

海曙有家暖心的“百岁粥坊”

3年风雨无阻为70岁以上老人免费提供粥和小菜



本报讯(记者陈朝霞 通讯员王超 张烨)“邵师傅,粥到啦!”昨天上午8点,海曙区鼓楼街道文昌社区“百岁粥坊”负责人周惠英准时来到邻居邵敬诚老人家,将刚刚熬煮好的白粥和精心制作的佐粥小菜递到老人手上。“你可真准时,每天早上来送粥。”邵敬诚捧过保温桶,感到手心暖暖的。

2015年6月,文昌社区25位平均年龄66岁的居民志愿者,与

社区热心居民一起,众筹9万余元,开起了“百岁粥坊”。3年来,他们每周一至周五为社区70岁以上老年人免费提供粥和小菜,每年服务老人超过1.2万人次,成为居民心目中的“暖心粥坊”。

邵敬诚2016年起在“百岁粥坊”喝粥,开始他自行前往粥坊,后来志愿者了解到老人已93岁并且行动不便,于是主动提出要为他送粥上门。“我跟志愿者说了很多次,我可以自己上门喝粥,不用麻烦他们,但是他们一定要送上门,而且风雨无阻特别准时。”邵敬诚说,有一台台风天,文昌街、永寿街、尚书巷等多条居民区道路被淹,没想到“百岁粥坊”的

志愿者依然按时上门给被困家中的老人送去热粥,周惠英和志愿者们坚持让他十分感动,心里暖暖的。

志愿者分好片区,就近上门,不光送粥,还兼顾看望老人,陪他们聊家常。“大家住在同一个社区都是邻居,送的是粥,也是人情味。”周惠英说,粥坊像一个大家庭,志愿者、捐献米面的爱心人士和每一位喝粥的老人共同营造了邻里情。

“粥坊每月采购食材就要1000多元,亏得有热心居民的捐款支持。”负责记账的志愿者顾婷芳说,大家在这里喝粥的同时,也用行动维护着粥坊的运行。香榭丽舍

小区居民沈秀凤每月定期向粥坊捐款1500元,还有很多热心市民、企业为粥坊捐款捐助。

一碗热粥,一个邻里温暖故事。今年78岁的社区“银发记者”陈祥整整花了一个月,将“百岁粥坊”里的一个个邻里互助瞬间写成5000余字的手稿,并通过朋友圈、“百岁讲堂”传播粥坊邻里故事,赢得居民们点赞。“‘百岁粥坊’凝聚着社区和谐共处的氛围。现在,温暖的邻里故事还在继续。”陈祥说,写作和演讲“百岁粥坊”里的邻里故事,让他真实感受到了社区的温暖,他会将这“一碗粥”带给他的温暖传递给邻里。



厨余垃圾变“营养剂”

宁波市高塘小学参加STEAM课程的36名学生近日开展了“厨余堆肥DIY”行动,孩子们在老师指导下将学校午餐厨余的果皮、菜叶剪成小块放入堆肥桶,撒上菌糠搅拌均匀,一个月后将转化为有机质堆肥,并用于校内的“分享收获农场”。

该校作为一所全国绿色学校、宁波市垃圾分类示范单位,在深入开展垃圾分类的同时不断开拓创新,开辟课堂与实践相结合的堆肥区,把“垃圾分类与处理”STEAM课程纳入学校拓展课程,让孩子们了解厨余垃圾变“黑黄金”的奥秘。(胡建华 陶宁 摄)

你的遗失物可能被环卫工捡到了 城管“环给您”失物认领平台上线

本报讯(记者王岚 通讯员王佩佩 冯旭曜)昨天下午,城管“环给您”失物认领联动平台正式上线。该平台由我市城管环卫部门联合市文明办、市公安局、人民银行宁波市中心支行共同建立,目的是使环卫工人作业时捡拾到的物件有一个统一认领平台,方便市民认领。据悉,这是我市将环卫行业职业优势转化为社会价值回馈给市民的一项探索。

其实早在2015年4月1日,城

管部门即在中心城区推广建起了“环给您”平台,至今已收集包括身份证、结婚证、驾驶证、银行卡、车牌、皮包等在内的物品300多件。但因平台关注度有限,且环卫部门无法主动获取失主信息,通过该平台领走的物品只有50多件,整体效果不佳。此次新建的“环给您”平台,重点是联动市公安局、人民银行宁波市中心支行,可通过身份证、车牌、银行卡等失物打通信息瓶颈,在较短时间内与

失主取得联系并归还失物。

从事环卫工作17年的海曙区环卫工人于卫东告诉记者,他和同事们在保洁中,经常在绿化带、垃圾桶、公交车站等处捡到失物,也有不少是运输途中掉落下来的物件。“令我印象最深的是今年7月19日,环卫工人桑丫头打扫环城西路南段安泰街口时,捡到了一只男士提包,里面有身份证、银行卡、1.7万多元现金和一部手机。”于卫东说,想到失主一定很着急,

桑丫头放下手头工作马上通过手机想方设法联系失主,好在很快找到了失主,并第一时间取回了物品。但这样做既耗费时间,也影响工作。如今有了统一失物认领联动平台,大家捡拾到的物品能够在短时间内返回到失主手上。

市民如何通过环卫部门寻找遗失物呢?据悉,我市已设以下几个失物信息发布窗口:“甬派”APP、“甬城管家”APP及微信公众号、“宁波市容环卫”微信公众号。

血、包扎、骨折固定及搬运)、常见急症、意外伤害、灾害事故逃生避险等急救知识,并采用模拟人道具和教具,深入浅出地给老师讲解和示范,指导老师们一一进行心肺复苏术、骨折固定法、创伤止血及包扎法等应急处理的技术操作,同时纠正以往大家错误的认知,避免操作不当引起“再损伤”。经过培训,第一轮参加考核的57名教师全部合格,获得由宁波市红十字会颁发的《红十字救护员证》。

“意外随时可能发生,医务人员短时间内不能到达现场,怎么急救?”“知道拨打急救电话要交待清楚哪些要素吗?”“常听到的人工呼吸其实是心肺复苏(CPR)的最后一步,那么前两步是什么呢?”培训课上,由江北区红十字会精心挑选的优秀救护导师,为教师们详细讲解救护新概念、徒手心肺复苏术(CPR)、四项急救基本技能(止

江北:校长和老师一起学急救



现场考核

本报讯(记者蒋炜宁 通讯员王涛 郑时玲)江北区35所中小学72名教师近日参加了急救方面的培训,首批57名教师考试合格,获得由宁波市红十字会颁发的《红十字救护员证》。

“意外随时可能发生,医务人员短时间内不能到达现场,怎么急救?”“知道拨打急救电话要交待清楚哪些要素吗?”“常听到的人工呼吸其实是心肺复苏(CPR)的最后一步,那么前两步是什么呢?”培训课上,由江北区红十字会精心挑选的优秀救护导师,为教师们详细讲解救护新概念、徒手心肺复苏术(CPR)、四项急救基本技能(止

轻信“导师”指导 象山一女子“炒股”被骗90万元

本报讯(记者沈晔晖 通讯员胡黛虹 李露茜)在网上“导师”指导下,象山的张女士一头扎进“炒恒指”中。此后,她陷入一个怪圈:一天赚一天亏,且亏的永远比赚的多。直至90多万元化为泡影,张女士才如梦初醒。昨天上午,象山警方向记者通报了案情。

在同城网上卖自己的房子,不料被“有心人”盯上。有人以看房为名加了张女士的微信,并把她拉进一个交流群。群里经常有“导师”发布股票信息,很多人说盈利非常可观。张女士渐渐心动了,加“导师”QQ后,在对方指导下开户“炒恒指”。

据介绍,今年4月初,张女士存入1.5万美元后,张女士“旗开得胜”,第一天赚了1.6万美元,谁知第二天又亏损2.9万多美元。她吓得赶紧退群,但过了10多天,“导师”又把她重新拉回微信群,让其继续“搏一搏”。

第一天赚第二天亏,同样的“剧情”反复上演,张女士最后累计亏了90多万元人民币。“我发现买得少时就会赚,一买多就大

亏。”她感觉不对,赶紧报案。

丹东派出所民警经过调查,在广东河源市抓获了以徐某为首的4名犯罪嫌疑人。据交代,他们拉人进群后,通过小号宣传炒恒指赚钱、晒模拟盈利单等形式,诱骗张女士通过某平台充值。其实,所谓的炒恒指只是嫌疑人虚拟的交易,“盈利”也只是账面数字,目的是让张女士尝点“甜头”后越陷越深,投入大笔资金。

目前,4人已被刑事拘留。警方提醒市民投资理财需谨慎,不要轻信所谓的网络投资和高回报理财,遇到钱财去向不明时要立即报警,并协助警方进行全面调查。

本周末市民又可享口福了

第十一届宁波美食节首次展销港式美食

本报讯(记者徐展新 鄞州记者站杨磊 通讯员华维君)记者从昨日从相关新闻发布会上获悉,第十一届宁波美食节将于本周六在文化广场开幕。

本届美食节邀请了27家中高档酒店、连锁餐饮企业,25家特色小吃、饮品和“网红餐饮”品牌,12家市内外优质食材供应商,以及13家来自延边、衢州等宁波对口协作地区的餐饮企业、食材供应商参与。除传统的名菜展示、美食展销之外,组委会还发动了周边商业广场、旅游景区、旅行社参加活

动,同时联合顺丰速运和东海海鲜商家举办东海海产丰收节,吸引周边城市的游客来甬“吃喝玩乐”。

本届美食节还首次加入“香港元素”,搭建香港美食快闪集市,组织经典香港影视展播、邀请香港大厨现场展示技艺,并将10月28日设为“香港日”,依托今年的甬港经济合作论坛举办香港美食论坛,邀请知名香港美食达人欧阳应霁来甬探讨“城市的味道和温度”。

据悉,本届美食节的预热活动将从10月26日启动,持续至10月30日。

颅脑疾病患者 看名专家不用跑到上海了

上海市颅脑创伤研究所宁波诊疗中心 将在鄞州人民医院成立

本报讯(记者陈敏 通讯员郑瑜)颅脑疾病患者看名专家不用跑到上海了,上海市颅脑创伤研究所宁波诊疗中心下月落户鄞州人民医院。

由中华医学会创伤分会主任委员、上海市颅脑创伤研究所所长江基尧率领的上海市颅脑创伤研究所神经外科专业团队,是目前国内顶尖的重型颅脑创伤和神经危重症专业救治团队,尤其擅长颅脑损伤和神经危重症的临床救治,包括对脑外伤、脑出血、大面积脑梗的急救,对脑积水、颅骨缺损、硬膜下血肿等开展个体化、精细化的手术,对神经重症病人和昏迷病人的综合治疗等,连续多年在上海医院急性脑

外伤手术量中排名前三。

为给宁波颅脑患者提供高效、便捷、最佳的治疗途径及方案,鄞州人民医院与上海市颅脑创伤研究所签订战略合作协议。根据协议,今年11月起,上海市颅脑创伤研究所宁波诊疗中心将在鄞州人民医院挂牌,同时在该院设立江基尧教授工作室。今后,上海市颅脑创伤研究所将为鄞州人民医院颅脑创伤救治方面提供医疗技术支持,江基尧教授及其团队将不定期来该院指导神经外科学科发展及颅脑创伤救治工作,还将帮扶鄞州人民医院神经重症监护病房的规范化建设,并优先安排该院相关医务人员到上海仁济医院神经外科进修学习。

金秋吃蟹时节,医生提醒——

大闸蟹虽美味 却有不少禁忌

说说身边事 给你提个醒

本报讯(记者徐欣 江北记者站张落雁 通讯员郭建红)金秋时节,大闸蟹大量上市。市民常说,没有大闸蟹的秋天是不完整的,如果没吃过几个“六月黄”,这一年就白过了。然而,大闸蟹虽美味,却有不少禁忌。最近,市第九医院消化内科接诊几名腹痛患者,诱因竟是我们都爱吃的大闸蟹。

九院消化内科何伟主任医师告诉记者,螃蟹性寒,吃多了容易引起腹痛、腹泻或消化不良等。凡脾胃虚寒者应不吃或少吃蟹,慢性胃炎、胃及十二指肠溃疡患者最好不吃螃蟹。螃蟹含胆固醇较高,“三高”人群要注

意,患有胆囊炎、胆结石的病人吃了后也会加重病情。此外,对螃蟹过敏的人、有痛风的人、肾脏不好的人也不要多吃。死蟹不要吃,孕妇虽能吃螃蟹,但是要小心寄生虫,在蟹中央的黑膜下,极寒;蟹胃通到蟹脐的一条黑线是蟹肠,也不能吃。

医生同时提醒,螃蟹含有丰富的蛋白质、微量元素等营养,对身体有很好的滋补作用,但是螃蟹千万不能与柿子、浓茶、梨子、花生一起食用,否则可能引起食物中毒。

邻居就该胜亲人

民声

徐家漕社区64岁的居民郭梅芳自从半年前跟邻居、82岁的独居残疾老人张国宝结对以来,每天到张国宝家“上岗”,帮他料理家务。

人与人相处,绕不过邻居之间的关系。邻居关系的重要性,坊间最有发言权:“关门是小家,开门是大家,邻居多招呼,温暖你我他。”

随着我国人口结构的改变,城市独居老人越来越多。尽管子女有孝心却无法保证及时出现在老人身边。城市独居老人如何安度晚年,成为社会管理的一大课题。说起城市,人们往往会贴上“冷漠”“冰冷的建筑”“门对门住了几十年不认识”“邻居相见不相问”等标签。常言说得好,“远亲不如近邻”。其实,随着社会文明程度

的提高,这些标签会远离城市而去。

让人欣慰的是,像郭梅芳这样邻里帮扶的案例在徐家漕社区比比皆是。社区成立了一个低龄老人扶助高龄老人的公益团队——“爱在365敲门队”。一年365天,每天会有志愿者上门为有需要的邻居服务。当邻里互助蔚然成风的时候,邻里关系会越来越和谐,居民会越来越幸福,社会会越来越文明。比如,“爱在365敲门队”帮助67岁的任佩珠从丧偶的阴影中走出来,她也加入该团队为邻居服务。“邻居给了我信心,帮助我重新面对生活,现在我也要帮助其他邻居。”任佩珠的话,就是爱的链式反应。

(欢迎投稿,来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com)



中基宁波集团
中国企业500强 | 海关高级认证AA

民生热线: 81850000