文明看宁波

第四届浙江省道德模范昨受表彰

我市俞复玲获敬业奉献类道德模范，张亚芬获助人为乐类道德模范，刘国娟获孝老爱亲类道德模范

□本报记者 杨静雅

以“发现最美浙江人——浙江好人，德行天下”为主题的第四届浙江省道德模范表彰活动于昨天下午在杭州举行，我市俞复玲、张亚芬、刘国娟受表彰。俞复玲是江东区百丈街道划船社区党委书记，张亚芬是国家电网宁波市鄞州区供电公司营业厅员工，刘国娟是宁波市依木商贸有限公司董事长。据悉，受表彰的第四届浙江省道德模范共29人，分助人为乐、见义勇为、诚实守信、敬业奉献、孝老爱亲等五大类。俞复玲获敬业奉献类道德模范，张亚芬获助人为乐类道德模范，刘国娟获孝老爱亲类道德模范。

图为颁奖现场。 (钟学正 摄)

俞复玲：感谢居民社工和家人的支持

“这个浙江省道德模范的荣誉应该属于划船社区的全体居民和社工，划船社区能有今天，不是我俞复玲有多少本事，而是他们和我共同努力的结果。”获奖后，俞复玲谦虚地说。一转眼，她在划船社区已经整整干了12个春秋。12年来，社区工作内容越来越复杂，工作对象经常在变，但有一句话一直是她和她的社工团队的信条，那就是“有事来找我们”。

“这是理念，也是方法，是拉近与群众距离的亲切方式。在这句话的指引下，我们用最好的服务实现了最好的管理，努力把社区建设成为和谐的大家庭。我们组建了物居党建联建这个平台，解决困扰社区多年的化粪池堵塞、小区停车难等‘老大难’问题；我们创设了‘梦工坊’，为残障居民提供庇护性岗位，患自闭症20多年的军军在我们的帮助下，解开了心扉，过上了正常人的生活。”俞复玲说。

前天下午，省领导在杭州看望了新当选的道德模范及其家属代表，俞复玲作为获奖代表发言。俞复玲在发言中说，社区工作让她尝到过酸甜苦辣，她有苦、有累、有委屈、有泪水，但每当看到居民们脸上洋溢着的幸福笑容，她就觉得一切付出都特别有意义，特别有价值。

俞复玲说，这一次她获得省道德模范的荣誉，离不开社区居民的支持，离不开社工团队的支持，离不开家人的支持。

“这些年，我一直在忙碌工作，没有很好地尽很多为人妻、为人母的责任，但是家人始终对我理解、支持。家庭这个坚强后盾，让我感到工作后顾无忧。”平时，很少在公开场合谈到家人的俞复玲，动情地说起了家人。

张亚芬：母女同为志愿者

“听说不仅你是一名志愿者，你女儿也是一名志愿者？”在昨天下午举行的表彰活动上，张亚芬作为助人为乐类道德模范的代表，接受了主持人的访谈。主持人的一个提问，引起了张亚芬对女儿志愿者之路的回忆。

张亚芬的女儿叫林茂华，今年18岁，是宁波中学的一名学生。张亚芬长期帮助他人，热爱公益，潜移默化地影响着女儿。女儿从5岁开始，就跟着张亚芬到宁波恩美福利院看望那儿的小朋友。“妈妈，是不是我可以用吃肯德基的钱给弟弟妹妹买新衣服？”从那之后，林茂华兑现诺言，好几年没有吃过肯德基。读初中后，林茂华和同学多次随张亚芬一起到敬老院、福利院做志愿者。从女儿的身上，张亚芬看到了传递爱心的意义，于是，她主动找到女儿的班主任，希望在班里成立一个志愿者组织。在张亚芬的张罗下，“小蜜蜂义工团”在女儿就读的宁波七中1303班诞生了。义工团开展了各式各样的公益活动。团队成员从最初的几个人发展到全班参与，再发展到众多学生家长参与；从在宁波市做义工到前往省内多个地方做义工，给需要关怀的人们带去了爱心，送去了温暖。有一次，张亚芬带着“小蜜蜂”们到景宁县标溪乡中心学校探访，得知一位叫洪丹丹的女孩嘴巴上长了瘤，因为家里经济条件的限制一直没有医治时，“小蜜蜂”们回到学校发起捐款活动为洪丹丹治病。2013年夏天，女儿所在的1303班全体义工团员即将毕业，要升到高一级的学校继续学习了，义工团的团旗也交给了下一届的义工团长。到了高中后，女儿仍然热衷公益，在课余时间常和同学们一起参与公益活动。

刘国娟：穿着女儿买来的旗袍去领奖

“这是我大女儿小竞给我买的，漂亮吧？你帮我用手机拍张照，我用微信传给女儿们，让她们看看……”昨天下午，面对其他道德模范对她所穿的旗袍的赞扬，刘国娟无比自豪，她告诉大家，这衣服是她收到参加第四届浙江省道德模范颁奖典礼的通知后，她的养女——大女儿小竞特意跑到商场给她买的。

“我获得很多荣誉，女儿们都说，这个浙江省道德模范是最高荣誉，它是对一个人各方面的综合评价，她们要像以前一样，继续以我为榜样，做好事，当好人。”刘国娟向记者讲述了几个懂事的女儿的故事。

刘国娟有6个女儿，其中只有两个是亲生的。她和四个养女的故事，要从1979年说起。当年2月6日凌晨，刘国娟的丈夫高依木出门时，捡回一名女婴，取名小竞。1985年，刘国娟捡到了一个两三岁的小女孩，多方寻找女孩父母未果，便收养了她，取名小敏。上世纪九十年代，刘国娟有两位亲戚家里发生了变故，她又将两家的两个10多岁的女孩接到家中抚养。如今，刘国娟的6个女儿都已大学毕业、成家立业。在小竞和小敏成年后，刘国娟根据各种线索，帮她们找到了亲生父母。如今，她们同亲生父母和睦相处。让刘国娟欣慰的是，6个女儿都继承了自己身上的美德，乐于帮助他人。2008年南方遭受雪灾，养女小竞将自己在厂里生产的蚕丝被运往灾区。面对媒体的采访，她说：“是妈妈教导我要帮助他人！”近几年，她年年都给自己企业所在地江苏南通的一家养老院送去蚕丝被。养女小敏和丈夫去年给家乡贵驷捐赠了一批摄像头。女婿说：“要向妈妈学习！”女儿小银长期资助一名贫困生，女儿小红去年也给贵驷敬老院的老人送去了一批毛毯……

身边人：点赞道德模范

郑兆莉是划船社区居民，现年66岁的她退休后担任了划船社区市民学校校长，并担当了社区秧歌班的任课老师。

“担任书记十几年，她为社区付出的实在太多太多。”郑兆莉说，俞复玲让她最感动的有两点。首先是一手创办了梦工坊。因为经常去梦工坊做志愿者，郑兆莉在这里常见到俞复玲，她一有空就和里面一位叫军军的残疾人聊天，她也亲眼看着军军从沉默变得开朗。其次，就是今年菲特台风袭击宁波期间，俞复玲一马当先冲在前面，七天七夜没有回家，整个人都臭烘烘的，脱了鞋子，发现脚底磨出了血泡。

“她做好事，常叫我一起去帮忙，我好比她的搬运工。”刘国娟的丈夫高依木说，刘国娟的很多举动，让他感动，最感动的是，2003年天气最热的时候，刘国娟让他将家里唯一的空调移到了澥浦镇敬老院。

“只要她有能力做的事，她是有求必应。”昨天，张亚芬所在的国家电网宁波市鄞州区供电公司营业厅的姐妹们得知张亚芬获得第四届浙江省道德模范的消息后，也纷纷赞扬她，说她工作30年，当班长18年，她的心里始终装着客户。她的邮箱是为服务客户特意申请的，她的手机365天不关机，她始终把客户的满意放在第一位。

市文明办：这是文明创建的成果

在昨天的颁奖活动之后，记者采访了宁波市委宣传部副部长、市文明办主任李正平。他说：“29位第四届浙江省道德模范中，宁波有3人当选，俞复玲还代表全省道德模范作典型发言。这是宁波大力构建道德荣誉体系，广大干部群众大力培育和践行社会主义核心价值观的丰硕成果，是‘爱心宁波·尚德甬城’社会风尚的集中体现。我们要大力宣传他们的先进事迹，深入开展道德模范先进事迹巡演、巡讲、巡展，让道德模范的先进事迹走进千家万户，进一步提高市民文明素质和社会文明程度，共同建设好全域化高水平、人民群众更加满意的文明之城”。

从真正的长白山野山参基地新鲜采挖，日报对原材料质量进行全程把控，参龄全部在13年以上正宗老参，一个星期前刚刚从基地采挖出土，还是带着叶子的新鲜长白山野山参，你见过吗？

昨天晚上七点多钟，带着长白山脉泥土气息的新鲜出土野山参终于“飞”到宁波，明天开始，它们将在宁波日报报业集团首次“惊艳”亮相。为了确保野参的新鲜度和营养价值，此次首批空运的长白山野山参仅500支，每支品相俱佳，参香浓郁。实在忍不住的市民，不妨明天起到宁波日报报业集团日报广告部二楼免费品尝一下这难得的“新鲜货”吧！

昨晚，500支新鲜长白山野山参空运到甬

带叶子的野山参你见过吗？

明天起，市民可到宁波日报报业集团(宁波日报广告部二楼)免费品尝“新鲜野山参”

新鲜的野山参，是带叶子的

每年的6月至8月，是长白山野山参的生长与采挖的旺季。今年7月底8月初，又一年挖参旺季来临之时，日报报业集团经过多次努力，联系到吉林延边人参基地负责人，携浙江省6地市报记者及市民一道前往长白山，实地考察延边延吉市依兰镇海拔800米的野人参基地，并亲手体验采挖15年野山参的乐趣。

“新鲜的野山参，竟然是带着长长的叶子的，而且还长着鲜艳的红果子！”大部分人都是第一次见到野山参，那红红的果子和绿色长长的叶子，给每个人都留下了深刻的印象。实地考察回来之后，“新鲜的野山参是带着叶子的”，成为他们向别人介绍长白山野山参的一句经典台词。

野山参生长在原始森林，与树木花草为伍，恰逢有适宜的自然条件，可生长100年以上，吸收天地精华。我国长白山山脉生长的野山参最为著名，其得天独厚的自然环境、森林环境酝酿出野山参，以“野”为本、以“老”为贵、以“灵”为美而闻名于天下。

此次日报集团花费大量人力、物力、财力专程从吉林延边长白山野山参基地空运而来的500支野山参，和当初他们去基地实地考察看到的野山参完全一样。因为是一个星期前刚刚从基地里采挖出来的，所以全部都是带着叶子的。

刚采挖的鲜参，抹去浮泥，没有过水刷洗，略带着泥土气息，直接空运至宁波，这样的“新鲜货”，在宁波，一年只能见到这一回。

新鲜的野山参，每年仅7—9月才有

长白山野山参基地的老傅是一个拥有三十多年挖参经验的老参农。据他介绍，野山参每年的生长期很短。一年当中，6月、7月、8月份是生长旺季，9月中旬初霜，次年5月下旬终霜，冬眠期长达260天。每年7月中旬到9月下旬，当人参籽变红时，参体的人参皂甙、挥发油等营养物质含量达到峰值，是采挖的最佳时机。

现在，正是最后一批长白山野山参“放山”的最好时机。放山，是当地人采挖野山参的俗称，一般在6-8月间。此时参果红艳，便于发现。一旦发现野山参株苗后，“放山”人会小心地将周围的杂草除去，轻轻地扒去周围的落叶，然后开始采挖。

采挖过程要非常细心，一边起土，一边用鹿骨针精心挑出每一根参须，不能折断或损伤，否则野山参的价值将大打折扣。

刚采挖的鲜参，抹去浮泥，不能过水刷洗，一经过水，就容易腐烂。挖出来后再用鲜苔藓铺垫，外用红松树皮，或者桦树皮包裹，保潮保鲜。

参农说，刚采挖的鲜参力道非常足，一般情况下，在0-4℃的温度下，可以保存1-2个月，如果超过时间，参体可能会变空心，就像“空心大萝卜”，营养物质流失严重，就谈不上什么滋补效果了。因而，刚挖出来1个月内的新鲜野山参的补虚效果特别好。

新鲜的野山参，秋冬吃最好

眼下夏秋转换，天气逐渐转凉，但不少人却有一股说不出的疲劳感，这是典型的“秋乏”。因为在炎热的夏天，人体消耗了太多的气血、体力和津液，再加上得不到充足的睡眠，失去了较多的“老本”，欠了一笔夏债。到了秋天，人体会因气血、津液供应不足，呈现出虚弱状态，比如面白唇淡、精神疲惫、气短音低、自汗盗汗、头晕眼花、心悸失眠、饮食减少、脉虚细无力等。

虚则补之。李时珍在《本草纲目》中说野山参“治男妇一切虚症”。由于新鲜野山参未经加工炮制，保持鲜活状态，保留了原汁液浆的丰富营养成分，药性和缓，味道鲜美，对于中老年人来说，这个季节吃点“补虚”的新鲜野山参很有必要：一来可以弥补身体在夏天的损耗；二来为全面冬令进补打打底。

浙江省中医院某专业人士说，很多人提到野山参，认为晒干才能吃，而且是冬季专属的补品。其实不然，野山参性平，大多情况下，一年四季都可以吃，只是尤其适合秋冬季进补。

新鲜的野山参，明天亮相宁波日报报业集团(日报广告部二楼)

因为有着前期实地考察的缘份，长白山野山参基地的负责人表示，愿意拿出一批500支最新鲜采挖的野山参空运来甬，当作“福利”回馈甬城消费者。

我们所联系的野山参基地，是吉林长白山地区最大的野山参源头基地，拥有全国资深的参茸鉴定专家团队。他们空运而来的野山参，是真正从长白山野山参基地新鲜采挖，对原材料质量进行全程把控，参龄全部在13年以上正宗老参。

事实上，新鲜野山参的市场需求量其实很大，由于不易保存，很多药店和医馆都不会轻易大批量地买入鲜参销售。即便是有，物以稀为贵，从长白山运至宁波，价格自然是非常昂贵，普通老百姓难以承受。但是此次市民大可不必有这方面的担心。

笔者提前去打探了一番13年—15年的野山参，每支约重12克—30克，单支仅卖300元，两支卖500元；16年—18年野山参，每支约重15克—35克，单支480元，两支800元。另外，在品尝现场购买两支及以上长白山野山参的市民，当场赠送长白山园参一支(价值200元)。

为什么可以拿到这么便宜的价格？基地负责人表示，这些长白山野山参从基地新鲜采挖之后，直接从吉林延边空运而来，省去了中间多道经销商的成本，直接以成本价卖给市民，这么便宜，也就不足为奇了。

需要提醒市民，这次只限量进了500支野山参，如果您想选品相好一点的带回家馈赠亲友，那就请早点过来挑。活动时间为9月24日至27日早上9：00至17：30，地点就在宁波日报报业集团日报广告部二楼。