

# 疏通城市“毛细血管” 小巷管家“微功夫”显成效

记者 徐琼 王巧丽

每天清晨,在桃源社区新时代文明实践站换好工作服,“小巷理”鲍国飞便开始在社区的小巷间“遛弯”。一路上,她的眼睛仔细打量着小巷的角角落落,从单车乱停、广告牌乱放到路灯不亮、邻里纠纷……发现哪里有问题,鲍国飞便停下来处理,若是现场处理不了的,便仔细记录下来后续反馈,往往一圈转悠下来,便到了中午。成为“小巷管家”以来,鲍国飞的一双眼睛,是发现社区问题的“探明灯”,也是桃源社区小巷“旧貌换新颜”的见证。

桃源社区现有常住居民3321户8600余人,流动人口3000多人,临街店面800余家,背街小巷126条。小巷里居住人群复杂,邻里矛盾较多,消防通道乱停

车,群众安全意识较弱。

近年来,为深化背街小巷精细化治理,实现居民文化素养提升、邻里和谐相处、小巷平安有序等目标,桃源社区积极引导大学生、退休党员干部、教师、医生、热心居民等志愿者力量,探索建立“小巷管家”志愿队伍,以社区党委为核心,创新打造“小巷理事”“小巷卫士”“小巷银星”3支志愿团队。集多方多元化智慧、党建平台与多种社会资源相融合,深入打造别具一格的“桃源生活”党建品牌。截至目前,社区通过辖区孵化、暖身招募等形式,聚集起76名小巷管家,优化服务供给,增强社区服务能力。

“其实最开始对‘小巷管家’还有点疑问,但是去年的漏水事件后让我们感觉有‘小巷管家’真好。”在社区居民处,记者了解到,去年5月,由于楼上住户忘关水龙头,导致

还在睡梦中的不少居民被“大雨”惊醒。在了解整个事情后,“小巷理事”联合社区道德庭迅速介入,因损失较大,定损问题无法达成一致,双方僵持不下。为此,“小巷理事”多次上门走访,“面对面”沟通、“心贴心”协调。最后,邻里双方互谅互让,同意漏水住户一次性赔付3万元,此事圆满解决。

“老小区人员比较复杂,上次我们这边水管爆裂找不到屋主,租户更换频繁,鲍阿姨和‘小巷管家’辗转打了好多电话找了很多,最后才找到屋主。”“以前这边商家广告牌经常乱放,我骑电动自行车上班都要小心翼翼,现在挡路的广告牌基本看不见了。”……说起“小巷管家”,桃源社区居民感触颇多。

据了解,通过创新“小巷管家”队伍,桃源社区有效化解了治理力量不足、治理需求多元、治理矛盾复

杂等问题,建立起“有事大家议、任务大家领、难题大家解”的工作机制,带动更多成员从参与活动、享受服务到参与自治、提供服务。

“金杯银杯不如居民的口碑。我们帮大家解决问题,大家也都看在眼里,久而久之,社区的居民都很信任我们,因此我们处理各种问题更快更方便。”鲍国飞笑着说道。

桃源社区党委书记梁宁告诉记者,下一步,社区将持续深化“小巷管家”队伍建设机制,创新更多“小巷管家”队伍,例如为辖区居民提供定期免费义诊服务的“小巷医生”;为无人照看的孩子提供假期免费托管等服务的“小巷园丁”;为青年联谊、胶换金等工作献计献策的“小巷·青年先锋队”,以“一盘棋”思维持续激活“小巷管家”发展动力,凝心聚力筑安居社区。

## 孝老爱亲

记者 王巧丽

“每一餐都非常新鲜。”“菜很合口味,送来都是热乎乎的。”“真的很好吃,你们应该在这里尝一尝。”1月16日,记者再次探访了金钟未来社区的金享老年食堂。上午10时左右,来用餐的老年人陆陆续续地到达,大家谈天说地,食堂内很快就热闹了起来。等到10时30分,送餐的车子准时停在了老年食堂门口,煎带鱼、红烧肉、杏鲍菇炒胡萝卜、清炒包心菜……随着冒着热气的菜盘被一一摆好,老人们也自觉地排好队刷卡用餐。

“我基本上天天都来这里吃饭,几块钱就能吃饱吃好,很多老朋友都会来这里,可以和他们说说话,吃完饭还能一起聊聊天下棋,一点也不觉得孤单。”住在时代望府的居民周大爷告诉记者,老年食堂真是开在他们心坎上了。另一位正在打包饭菜的大爷则表示,自己的爱人是江苏人,吃不惯本地的饭菜,更喜欢在家自己做,但他却很爱吃食堂的菜,每次中午吃完还要打包一份带回家当晚餐。

记者了解到,金享老年食堂自2023年12月开放运行以来,平均每餐的用餐人数在30人左右,因为天气渐冷,最近用餐人数有所减少,但总体来说,美味实惠的老年食堂,还是俘获了众多老年人。

在浙江省全力推进未来社区建设的当下,老年食堂被赋予了新的内涵,虽然未来社区九大场景中并没有明确“养老”场景,但养老服务是蕴含在“健康场景”“邻里场景”“服务场景”中的复合要求。

民以食为天,老年食堂作为社区“养老场景”的基石,是社区养老服务最核心的民心工程。但在老年食堂的实际运营过程中,往往存在着运营成本高、送餐压力大、众口难调、资源浪费等问题。

对此,作为金钟未来社区的运营主体,区融媒体中心社区服务部的负责人表示,老年食堂想要行稳致远,需要探索市场与公益相结合的思路。让老年人吃得放心、舒心,离不开政府、企业、慈善组织等的多方合力。“我们将继续通过‘政府补一点、企业让一点、老人出一点、志愿做一点’的多方支持方式,保障好老年食堂的平稳运行。相信不久之后,温馨、便捷、美味的养老食堂将成为每一个未来社区的标配。”

## 社区达人

记者 王巧丽

## 以匠心守初心

——记剪纸民间艺人汪佩珍

一剪之巧夺神工,美在民间永不朽。走进汪佩珍在区新华书店的剪纸工作室,一幅幅由她亲手制作的图案精美的剪纸作品挂满了工作室的墙壁。置身其中,让人仿佛徜徉在艺术的海洋。

一把剪刀,几张素纸,凭着心灵手巧,就能剪出栩栩如生的如意龙、身姿曼妙的姑娘等生动活泼、寓意吉祥的各式花样。汪佩珍已坚持剪纸近三十年,以匠心守初心,她用剪纸“诉说”着传统文化。“小的时候常看老一辈,什么都能动手自己做,觉得很神奇。”谈及最初与剪纸的结缘,汪佩珍表示,家长永远是孩子的第一启蒙人,从小就喜欢跟着长辈学习各种手工活的她,在一次中学的劳技课上,偶然发现了剪纸这门艺术,从此一发不可收拾地迷上了剪纸。生活中的花鸟虫鱼成为了她的素材,她还会四处搜罗把各种有关剪纸的书籍材料都收集起来,并自学钻研。“因为实在太喜欢剪纸了,当时只有300元生活费的我毅然买下了一本31元的剪纸书本,还上了一个美术班。”这些付出为汪佩珍的剪纸创作打下了坚实的基础。

剪纸是一种传统的回归,更是一种美好心灵与精神世界的回归。在认真工作和照顾家庭之余,汪佩珍始终坚持着自己的爱好。“我认为每个人都要勇敢追求自我,剪纸就是我的自我,它能帮我抚平生活和工作的躁动,帮我成为更好的自己。”拜了非遗剪纸项目代表性传承人王波娣为师后,她更加坚定了要将剪纸技艺一直传承下去的信念。适逢新华书店大力倡导员工以己之长开设公益文创课堂,汪佩珍踊跃报名并成立了剪纸工作室。

工作室里的陈设小到每一个桌面的摆件,都是汪佩珍自己精心挑选来的。不同于传统的剪纸课堂,为了让剪纸更加迎合大众的喜好,汪佩珍的课堂总会有些奇思妙想,精致的实木相框、实用的帆布包等生活材料被她巧妙地与剪纸融合在一起。剪纸作品仿佛有了更多的生命力,剪纸课堂也因此吸引了一大批小朋友前来参加,越来越多的人在她的课堂里感受到了中华剪纸的非凡魅力。“我想教的不仅仅是剪纸,更希望现在的孩子不要丢掉我们的传统文化,以及像老一辈人一样的灵巧智慧和自己动手的能力。”汪佩珍说。

## 健康知识

## 这份血管的健康指南请收好

胆固醇是人体内的一种脂质,它可以帮助细胞维持正常的功能。然而,当胆固醇水平过高时,它会在血管内壁沉积,形成动脉粥样硬化,进而导致心血管疾病的发生。因此,控制胆固醇摄入,对于维护血管健康至关重要。能引起胆固醇升高的原因主要有抽烟喝酒、肥胖、长时间熬夜、高脂高糖饮食等,那么我们要如何管理好胆固醇摄入呢?

1. 了解食物中的胆固醇含量。了解不同食物的胆固醇含量,有助于我们在日常饮食中合理安排食物的摄入量。建议查阅食品标签或咨询营养师以获取准确的信息。

2. 适量摄入动物性食品。动物性食品是胆固醇的主要来源,因此

应适量摄入。建议每周食用肉类、蛋类等食品不超过3次,并尽量选择低脂肪、低胆固醇的食品。

3. 增加植物性食品的摄入量。植物性食品中的胆固醇含量较低,同时富含纤维、维生素和矿物质等有益营养素。建议增加蔬菜、水果、全谷类食品的摄入量。

4. 控制饱和脂肪和反式脂肪的摄入。饱和脂肪和反式脂肪都会增加血液中的胆固醇水平。因此应尽量减少食用。

5. 保持良好的生活习惯。戒烟限酒、保持充足的睡眠和运动以及良好的心态等良好的生活习惯有助于维护血管健康。

## 邻里和美

## 粥暖人心

## 情系邻里



## 迎恩未来社区:

“阿姨,今天是腊八节,祝您节日快乐,身体健康哦。”1月18日清晨,迎恩未来社区融文化志愿者联盟的志愿者们敲开了洪梅秀老人的家门,送上真诚的祝福。“味道赞的,真是太谢谢你们记挂。”洪梅秀老人笑着说。

腊八节,喝上一碗香甜的腊八粥是这个节日里最重要的仪式。据了解,为了让社区居民感受到浓浓的节日氛围,迎恩未来社区在老年食堂、万达公寓和财富公馆等地都设置了爱心粥点,为往来居民、外卖小哥、环卫工人送去甜糯的腊八粥和美好的祝福。同时,也提醒大家注意冬天的消防和用电安全。

“冬天干活很冷,但今天喝到甜甜的腊八粥,感觉心里很暖。”环卫工人陈师傅笑着对记者说。

## 南溪未来社区:

令节清晨煮粥忙,炊烟风散万家香。1月18日一大早,南溪未来社区的党群服务中心门口就分外热闹,南溪阿姐巾帼志愿服务队与青春巾帼志愿服务协会的志愿者们热情地为居民分发着腊八粥,有的盛粥,有的打包,大家忙的不亦乐乎。

“社区为我们准备了腊八粥,趁着孩子上学前让她吃一碗,也体验一下咱们自己的腊八文化。”居民毛女士笑着说。传统节日是传承优秀历史文化的重要载体,一碗小小的腊八粥,为这个独特的日子又添了一剂“亲情味”。

社区干部们还贴心地为辖区孤寡、行动不便的老人送去了腊八粥,祝福老人节日快乐的同时关切询问他们的身体和起居状况,让他们感受到社区大家庭的温暖和关怀。



## 长汀未来社区:

1月18日早晨,长汀未来社区在居家养老服务站开展“情浓腊八粥 暖心关爱老人”腊八节主题活动,为老人们免费送上腊八粥,给寒冷的冬日增添浓浓暖意。

“出锅喽!”随着一声吆喝,工作人员将一锅精心熬煮的腊八粥端到了桌子上,并给每位老人盛上一碗热气腾腾、香喷喷的腊八粥。老人们品尝着腊八粥,脸上洋溢着幸福的笑容。“这粥香甜醇厚,甜在嘴里,喜在心里!”“喝一碗腊八粥,身体暖和了许多。”服务站的老人们高兴地说。老人们细细品尝这份暖意十足的美食,喝着暖烘烘的腊八粥,闻着悠悠腊八香,现场其乐融融,充满欢声笑语。

过了腊八就是年,一年一岁一团圆。一碗碗热气腾腾的腊八粥,熬的不仅是手艺,更是一份浓浓的心意,简单而真诚的腊八节活动让社区的居民们在这个冬日里感觉到邻里间亲人般的温暖,为邻里搭建起一架交流情感的桥梁,促进社区和谐的同时也弘扬了传统文化,给这个寒冬增添了浓浓暖意。

## 美丽家园

## 小区旧貌绽新颜

环境面貌、基础设施焕然一新,居民居住条件显著改善了,该工程为居民实实在在增进福祉,居民个个满心欢喜。

据了解,东江家园小区于2006年建成交付,共有13幢住宅楼,其中9幢为大龄青年安置房。目前,该小区有住户325户,约1000人。历经10多年,该小区存在配套设施不完善、路面破旧、建筑面貌差、停车位少等问题,被列入省老旧小区改造名单。

本报(记者 康诗文 何腾涛 通讯员 竺盛涌)“以前小区环境差,到处乌漆麻黑的,现在和新小区一样,晚上灯光亮丽漂亮。”“以前的污水管道一直堵,屋后沟里污水排不出去,臭气扑鼻。雨水也排不出去,小区门口一下雨就积水,走路都困难。改造后现在很干净,下雨再也不堵了。”……日前,方桥街道方园社区东江家园老旧小区综合改造提升(污水零直排)工程竣工,小区

## 居民乐享新生活

2023年5月,东江家园老旧小区综合改造提升(污水零直排)工程建设启动,总投资近1800万元,工程项目包括雨污水分流改造、屋顶整改、房屋外立面改造、增设停车位及相关设施、道路白改黑、燃气管道入户、垃圾收集点改造、绿化提升、健身器材及游乐设施安装、楼道内粉刷、电灯更新及线路规整,增加公共晾晒区等。

“我们这次改造从去年5月至11月,总共半年时间。其中遇到了

一些困难,小部分的居民可能因为出行不方便或者噪声有所困扰,我们上门多次调解。现在工程结束之后,居民们都交口称赞,认为改变了以前脏乱差的状态,房屋漏水、管道堵塞、停车难等现象都解决了,居民满意度很高。”东江家园所在的方园社区党支部书记王旭峰表示,“硬件设施已经得到了改善,下一步,我们要从小区文化的打造入手,加速推进农转居、村转城,积极打造宜居社区。”