元，免费帮忙买菜、打扫厨房，加 10 元还能包洗碗……最近，在某社交平台上，有着众多类似的“服务信息”，从买菜烧菜到洗碗收拾，一条龙上门服务。记者走访了城区多个家政行业了解到，上门代厨已是常态，且市场需求量大，尤其受老年人和年轻人欢迎。

今年 51 岁的张霞是一名代厨，在家政行业工作了七八年，现在主要负责给雇主做午饭和保洁。每天 9 时上门做一顿午饭，12 时离开，周末休息，月薪 1600 元到 2000 元不等，收费标准主要按小时收费。

“我一般只管洗菜、切菜、烧菜和保洁，每天的食材和调料雇主都提前买好。除非雇主比较忙，可以商量提供代买服务。每个雇主对菜品要求也不一样，有的雇主要求清淡一点，有的则要求口味重点……我都会按雇主要求去做。”张霞说，以前的雇主都是三十多岁的宝妈，现在年轻人越来越多。她上门代厨主要考虑时间比较自由，虽然每月工资不是很高，但是很满意。

今年 48 岁的齐荣华也是一名代厨，她通过自己的经历告诉记者，雇主要求上门代厨的因素很多，有的雇主喜欢家庭温馨的氛围，又不想去饭店吃；有的菜品做起来难度较大，雇主不会烧；雇主平时工作比较忙，没时间烧……

上门代厨并不是想象中那么简单。齐荣华说，需提前和雇主沟通菜单、工具和食材，她自己也列了一个菜单，保证每天菜品不重样。如果雇主没时间采购食材，她会选择大型商超买好菜，留下小票，保证每项花费都是“透明”的。

据吾悦广场一家家政公司负责人介绍，近年来，消费观的改变让居民对生活品质有了更高的要求，年轻人更加注重舌尖上的健康，从而使上门代厨等服务需求不断攀升。

为失能老人解决难题

随着我国人口老龄化程度加深，失能老人的数量也在不断增加，上门助浴、剪指甲、按摩、泡脚等服务兴起。

程启宜今年 50 岁，现在在迎江区一家养老服务中心做助浴师，上门帮高龄或失能老人洗澡。“上门帮助老年人洗澡是一项体力活，大多数都是失能老人，且年龄在 80 至 90 岁之间，洗澡过程中对老人抱起、放下等动作要轻柔，理发、修脚、泡澡搓澡、局部护理按摩等要规范。”程启宜说，她固定服务人数一般维持在 3 至 4 人，一个月上门助浴 12 次左右，一次价格为 40 元，如果需要其他的服务再另行收费。

“我曾碰到过失能老人大半辈子都没洗澡，长期卧床，家属只能帮他简单地擦拭身体。到了夏天，出汗多，身上有异味。老人患病后，经常发脾气，家属实在没办法，只好找到我们。”程启宜说，给这样的老人洗澡需特别仔细，时

间会稍微长一点，但不会超过一个小时，老人太疲劳，身体也会承受不住。

上门助浴的途径有很多，老人可通过长护险申请居家上门服务，社区可与养老机构合作为困难家庭服务，家属也可自行购买服务……上门助浴的出现，更好地为失能老人解决了个人卫生问题，帮助失能老人赢得了体面。

记者从城区一家养老服务中心了解到，除了上门为老年人助浴、剪指甲、按摩、泡脚外，还有上门为老年人维修家电和疏通管道等项目。

今年 56 岁的何声跃以前在单位做了四五年机电维修工作，目前主要上门为老年人维修家电和疏通管道等服务。何声跃告诉记者，一般小家电他都能维修，比如电风扇、微波炉、电灯等。维修价格相对便宜，他也能理解老人独自在家出现电路故障和管道不通等难处。

相关平台应规范化运营

“上门经济”这种新兴服务形态，方便灵活的同时，也让不少消费者提出了疑虑，代厨人员流动性比较大，一般不会与雇主签订正规合同，如果发生纠纷，双方的权益该如何维护？

安庆市法律援助中心杨律师表示，由于上门服务涉及隐私、人身等诸多安全性问题，建议相关平台设置预先审核制度，对上门服务人员身体健康、身份信息等方面进行严格把关，形成规范化、流程化、合法化运营。无论是雇主还是上门服务人员，从基本的自我保护角度出发，都要事先协商一致、达成共识，避免消费时发生纠纷。如果有中介公司或服务平台，中介公司或服务平台应帮助双方确定权责，一旦出现纠纷，应承担相应的责任。

宜城维持晴好天气

早晚温差较大

本报讯(全媒体记者 刘惠子)据最新气象资料分析，本周末以前，全市都没有冷空气“造访”，在阳光的加持下，最高气温逐步上升，其中 1 月 9 日最高气温有望达到 18℃。

小寒节气过后，这样的气温会让人产生错觉，恍惚以为春天要来了？中央气象台专家分析，进入 2023 年，率先“到岗”的是升温，尤其进入小寒节气，天气不但没有变冷反而越来越暖，6 至 9 日，长江中下游一带多地气温将较常年同期偏高 10℃ 左右。但是要提醒市民，时值隆冬，早晚气温依旧较低，体感寒冷，仍要注意做好防寒保暖工作，增强身体对寒冷的适应能力。

今天宜城以多云转晴为主，轻风吹拂，阳光相伴，最低气温 5℃ 左右，最高气温 16℃，恍若春日到来。从天气趋势来看，这个周末光照条件极好，虽然早晨气温偏低，但是白天气温较为舒适，是难得的冬日好时光，适宜晾晒和出行。只是近期早晚温差较大，请注意合理调整衣着，谨防着凉感冒。预计未来一周宜城维持晴好天气，9 日夜里至 10 日，有一次弱冷空气过程，期间平均风力 4 级左右，阵风可达 6 级以上。

最近的气温虽较往年偏高，但毕竟是隆冬，老人孩子以及体质较弱的人群还要注意养生保健。中医认为，“血遇寒则凝”，所以小寒节气里养生做好驱寒非常重要。很多人在这个时候最明显的感觉就是脚凉，即所谓“寒从脚下起”，最好的办法就是用中药泡脚，可以用当归、红花、鸡血藤等中药材放在锅中，煮成水，每天倒入温水中泡脚使用。泡脚之后用 5 分钟时间揉搓足心涌泉穴，可以收到较好的驱寒效果，还可以促进睡眠。



近日安庆天气情况：

1月6日，多云，4-16℃；
1月7日，多云转晴，4-15℃。

春节将至，返乡出行如何做好防护？

春节将至，一些人即将踏上返乡行程。返乡出行如何做好防护？这份指南请收好！

返乡出行途中，要尽量错峰出行，减少人员聚集，距离较近的，鼓励自驾。要避免在公共区域长时间停留，可提前使用相关 APP 查询功能获知检票时间和检票口，规划好行程时间。进入火车站、机场及乘车、乘机时要规范佩戴口罩，除实名制验票需短暂摘下口罩外，其余时间一定要全程规范佩戴口罩。在火车站、机场候车候机时要注意与他人保持距离，尽量减少与陌生人交流，候车就座

时建议至少间隔 1 个座位，减少在人员密集处停留和走动。在公共场所咳嗽或打喷嚏时不能摘下口罩，同时要用纸巾或手肘遮挡口鼻，注意手部清洁和消毒，如有身体不适，要及时联系工作人员。乘车乘机时，提倡和邻座错开就餐，餐前用消毒液或湿巾对手部擦拭消毒，餐后及时佩戴好口罩，也可打包带走餐食。

返乡初期，要做好健康监测，规范佩戴口罩，减少与家中老年人尤其是合并基础性疾病的接触，要了解居住地基层医疗卫生机构联系方式。返乡后，若出现发热、干

咳、乏力、咽痛等新冠病毒感染相关症状时，要联系基层医疗卫生机构，由医务人员提供必要的健康咨询、健康监测、抗原检测、用药指导等服务。无症状感染者、轻型病例，要居家治疗，不外出，居家期间尽可能减少与家人接触；症状明显的，要到发热诊室就诊；出现多日持续高热、呼吸困难等情况的，要及时求助基层医疗机构，获得指导和协助向上级医院转诊。返乡后走亲访友要注意规范佩戴口罩、勤洗手，尽量减少聚集、少聚餐，注意咳嗽礼仪。

(全媒体记者 项珍 整理)