

上海市民政局

沪民老龄发〔2025〕11号

上海市民政局关于印发 《上海市“沪助养老时光汇”项目管理办法》的通知

各区民政局，各有关单位：

为扩大养老服务社会参与，发展互助养老模式，推动“沪助养老时光汇”项目在全市范围内规范有效实施，我局制定了《上海市“沪助养老时光汇”项目管理办法》，现印发给你们，请结合实际，认真贯彻落实。

2025年12月30日

（此件主动公开）

上海市“沪助养老时光汇”项目管理办法

第一章 总 则

第一条（目的依据） 为进一步扩大养老服务社会参与，发展互助养老，推进“沪助养老时光汇”项目规范实施，根据市委市政府《关于深化养老服务改革发展的实施意见》《上海市养老服务条例》等法规规定，制定本办法。

第二条（适用范围） 本办法适用于“沪助养老时光汇”项目的运行和管理工作。

本办法所称的“沪助养老时光汇”，是指通过建立服务时间储蓄与兑换机制，支持低龄老年人及其他社会成员为有需要的老年人提供非专业性养老服务，并将服务时间进行记录和储蓄，待自己年老需要服务时予以兑换的互助式养老服务项目。

第三条（管理体制） “沪助养老时光汇”项目实行市、区、街（镇）三级管理体制。

市民政局负责“沪助养老时光汇”项目的统筹协调和工作指导，搭建全市“沪助养老时光汇”平台，推进项目标准化、规范化建设，评估、监管“沪助养老时光汇”运行绩效。

区民政局具体组织实施本区“沪助养老时光汇”项目，运营管理本区“沪助养老时光汇”信息平台，落实相关场地、人员、经费

等保障，指导街（镇）申请、开通“沪助养老时光汇”服务网点并运营。

各街（镇）可以依托社区综合为老服务中心等设立“沪助养老时光汇”服务网点，具体负责本辖区项目运营和质量管理。

第二章 服务模式

第四条（服务对象）“沪助养老时光汇”的服务对象为在我市居住的65周岁以上且持有时间币的老年人。部分持有时间币、有特殊困难的老年人可放宽至60周岁。

第五条（服务提供者）“沪助养老时光汇”的服务提供者以身体健康且有服务意愿的低龄老年人为主；支持年满18周岁、身体健康、有社会服务意愿的人士参与；鼓励18岁以下的青少年采取团体性活动方式到养老服务机构等场所提供服务。

第六条（能力要求）服务提供者一般应经申请并培训后提供服务。提供具有一定专业要求服务（如法律咨询、健康讲座等）的，应当具备相应资质或能力。

第七条（服务内容）“沪助养老时光汇”的服务内容一般以符合老年人需要且风险可控的非专业性养老服务项目为主，包括：

（一）生活照料类：家庭保洁、衣物洗涤、收纳整理、代购代办、出行陪伴、家电维护、宠物照料等基础服务。

（二）情感支持类：心理慰藉、生命故事记录、节日特别关怀、

家庭关系调解、临终关怀支持、园艺疗愈等服务。

（三）文化娱乐类：摄影、摄像、视频剪辑、红色文化导览、组织代际交流活动、开展数字生活体验、陪同参加文体活动等。

（四）培训讲座类（以服务机构为主）：厨艺培训、法律咨询、智能设备使用指导、老年人防诈骗培训、健康科普讲座、养老金融知识普及等。

（五）特色服务类：按照老年人实际需求，结合服务内容，开发服务套餐（如 10 小时生活照料+5 小时代际陪伴、1 对 1 长期签约陪伴）。鼓励各区、街（镇）探索专属特色服务权益，更好地满足属地老年人个性化需求。

第三章 运营规则

第八条（时间币的获得） 服务提供者通过提供相关服务获得时间币。服务提供者在“沪助养老时光汇”平台开设个人账户，以时间币的形式记录存储其服务时间。

每提供 1 小时服务可获得 1 个时间币。个人每日提供服务时长一般不超过 4 小时。个人存储的时间币不设最高限额。

第九条（时间币的兑换使用） 时间币可以用来兑换服务、权益，不可以兑换实物；也可以捐赠给他人。具体应当遵循以下规则：

（一）兑换服务。服务提供者年龄达到 65 周岁后（部分有特殊困难的老年人可放宽至 60 周岁），可以使用时间币兑换服务。

（二）兑换权益。当存储时间币数量达到 50 个后，服务提供者可在此后获得的时间币中提取 30%，用于兑换平台提供的相关权益。相关权益可以是本办法第七条的相关服务，也可以视情拓展各类文化、旅游、娱乐、体育、健康服务等活动。

（三）亲友转赠。服务提供者可将全部或部分时间币转赠给亲属、朋友。

（四）公益捐赠。鼓励服务提供者将存储的时间币捐赠给“沪助养老时光汇”平台，以及经济困难、失能、失智等特殊老年群体和公益性为老服务机构，实现“二次公益”。时间币捐赠者可指定受赠人。对捐赠给“沪助养老时光汇”平台且未指定受赠人的时间币，市、区两级民政部门可以定向捐赠给经济困难、失能、失智等特殊困难老年群体。

第十条（跨区兑换） 有计划推动区与区联合探索跨区兑换相关服务。原则上 2026 年各区实现辖区内“沪助养老时光汇”项目全覆盖；2027 年实现各区辖区内通存通兑；2028 年实现全市通存通兑。

第十一条（激励机制） 市、区民政局应当加强对服务提供者的激励：

（一）对于服务提供者年度服务时长达到 1000 小时（含）以上、500 小时（含）至 999 小时、300 小时（含）至 499 小时、100 小时（含）至 299 小时、50 小时（含）至 99 小时的，系统将自动登记为五星、四星、三星、二星和一星级服务提供者。星级服务提供者可获得相关权益奖励。

（二）市民政局在每年敬老月举办“沪助养老时光汇”嘉年华活动，推广各区经验做法，宣传高星级服务提供者，以及积极开展时间币公益捐赠的企事业单位、社会组织的典型事迹。

第四章 管理与保障

第十二条（信息系统）建立全市统一的“沪助养老时光汇”信息平台，功能包括服务提供者和服务对象注册、需求发布及审核、服务签到签退、时间记录存储及转移、服务评价等。建立健全突发事件应急处理办法、数据管理办法等，保障项目有效稳定运行。

第十三条（经费保障）市、区民政局应当多方筹措资金，保障“沪助养老时光汇”项目持续运行。

（一）市、区民政局可以通过引导爱心企业、基金会等社会力量开展公益捐赠等方式多渠道筹集资金。

（二）有条件的区可以设立托底性的专项资金，由区民政局负责管理，专项用于保障“沪助养老时光汇”项目的启动和可持续运行，为时间币兑换提供托底支持。

（三）鼓励各区民政局统筹安排相关项目经费，主要用于为服务提供者和服务对象购买人身意外保险、服务提供者激励和防范项目运行风险等。

第十四条（社会参与）市、区民政局应当加强宣传发动，努力形成多方参与、协同推进的良好局面。

（一）市、区民政局应当引导符合条件的居民有序参与，倡导学校、医疗机构、爱心企业、公益组织等以团体形式参与项目，形成时间币存储和兑换的良性循环。

（二）区民政局和街（镇）可以采取政府购买服务的方式，委托社会组织、企业等承担项目的组织发动、宣传培训、服务提供者与服务对象的信息确认及签约服务、争议处理等具体工作。

（三）区民政局和街（镇）可以动员各类养老服务机构、商超、卖场、药店、辅具商店、适老化改造企业、家政公司、旅游公司、文化企业、慈善超市等积极参与，为项目提供可以兑换的权益品种。

第十五条（培训与规范） 市、区民政局分级开展平台工作人员规范化培训，实现流程标准化、监管体系化、数据透明化，确保时间币存兑公平。

第十六条（风险防范机制） 市、区民政局应当建立时间币存取数据月度监测机制，防范“挤兑”风险。

当任一区兑换需求连续3个月超过供给时，区民政局应启用本区托底专项资金等资源，通过购买市场服务等方式确保时间币正常兑换。必要时，市民政局可以启动跨区服务资源配置。

市、区民政局针对自然灾害、公共卫生事件等突发情况，应当明确时间币冻结、延期兑换等应急规则。

市、区民政局适时建立保险补贴机制，支持购买服务责任险，分担服务风险。

第五章 附 则

第十七条 (施行日期) 本办法自 2026 年 1 月 1 日起施行。

抄送: 市老龄委成员单位。

上海市民政局办公室

2025 年 12 月 31 日印发