

“衣循环”项目深受市民追捧

两天收到捐赠衣物2.4万余件，将发往四川凉山等地

**培育和践行
社会主义核心价值观**

记者 吴向正 通讯员 高鹏

记者昨天从市慈善总会获悉，由市慈善总会分会举办的“衣循环”大型旧衣回收活动深受市民追捧，13日、14日两天就回收秋冬装2.4万余件。

今年“衣循环”集中收衣活动近日在全市31个回收点同时进行，市民踊跃捐衣，场面感人。慈溪教场山公园广场作为本次活动临时回收点之一，两天收到合格衣物7000余件。许多市民在捐完衣服后，纷纷加入义工队伍，参与旧衣登记、折叠、整理等工作。

这两天，在市慈善总会办公室里，访客和电话接连不断。13日早上，一位年过八旬的老人来到市慈善总会，捐赠了两大袋衣服。老人告诉工作人员，衣服都是冬季穿的棉服，款式虽然有些老，但都是干净的。工作人员打开袋子查看时，发现里面衣服叠放整齐，同时散发着洗净后的清香。“捐出去的衣服也要洗得干干净净，要让人家穿得放心、舒

心。”老人说，前几天在电视上看到北方很多地方下了大雪，他当晚就翻箱倒柜找出了一些保暖的厚衣服，想送给他们，正好赶上慈善总会的捐衣活动。

除了旧衣，活动还收到了书籍、玩具等闲置物品。张奶奶在13日上午捐赠衣服后，得知书籍也可以捐赠，特地又在傍晚送来了20余册小说书，“这些书放在家里有些年头了，都是从书店购买的正版书，孩子们可以放心阅读”。

在本次活动中，记者看到了许多年轻的面孔，他们大多是三四十岁的年轻人，有的还带着子女一起

参加。大家表示，能把闲置的资源重新用起来，既环保又能发挥物品本身的价值，十分有意义。

据介绍，此次活动收到的衣物将严格按照程序经过洗涤、消毒、整理、打包等处理，然后发往四川凉山等对口帮扶地区，捐给困难群众。

据悉，“衣循环”项目启动于2014年，号召广大爱心人士捐出不用八成以上秋冬装和一些较新的闲置物品，如书籍、玩具等。同时，呼吁市民在捐赠衣物时，以“一衣一元”的方式捐赠善款，作为活动的部分成本费用。

截至目前，“衣循环”项目已累计发放衣物320余吨，受益地区包括贵州黔东南州，以及吉林延边州、内蒙古宁城县，以及云南、湖南、山西、青海、四川等地。此外，部分新物资放进了宁波慈善商店出售，折现用于其他慈善项目的救助，还有一部分直接分发给外地来甬的务工人员、环卫工人等有需求的群体。

“衣循环”，循环的是衣物，传递的是爱心。如果您不方便送衣，可以把衣物邮寄至宁波市慈善总会（宁波市海曙西河街74号5楼）。

筹集850件冬衣400双运动鞋 东南大厦连续7年为库车孩子送温暖

本报讯（记者王博 通讯员李娜 方辉东）“谢谢宁波的叔叔和阿姨，衣服和鞋子收到了，很暖和。”前天一早，距离宁波4500多公里的新疆库车市阿拉哈格镇中学的孩子们收到了爱心衣物。这些爱心衣物具体包括850件冬衣和400双运动鞋，由鄞州区东部新城东南大厦党员及爱心人士捐赠。

过去半个月里，东南大厦

15名“小红船”志愿者一直忙着收集和整理大厦内爱心员工捐赠的衣物。他们利用午休时间，对这些衣物进行整理，又根据棉衣裤、羽绒服、外套等分类装箱打包。“我们已经连续7年为库车的孩子们捐赠冬衣，事情不大，贵在坚持。”东南物流集团党群办负责人徐阳告诉记者，他们通过援疆教师陈瑞文的牵线搭桥，对接了新疆

当地偏远山区的学校，发现那边很多留守儿童鞋子的底都坏掉了。

除了号召楼内企业党员和员工捐冬衣，东南大厦党委还发起了捐款倡议，两天时间筹集善款5万多元，根据新疆当地孩子的不同尺码购买了400双运动鞋。目前，这些衣服和鞋子正在陆续送到每一名有需要的学生手中。

不回国也能办理公证

“公证E通”首个海外版落地澳大利亚

本报讯（记者何峰）“真是太方便了，不回国也能办公证，省时又省心。”11月12日，“公证E通”海外版正式启用，落地澳大利亚墨尔本，朱女士办理完公证业务后连连称赞。

朱女士是宁波人，目前在澳大利亚墨尔本工作生活，为了在当地出行便利，打算办理驾驶证公证。“找亲朋好友委托办理比较麻烦，现阶段回国办理更不现实。”正当朱女士烦恼时，澳大利亚宁波同乡会的老乡告诉她，提供在线公

证办理服务的“公证E通”即将在当地落地，可以解决她燃眉之急。朱女士第一时间来到同乡会，在帮办人员的引导下，她在“公证E通”一体机上完成了自助申办。宁波永欣公证处公证员在后台收到朱女士的申请材料，与朱女士通过“公证E通”一体机视频连线确认相关事宜并完成材料审核，预计在3个工作日内就可以将电子公证书发送给朱女士。

据了解，受全球新冠肺炎疫情影响，人员跨境流动受限，海

外办理公证需求上升。今年7月，市司法局联合市委统战部研究部署“公证E通”项目落地海外。11月，“公证E通”顺利落地澳大利亚墨尔本，以澳大利亚宁波同乡会为服务点，面向在澳侨民，提供高效便捷的在线公证办理服务，侨民无须往返国内外，极大地节约了时间和金钱成本，更是避免了疫情传染的风险。澳大利亚宁波同乡会会长徐柏聪表示，“公证E通”落地澳大利亚，积极响应了海外侨胞对公证服务快

捷、便利的需求，让海外侨胞真切感受到了祖国强盛带来的优越感、自豪感。

近年来，市司法局不断深化“公证E通”服务模式，实行繁简分流、线上线下相互融合的公证服务，实现公证一次办、就近办、网上办、掌上办，工作效率和群众满意度不断提升。在全市设立“公证E通”服务点175个，实现全市乡镇（街道）全覆盖，并作为“宁波样板”辐射至舟山海岛、新疆偏远地区。

针对辖区中老年人口较多实际情况 镇海区医疗集团推出方言版 “智能语音外呼平台”

本报讯（记者陈敏 通讯员刘春霞 韩林雅）“依好！阿拉是海曙区体检中心委医医，明天早上体检莫忘记，今天夜道10点后来莫切东西，早恩困高……（您好！我是海曙区体检中心委医医，明天早上体检别忘了，晚上10点以后别吃东西，早点休息……）”前天下午，家住广源社区的张阿姨接到了这么一个提醒电话。

自去年8月以来，镇海海曙一带的不少市民收到了这样的提醒。据介绍，自今年8月起，镇海区人民医院医疗集团海曙院区针对辖区内中老年人较多的实际情况，上线方言版“智能语音外呼平台”，由医务人员录制的宁波方言语音提醒被运用到家庭医生签约回访、体检提醒、疫苗接种提醒等方面，受到居民点赞。

昨天一大早，张阿姨如约来到海曙院区参加一年一次的健康体检。“年纪大了就怕记不住事，好

在昨天下午委医医生特地给我打了电话，提醒今天来医院体检，今年的这方言版电话提醒对老年人来说太贴心了。”张阿姨对医院人性化的服务赞不绝口。

张阿姨口中“医生”打的电话，其实来自海曙区“海医健康管家”智能语音外呼平台。从体检时间到体检流程再到体检注意事项，方言版的温馨提醒让老年人再也不用担心错过体检时间。“相比于短信等文字信息，宁波话版的语音外呼服务解决了辖区中老年人由于不识字、不会使用智能手机而无法接收到有效提醒的问题。”海曙院区公共卫生管理科科长刘继波说，平时他们的医生随访都需要全员上门，使用智能语音外呼后避免了交叉感染的风险，工作效率也比以前明显提高。接下来还计划把智能语音外呼平台作为辅助手段融入健康档案维护、慢病随访及居民健康宣教等工作。

垃圾分类执行和管理都要查 鄞州一周开出35张罚单

本报讯（记者杨绪忠 通讯员陈昭 周贝宁）记者昨天从鄞州区综合行政执法局获悉，从上周初开始，该区开展“管执联动月”行动，联合检查组不仅对居民源头投放情况进行指导纠正，对整改不到位的予以处罚，同时对物业公司是否履行生活垃圾投放管理责任义务履行检查，进一步督促物业公司履行责任。行动开展一周来，共下发整改单60份，立案处罚35件。

11月10日，鄞州区垃圾分类办、潘火街道和鄞州区综合行政执法局潘火中队联合“突袭”金桥水岸小区、潘火桥小区，针对小区存在的垃圾桶破损脏乱等不合规问题整改情况进行回头看，发现各类垃圾管理问题。依据《浙江省生活垃圾管理条例》相关规定，执法人员对小区物业公司予以立案处罚，处

罚款700元，并责令小区物业全面排查整改，切实履行生活垃圾投放管理责任义务。

11月12日，鄞州区垃圾分类办、钟公庙街道、鄞州区综合行政执法局钟公庙中队联合巡查，发现后庙新村“垃圾包”堆放问题严重，对小区物业单位下发限时整改通知书，并责令小区物业即时整改。

据悉，在本次垃圾分类“管执联动月”行动中，鄞州区成立20个垃圾分类联合检查组，建立起高效的管执联动机制，重点检查中心城区居住小区、各商圈等公共场所的各垃圾桶内分类质量、“垃圾包”管理、投放设施是否整洁规范、投放容器桶盖闭合等情况，并对“不分类投放”“乱堆乱放”、投放设施不规范等问题进行重点整治。

膏方不再是老年人专宠 越来越多的年轻人 热衷中医养生

记者 沈孙晖
通讯员 韩林雅 陈朔愉

一边熬着夜，一边保温杯里泡枸杞。如今，越来越多的年轻人加入中医养生的行列。眼下正是冬季进补的最好时期，不少医院推出调节身体机能、增强人体免疫力的中医特色膏方，成为不少年轻人的养生首选。

近日，记者在镇海区龙赛医疗集团总院的膏方门诊看到，排队等候开膏方的人群中不乏年轻人的身影。

市民李女士生完小孩后，感觉身体大不如前，平时容易疲劳犯困，到了冬天手脚冰冷，整个人气色不太好。“我也是朋友介绍来的，她说吃了膏方有点效果，所以我想来调理一下。”李女士说，希望在重返工作岗位前把身体调理好。

该院膏方门诊主任中医张振琪告诉记者，近年来随着年轻人对身体健康的重视，膏方不再是老年

人的专宠。在张医生的膏方门诊中，有30%是年轻人，而且这个数量还在逐年增加。

“年轻人亚健康状态比较严重，常见的像工作压力大、熬夜玩手机、沉迷追剧打游戏等，都会引起神经衰弱、身体抵抗力下降。”张医生提醒，由于年轻人的身体状况与老年人不同，选择膏方时不宜大补，应以综合调理身体机能、改善脾胃虚弱及亚健康状态等为主。另外，年轻人在服用膏方期间，除了要忌食生冷、油腻、辛辣等不易消化及有辛辣刺激性的食物外，还要少喝咖啡、浓茶等具有提神醒脑作用的饮品。因为同时服用膏方和这些饮品有可能使人过度兴奋，产生头晕、失眠等不良反应，影响膏方效果。

此外，现在网购比较方便，有些人会上网买膏方吃。张医生建议，尽量到正规医院找有资质的医生诊断后再开方，这样才能达到对症下药的效果。

让“欢乐小区”多起来

民生

费伟华

据11月15日《宁波日报》民生

版报道，在高新区新明街道融创逸树园，一场由小区业主及小区多个社团共同组织、参与的“归心生活节”正在举行，主持人、表演者、摄影者全由业主出任，让居民纷纷感叹，原来小区里还有这么多能人。

居民生活在同一小区，朝夕相处，好似一个大家庭。可是，在现实生活中，有不少居民虽然生活在同一幢楼中，居民之间并不了解，有的甚至形同陌路人，显得比较冷漠，使生活缺乏了应有的气息。

常言道，远亲不如近邻。邻里之间朝夕相处，相互熟悉和照应，

不仅给生活带来了方便，而且融洽的邻里关系，也让人感受到了生活的快乐和温馨。笔者以为，新明街道融创逸树园小区投用后，每年坚持开展“归心生活节”活动，一来，为邻里间的交流和沟通搭建了良好的平台，有利于改善和促进邻里关系；二来，重塑了新的社会条件下新型的邻里关系，让“远亲不如近邻”的故事能够不断延续，增进了邻里间的团结互助，增强了小区的凝聚力；三来，既能加强社区文化建设，不断丰富居民的精神文化生活，又让小区中的“能工巧匠”脱颖而出，给居民的生活带来更多的方便和快乐。

期待这样的“欢乐小区”能够多起来！
(欢迎投稿，来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com)



全长约500米的空中跑道。(王佳楠 摄)

本报讯（记者沈孙晖 通讯员张超梁）记者昨天从镇海区获悉，启迪科技园（宁波）精心打造的一条空中跑道已正式亮相，

为创新创业者提供了共享健身空间。据悉，这条空中跑道充分利用楼顶空间而设，全长约500米、宽3米。

“健身是为了更好地生活和工作，也是当下很多年轻人的时尚选择。空中跑道为周边创新创业者解决了找不到健身场地、腾不出健身

时间等困难。”启迪科技园（宁波）相关负责人说，园区见缝插针植入运动健身元素，希望吸引和留住更多优秀人才。

与技术交流平台，推动创新产品早日实现产业化。”李松军表示。

据悉，今年8月初出现在慈溪市体育中心二楼平台的一条“网红”跑道就是道一无偿捐赠建设的。这条塑胶跑道全长650米、宽2.5米，热爱跑步的市民体验后纷纷点赞，表示舒适性很高。“塑胶跑道厚度一般在13毫米，而这里达到了15毫米，每隔1.5米放了不锈钢的隐形排水管，按照高质量高标准建设，选用的材料达到食品级，并且可循环利用，全部无偿提供给市民健身。”道一高分子聚合物（宁波）有限公司负责人岑建达说。

“传统跑道生产工艺决定了它在高温下会散发有害气体，我们工作站未来将专注于‘健康环保’，帮助企业突破技术瓶颈，搭建人才

你还在担心“毒跑道”吗？

“食品级”塑胶跑道要来了

本报讯（记者王岚 通讯员周丹）道一高分子聚合物（宁波）有限公司院士工作站近日揭牌成立。该工作站引入乌克兰工程院院士李松军、俄罗斯自然科学院院士李松军，双方将就“新型石墨烯食品级塑胶跑道的研究与产业化”展开深入研究，推动产学研紧密结合，加快科技成果转化，设计

出符合不同年龄层次需求的地面弹性材料。

慈溪企业道一高分子聚合物（宁波）有限公司，是一家专注于环保、健康、安全的新型塑胶跑道材料研发创新的高科技企业，企业产品是通过动态交联而成的一种新型热塑性弹性体，无毒、无味，具有卓越的弹性和冲击吸收能力，还

可回收利用，颠覆了社会对传统塑胶跑道的认知。目前企业拥有与该产品相关专利10余项，其中已授权发明专利1项，授权实用新型专利6项。

“传统跑道生产工艺决定了它在高温下会散发有害气体，我们工作站未来将专注于‘健康环保’，帮助企业突破技术瓶颈，搭建人才