

游泳让生活充满希望

奉化有一支“小海豹”游泳队

记者 袁伟鑫 何腾涛
通讯员 董黎姿

这几天,在杭州亚运会赛场上,来自亚洲45个国家和地区的残疾人运动员正努力拼搏,书写梦想。而在奉化城区的一个普通游泳馆里,也有一群孩子在泳池里奋力击水,一遍又一遍地训练着。尽管他们的身体存在缺陷,但是这群稚嫩的孩子却迎难而上,用时间和汗水追逐着属于自己的梦想,游泳让生活充满希望。

为残疾儿童插上梦想翅膀

“我的梦想就是有一天能够站上领奖台,通过自己的努力帮助爸爸妈妈。”在江口街道新桥下村的一间普通民房里,10岁的王心妍正在画泳池游泳的自己,和在岸上加油的爸爸妈妈。孩子质朴的梦想让坐在一旁的母亲潸然泪下。王心妍一家来自贵州,3岁时,王心妍被检查出患有无法治愈的视网膜裂孔,被鉴定为四级残疾。王心妍爸爸告诉记者:“医生说,这个病没有太好的治疗效果,最坏的情况是失明。现在去检查基本就是弱视状态,超过4米就视线的模糊。”

“去年,有个坐着轮椅的老师来到我的学校,问我想不想学射箭,后来量了一下我的身高有些不够。她又问我想不想学游泳,我说想,因为游泳也挺好玩的,然

后就开始学了。”王心妍对记者说,后来她才知道那位老师就是出生于我区的残奥冠军周佳敏。

在周佳敏的引导下,去年9月,王心妍便来到小海豹残疾人体育训练基地学习游泳。同她一起训练的,还有其他7名残疾孩子。从那时起,除了周日休息,每天下午放学后到游泳馆训练成了她的必修课。和很多一起学游泳的孩子一样,从最初跳入水中新奇到后来日复一日的艰苦和枯燥,让王心妍备受煎熬。尽管如此,王心妍却从未放弃,刻苦的训练和与生俱来的游泳天赋,让她的游泳水平不断提升。

“她练游泳的时候不止一次练吐了,吐完之后她会选择继续加练,每次都会和教练说我多练一会儿。她知道自己身体上有缺陷,通过游泳锻炼能让她找到一些新的方向,也是她努力的动力。每次看到她这样积极向上我都觉得特别感动、欣慰。”小海豹游泳馆负责人王龙斌表示。

小海豹练就“竞技梦”

小海豹游泳馆作为我区的一个残疾人体育训练基地,和省残疾人游泳队保持着良好沟通,为他们输送优秀的运动员。王龙斌告诉记者,从去年5月小海豹残疾人体育训练基地成立至今,已经有游泳运动员孙以彤、皮划艇运动员陈璞等4名运动员被选拔到省队训练,而王心妍的成绩也得到了省游泳队教

练的认可,有望到省队参训。

最近,在省游泳队结束集训的孙以彤一回到家,便来到小海豹残疾人体育训练基地,和她曾经的伙伴们一起训练。11岁的孙以彤患有先天白化病,不仅肤色、发色与常人不同,视力也仅有0.1。这使她在生活和学习上比同龄孩子面临更多困难。2021年,孙以彤与游泳结缘,随后又在小海豹残疾人体育训练基地训练,并被选拔进入浙江省游泳队训练。在今年3月的省第十一届残运会上,孙以彤首次亮相赛场一鸣惊人,获得了一金二银的好成绩。“我现在的目标是400米游进6分钟,突破自我,在比赛中拿到奖牌。”孙以彤告诉记者,为了继续提高成绩,她选择来小海豹继续训练。

基地游泳教练张坤告诉记者,目前体育训练基地有8名孩子在训练,他们有的是视力方面的缺陷,有的则是肢体方面的缺陷,除了一名孩子因为年龄太小需要一对一训练外,其他孩子都可以和健全的孩子一起训练。“我会让孙以彤和健全的孩子一起训练,因为她的速度跟得上,这样有助于她提高体能,加快速度,也会更自信。王心妍也一样。”张坤说。

做残疾人朋友的坚强后盾

“游泳这项运动本身对身体是非常好的,包括恢复肢体的行动力,肌肉的增长。队员中有孩子在岸上没办法正常走路,但他可以在水里‘走路’,对于他的肢体康复非常

有帮助。”王龙斌表示,游泳带给这些孩子的益处是全方面的,有别于健全人的竞技道路,残疾人运动员们打开了一条不一样的人生道路。有一定实力的队员会被选拔到省队,参加全国甚至国际赛事,而成绩普通的孩子,运动也带给他们身体和心理上的康复和充实。

记者了解到,目前队中已有4名孩子到省队参训,其中孙以彤进入省游泳队,陈璞参训后因为残疾分级于今年5月转至省皮划艇队训练。“很喜欢游泳,参加不了比赛还是有遗憾的。不过,皮划艇也不错,我要努力训练,尽最大努力实现自己的梦想。”今年14岁的陈璞对记者说。

“今年5月,我们合作成立了周佳敏体育工作室。通过她的成长过程,去引领合适的残疾人儿童从事残疾人体育运动。体育工作室成立以后,周佳敏经常到全区的各个中小学校去做一些巡回的演讲,传递正能量,也挖掘一些运动员的苗子。”区残联理事长张礼传介绍说,近几年来,区残联十分重视残疾人运动,目前已有6名运动员选送到浙江省残疾人运动队参加集训。同时,成立了三个球类、游泳、旱地冰壶、体育轮椅舞蹈等方面的残疾人体育训练基地,提升体育成绩,丰富残疾人精神文化生活。此外,进一步做好残疾人体育运动员的后勤保障工作,免除他们的后顾之忧。

九九重阳节 浓浓敬老情

金钟未来社区邻里节精彩纷呈

本报讯(记者 袁伟鑫 王林威)10月23日上午,在金钟社区滨江公园,一场以“九九重阳节 浓浓敬老情”为主题的重阳邻里文化节活动举行。本次活动由区融媒体中心、金钟社区党群服务中心和新时代文明实践站联合主办,通过便民服务、文艺演出等活动丰富社区居民的生活,弘扬中华民族尊老敬老的优良传统。

上午9时许,滨江公园内早已是熙熙攘攘的热闹景象。来自何美蓉巾帼道德模范工作室的志愿者为居民们提供家电维修、配钥匙、艾灸等十余项活动,得到了社区居民的积极响应。随着一首热情洋溢的歌曲《好日子》开场,现场的文艺演出也吸引了众多社区居民的目光,随后的越剧《送凤冠》以及现场互动,又将活动推向高潮,整个现场充满了欢声笑语。活动现场,区融媒体中心工作人员介绍了金钟未来社区建设的基本情况和“奉化家门口”微信小程序的功能特点。“现场很热闹,金钟未来社区建成后,社区许多设施都改造过了,对老年人也特别照顾,老年食堂、服务站都弄得很好。”对于近年来金钟社区的变

化,居民陈惠明赞扬不已。

去年,省第二批80个未来社区名单公布,岳林街道金钟未来社区创建成功。金钟社区以“三化九场景”为标准,强调以人为本、追求可持续发展、推动数字化发展。将逐步实现社区公共设施完善、便民商业服务设施健全、公共活动空间充足、社区管理机制健全等。金钟未来社区的建设从“小切面”到“大幸福”,从“事后处置”到“提前发现”,推动着金钟社区治理模式的迭代更新,社区范围每个小区都有“一老一少”活动设施,周边医疗、社区服务等也得到配备和升级。

“我们奉化区融媒体中心,紧紧围绕‘主流舆论阵地’‘综合服务平台’‘社区信息枢纽’的媒体融合目标,积极打通社区服务最后一米,助力奉化区全域智慧服务平台项目及未来社区运营管理服务项目的实施与建设。”区融媒体中心社区服务部主任刘媛媛表示,下一步,“奉化家门口”微信小程序将深入融合金钟未来社区,在便民活动、社区服务等多个领域提供支持,继续深化未来社区的运营。



新时代文明实践点普法走进企业

“宁波生命科学城社群·普法沙龙”第一期开讲

本报讯(记者 康诗文 通讯员 竺盛涌 夏亚丽)承包方的二级公司和工程处不能对外签订合同、采用固定价格必须把风险范围约定清楚、禁止分包单位将其承包的工程再分包……10月20日下午,在宁波生命科学城规划展示馆咖啡吧,来自方桥街道各建筑工地的近40名项目经理接受了一次干货满满的培训。

当天,方桥法庭法官竺晴照为大家讲解了签订建设工程施工合同要注意的十大事项、专业工程分包的法律风险及防范、案例解析、建设工程合同纠纷中几个常见的法律问题等。竺晴照还与各位项目经理进行互动,回答他们日常工作中遇到的相关法律问题,帮助他们理清各种矛盾纠纷涉及的法律关系并提出建议。

“这次活动收获很大,法官讲解

的内容都与我们工作实际很契合。”来自中交一公局某安置房建筑项目的张经理说,“今后我们将进一步规范合同管理,避免各种矛盾纠纷的产生,确保项目顺利推进。”

这是方桥法庭和宁波生命科学城牵头,组织开展“宁波生命科学城社群·普法沙龙”系列分享会的第一期。分享会聚焦民生活题,邀请政府部门、司法机关、企业、社区多方参与,进行分享、共论、研讨,共安排

了6期,每周举行一期。另外5期主题分别为防范诈骗普法、妇女儿童权益保护普法、日常生活中常见几个法律问题、企业合法经营、涉农常见法律问题及案例。

方桥法庭庭长王佩岚说:“‘宁波生命科学城社群·普法沙龙’系列分享会是我们法庭实施‘桥·浙礼’新时代文明实践‘全心学’工程的一项举措,旨在让普法教育走进企业。”

酒驾撞上醉驾挪车

交警处理一起停车场“闹剧”

本报讯(记者 柳家欢 方振 通讯员 黄良凯 骆平山)近日,在长汀东路绿都小区南侧公共停车场内发生一起两车刮擦事故,然而交警在处理中却发现,2名驾驶员都存在不同程度的酒后驾驶情节,最终交警部门依法对他们作出不同的行政处罚。

当天晚上,陈某和朋友一起在该停车场附近的餐馆吃饭,期间喝了4两左右的白酒。8时30分许,陈某吃完饭后正打算叫代驾,但看到自己的车子挡在了店面门口,于是他便自己开车将车挪到了路边,之后就下车与朋友在边上商量去处。此时,一辆由周某驾驶的轿车正在边上倒车,因操作不当撞上了陈某停靠在路边的车子,导致两车车尾发生刮擦。之后,双方协商不

下选择了报警。

接警后,区公安分局交警大队大桥中队民警赶到现场处理。民警在询问过程中发现,双方疑似都喝了酒,便对两人进行呼气式酒精检测,陈某的显示结果为121mg/100ml,已达到醉酒驾驶机动车的标准;周某的显示结果为21mg/100ml,达到饮酒后驾驶机动车的标准。

交警提醒:道路是指公路、城市道路和虽在单位管辖范围内但允许社会机动车通行的地方,包括广场、公共停车场等用于公共通行的场所。因此,在“道路”的范畴内,涉及饮酒后驾驶机动车的行为都应该根据《中华人民共和国道路交通安全法》做出相应的处罚。广大驾驶员要自觉遵守道路交通安全法,做到饮酒不开车,开车不饮酒。

关于依法处理被扣留车辆的公告

(2023年第4期)

现有在2023年09月30日前被宁波市公安局奉化分局交通警察大队依法扣留的车辆(含机动车、非机动车)124辆,请相关车辆驾驶人或者所有人、管理人,自公告之日起三个月内持公安机关交通管理部门强制措施凭证及其他相关手续到宁波市公安局奉化分局交通警察大队(或相关辖区交警大队)接受处理,逾期公安交通管理部门将根据《中华人民共和国道路交通安全法》第一百一十二条、《中华人民共和国道路交通安全法实施条例》第一百零七条之规定,依法处理相关车辆。

具体详见宁波市奉化区政府信息公开网站(<http://www.fh.gov.cn>)区级部门信息公开—区公安分局。

宁波市公安局奉化分局交通警察大队
2023年10月25日

咳嗽、打喷嚏时,你会怎么做?

打喷嚏时正确的做法
用手肘或用纸巾遮挡
可避免病菌传播

打喷嚏时错误的做法
用手遮挡会传播病菌

流感、支原体肺炎、肺结核病等呼吸道传染病的病原体可随患者咳嗽、打喷嚏等传播给他人,咳嗽、打喷嚏时请用纸巾、手帕、手肘等遮掩口鼻。

宁波市奉化区疾病预防控制中心 宁波市奉化区健康教育所

全民配合做好第五次全国经济普查