

■ 奉人纪事

情暖奉化,“银辉”在行动

□记者 陈培芳
通讯员 王权

文艺演出、义诊送药、书画展览、慰问困难群众、法律科技环保咨询……1月11日上午,区银辉志愿者联合会2019年“迎新春、下基层”活动在居敬社区服务中心展开,寒冷的冬日里,银辉志愿者们给社区居民带来热情周到的服务。

在奉化很多老同志的心中,有一张“无形的名片”,上面都印着同一个名字:“银辉”志愿者。他们活跃于奉化的各个角落,桃文化节上,有他们挥毫泼墨、出口成章的形象;困难群众的家里,有他们助学济困、送医送药的身影。他们围绕中心大局,参与新农村建设、投身环保事业,提供法律科技咨询、关爱残疾儿童……无私付出、微笑投入,他们用自己的行动,将“银辉”这张名片擦亮,展示了奉化近700位离退休老同志的新形象。

近年来,区委老干部局依托宁波市“银辉”志愿者联合会的平台力量,精心搭建服务平台、创设服务载体,强化奉化区银辉志愿者联合会建设,汇聚银发人才,组织开展各类志愿服务活动,引导

□汪安昌

人老了真好,老天爷公平,它洗刷了我的容颜,削减了我强健体魄,却换给我一颗淡泊宁静的心。每当闲余时刻,我会从心底默默地高喊:人老了,真好。

到了这个岁数,对爱情已经看得很淡然了。不是不会爱,而是爱得更宽了,更爱父母、爱长辈、爱朋友、爱下一代,爱我认识的、不认识的人,特别爱那些背着



“银辉”志愿走进社区送春联

老同志在自愿、量力的前提下积极发挥余热,释放正能量。

据了解,银辉志愿者联合会成立于2016年12月,是以我区离退休老同志为主体的志愿者团队,下设11个志愿者分会,分别是银辉博爱分会、翰墨丹青分会、法律咨询分会、区域文化分会、影像视觉分会、医疗卫生分会、生态保护分

会、体育健身分会、科技咨询分会、退教之光分会、戏曲音乐分会。联合会的成立,不仅为广大老同志志愿者发挥余热、服务社会提供了舞台,也帮助他们收获了幸福感、价值感和成就感,成为奉化区志愿服务力量中的一支特殊的“新生”力量。

“我认为老年人,特别是离退休老同志,要发挥余热、发挥特长,传

递正能量,为社区建设、社会发展贡献自己的一份力量。希望更多老同志能够加入‘银辉’志愿者队伍,发挥自身的政治优势、经验优势、威望优势,老有所为。”区银辉志愿者联合会主席林平海告诉记者,自联合会成立以来,志愿者们开展了近50次形式多样、内容丰富的志愿活动,受到了社会各界的一致好评。

欲望变得淡薄了,对时尚不敏感了。唯一的是亲情浓了,对亲人的呵护更加重了。不管男人女人,都知道要多吃一点了,不喜欢吵架了。出门并排走,在家并排坐。丈夫帮妻子去超市、菜场购物背包,妻子拉丈夫逛街逛公园散步,一句话,不管是谁,都把健康放在第一位。所以,我会从心底默默地高喊:人老了,真好。

■ 似火晚霞

人老了,真好

小书包的小朋友,他们是祖国的花朵,也是希望和未来。

人老了,就会宽容生活给予的公与不公,直面命运,过去的事都不

在乎了,就是遇事也会想一想,先盘算不纠结,接受或放下,然后一身轻松继续过自己的生活。

人老了,生活变得简单了,物质

糖尿病眼病:需专业及时治疗

主讲人:石海军 副主任医师 眼科学硕士
专长:眼底病、糖尿病眼病、飞蚊症

简介:石海军,毕业于温州医科大学,师从我国著名眼科专家、温州医科大学校长吕帆教授,并受著名眼底病专家刘晓玲教授的亲自指导。已在眼科临床工作10多年,主攻各种复杂性眼底病诊治,尤其在眼底血管性疾病、糖尿病视网膜膜疾病以及视神经疾病等方面的诊治有丰富的临床经验

坐诊地点:奉化爱尔光明眼科医院
坐诊时间:每周六全天

得了糖尿病,要去看眼科医生

据世界卫生组织统计,我国已经是不折不扣的糖尿病大国,全球约1/3患者在我国,并且糖尿病的发病率逐年上升,患者呈现年轻化趋势。宁波的情况同样不乐观,新发糖尿病人群数量成上升趋势,糖尿病已经日渐成为威胁到我市居民的身心健康、生活质量和预期寿命的病因之一。

然而很多糖尿病患者(简称“糖友”)并不知道,糖尿病会引发多种眼部并发症。对此,石海军医生介绍到,人的眼睛是需要通过很多毛细血管来提供血液的,而“糖友”的毛细血管微循环不理想,所以并发症首先会出现在眼部。据了解,在日常的门诊中,经常遇到“糖友”眼睛或多或少已经出现问题而不知情的情况。石医生提醒,当发现血糖不正常时,最好找眼科医生好好查一下眼睛的情况,有问题的话及时处理,有助于延长正常视觉质量的时间。

“糖网”——视力的隐形杀手

糖尿病视网膜病变也被称为“糖网”,其一大特点就是初期没有明显的症状,一旦发现症状,往往病情已发展到中期乃至末期,视力的损伤已经不可逆。同时,因为很大一部分“糖友”没有糖尿病眼病这个概念,对自己的眼部健康不够重视,未能及时发现问题,有的即使发现问题了也没有进行及时治疗。“糖网”的高危人群包括,糖尿病病程超过5年的患者;血糖控制不好,同时合并高血压、高血脂等代谢疾病的患者;胰岛素依赖型的患者。

据了解,在糖尿病引发的多种眼病中,糖尿病视网膜病变是最为常见,危害也最为严重的眼病之一,被称为视力的隐形杀手。所以临床上,因“糖网”治疗不及时最终导致失明的患者并不少见。为此,石医生建议,一旦确诊糖尿病,无论眼部有无症状,应及时建立眼底档案,勤查眼底,只有定期检测,才能实现“糖网”的早诊早治。



EYE 爱尔讲堂

宁波市奉化区第一届人民代表大会第三次会议 政协第一届宁波市奉化区委员会第三次会议特别报道

区域投集团

聚力项目攻坚 打造品质城市

2019年是奉化实现“三年大变样”的冲刺之年,也是城投集团实现事业精彩蝶变的攻坚之年,集团公司将肩负新使命,厚植新优势,培育新动能,为建设“最美最好”奉化彰显责任担当。

城建项目出形象是实现“三年大变样”的核心内容之一,城投集团作为城市建设的主战场和生力军,面临“135”发展的“期中考”,立志树立“四个意识”,培植“五项观念”,做强“三篇文章”,重点以高效推进项目建设为第一要务,全面落实“四强化一跟进”工作举措,即:强化责任主体,强化超前谋划,强化节点推进,强化追踪审计,跟进资产保障。以解放思想作风整治为抓手,全线推进前期项目早落地,在建项目出形象,全力确保3个社会

事业工程、4个PPP项目和4个市政工程项目如期建成交付。总用地面积约23.4亩、总建筑面积约40284平方米、总投资约2.64亿元的邻里中心(农贸市场)项目力争在5月底前完成竣工验收;总用地面积约378亩、建筑面积约16万平方米、总投资约12亿元的奉化中学迁建工程、锦溪书院新建工程及配套中央广场合建工程于6月底前完成竣工验收。总投资约4.9亿元的体育场公园式改造工程于5月底前完成所有单体施工和室外景观绿化铺装,10月底前完成项目综合验收。总投资约1.67亿元、总建筑面积33420平方米的看守所迁建工程于8月底前竣工验收;总投资约4.9亿元、总建筑面积55650平方米的惠政老街项目和总投资2.71亿元、总建筑面积40157平方米的仁湖锦

庭一期项目于10月底前竣工验收;总投资约4.02亿元、总建筑面积为35097.14平方米的左岸一品家园于12月底前建成交付。长汀路道路工程及西段两侧绿化提升和立面改造工程:总长约5620米、总投资约1.43亿元的长汀路道路工程计划于1月底前完成通车;西段两侧绿化提升及立面改造工程计划于4月开工,10月中旬完工。城区保畅通工程(竹园路、法兴路、惠政西路、大田路、前方路、本堂路):道路总长约2197米,总投资约6200万元,计划于3月开工,力争10月底前完工;道路总长约950米,总投资约1500万元的西圃路地下管廊一期力争10月建成通车;总投资1500万元的城投项目亮化工程计划于10月底竣工验收。为实现“三年大变样”的宏伟目标交出一份圆满的答卷。