

温暖人生最后的时光

宁波现有安宁疗护床位279张，累计服务临终患者2600余名



记者 陈敏
通讯员 邱霞琛 范旖莲

昨天中午，伍阿婆躺在海曙区第三医院安宁疗护病房内，陈春芳护士长将定制的营养餐放在一旁的小桌上，将伍阿婆慢慢扶起倚靠在床头。“阿婆，今天感觉怎么样？昨天听的那首歌喜欢吗？”陈春芳一边协助伍阿婆用餐，一边询问。伍阿婆轻轻点了点头，情绪已不复入院时的急躁。

79岁的伍阿婆是海曙区第三医院安宁疗护病房收治的首例患者，她是一名肺癌晚期患者，来医院前，整日在家卧床不起、昼夜颠

倒，也不愿与人说话，经常对家属发脾气，非常不配合治疗。

9月11日，伍阿婆被送进海曙区第三医院安宁疗护病房，医生特别将伍阿婆单独安排在一间阳光充足、环境幽静的病房。这几天，郑胤波主任医师常来到病床边，轻声细语与她交流；护士特别为她播放音乐；安宁疗护团队还对伍阿婆进行了营养评估，请营养师会诊并制定了个性化营养方案……慢慢地，伍阿婆的情绪稳定了下来。

让家属惊喜的是，在安宁疗护病房待了几天，伍阿婆吃得多了，面色变得红润了，居然还慢慢开始

下地活动了。“有这样一个专门的地方，医生护士陪着她，真的是太好了。”家属感动地说，“我们在家里自己照顾，总归比不上专业的医生。这两天下来看她整个状态好了很多，我们也开心啊。”

相对于新生，死亡总是令人感到沉重。当死亡不可避免时，如何让患者有质量、有尊严地走完人生最后一段旅程？这几年，越来越多的宁波市民开始了解、接受安宁疗护。

没有过度地抢救，没有冰冷的医疗器械和密密麻麻的导管，医护人员着力于缓解或减轻病人的不适症状和痛苦，尤其是对患者疼痛及死亡恐惧进行干预，使患者能在充满人性温情的氛围中度过生命有限的日子，安详、宁静、自然且有尊严地离开人世。像伍阿婆一样，越来越多的老人

选择在安宁疗护病房度过人生的最后时光。

安宁疗护，是社会文明发展到一定阶段的必然产物。这几年，宁波开始在安宁疗护领域进行积极的探索。据统计，截至今年4月，宁波共有安宁疗护病房38个、床位279张，配备医护人员167名，全市累计服务临终患者2600余名。

记者从宁波市卫健委了解到，为加快推进这项工作，宁波市正筹备成立市级安宁疗护服务指导中心及培训基地，全域推进安宁疗护服务，计划到2023年底，50%区（县、市）建成1个县级医院安宁疗护病房，15%以上乡镇卫生院（社区卫生服务中心）提供安宁疗护服务，并探索建立“居家-社区-门诊-病房”多元一体的安宁疗护服务模式。

“秋凉体验卡”今天开始发放

本周六最高气温只有26℃



本报讯（记者孙肖）本周一到周三宁波气温略高，市区最高气温达到了33.6℃，不少市民疑惑不是“秋老虎”要来了？记者就此采访了市气象台。市气象台表示，来的并非“秋老虎”，而是雨水和冷空气。

据介绍，气象学上的“秋老虎”一般是指出伏以后出现35℃以上高温天气，并持续5天以上。宁波本周前半段的气温还没有达到高温线，所以这几天并不算“秋老虎”。昨天开始，受到高空槽东移影

响，宁波晴好天气暂时告一段落，雨水重新上线。在冷暖空气的对峙下，雨水一波接着一波，今天起至本周末基本上是阵雨或雷雨的天气，市气象台提醒市民外出记得带伞。

同时，在冷空气的渗透下，宁波的气温震荡下行，本周暑热将有所缓解，本周六最高气温只有26℃。早晚时分凉意渐浓，本周接下来的日子里，最低气温在23℃~24℃。

凉意渐浓是不是代表宁波就要入秋了？答案是否定的。在气象学上，一个地区只有连续5天滑动日平均气温低于22℃并保持稳定，才达到入秋标准。宁波常年入秋时间为10月4日，市气象台表示，从目前的预报看，入秋还早。

余姚渔业专业村办起小海鲜共富工坊

本报讯（见习记者黄春晓 记者沈孙晖）余姚市委报道组罗超杰）9月10日傍晚，伴随着潮水上涨，余姚市泗门镇万圣村62岁村民王锡昌和同村船老大奕田宝满载渔获而归。在村里“万圣小海鲜”共富工坊引导下，今年8月“小开渔”后，原本作为剩余劳动力的王锡昌当起了船工，跟着奕田宝出海捕鱼。“每天工资700元，每个月出海20天左右，收入有1.4万元。”他喜滋滋地说。

位于杭州湾南岸的万圣村，是余姚市唯一的渔业专业村。全村有20艘渔船、50余名渔民，每天能捕捞小海鲜约500公斤，年产值4000万元左右。

万圣村的渔业为粗放型，产业链短，附加值较低。同时，村里还有不少剩余劳动力，增收是大伙期盼已久的梦想。

今年3月，泗门镇商会万圣村分会和该村党总支成立了“万圣小海鲜”共富工坊，引导和发动富余劳力、困难村民从事渔获分拣、加工、销售，在“靠海吃海”上探索

破题之举。记者见到姚伟伟时，这名27岁的“渔二代”正在自家院子里收拾晒好的鱼干、虾干。他以鲈鱼干为例，给记者算了笔账：“新鲜鲈鱼收购价每公斤80元，经过腌制晾晒，3公斤新鲜鲈鱼制成1公斤鲈鱼干，每公斤价格能卖到400多元，大大提升了产品附加值。”据悉，姚伟伟加工的鱼干、虾干主要供应大酒店，每年能增收20多万元。

“共富工坊已带动100多名村民增收。”村党总支书记、共富工坊负责人宣振良告诉记者，该村近期将建设占地3亩的冷库，用于存放渔获物及加工产品，力争年底投用，届时将进一步拉长销售链。

“目前，像‘万圣小海鲜’这样的定向招工式共富工坊，余姚市已建成25家，服务对象涵盖村民、残疾人、少数民族及东西部协作、山海协作地区的群众，累计吸纳2000多人就业，人均增收逾4万元。”该市工商联（总商会）相关负责人说。



社区建共享厨房

昨天傍晚，在海曙区集士港镇春华社区印花花都苑的共享厨房内，匆匆前来的居民排起了长队。“自己只需提前一天订好餐，下班接完孩子回来，刚好取餐。而且三菜一汤只要50元左右，还是比较划算的。”居民王女士说。

据春华社区相关负责人介绍，该小区内中青年家庭居多，考虑到他们下班后往往没有时间买菜做饭，今年3月，春华社区筹集资金建设了能容纳近200人的共享厨房，以解决居民的日常需求。据悉，该共享厨房交予一家餐馆团队运营，每日菜品价格和品质由小区自治站进行检查、监督。值得一提的是，这间共享厨房服务人群是全年龄段，只要居民有需求便可预定、选购新鲜可口的晚餐。

图为居民在买菜。（徐能 张昊梓 赵剑玲 摄影报道）



村民在分拣渔获物。（受访者供图）

今年“十一”怎么飞？个别热门旅游目的地“一票难求”

记者 范洪 见习记者 王嘉彬

今年国庆、中秋“双节合一”，成为长达8天的加强版“黄金周”。

虽然距离“黄金周”还有大约两周时间，市民的关注度已一路上扬。此前，携程大交通市场搜索指数显示：今年国庆假期的境内机票搜索热度超过去年同期190%。

热门旅游目的地“一票难求”。国内航线中，宁波飞贵阳，9月中旬能买到低于200元的特价票，9月28日开始，也就是长假前一天，机票价格一路飙升至940元。其他热门航线，宁波飞

长沙，目前只要200元，9月28日机票价格经济舱全价930元；宁波飞西安，目前450元，9月30日将涨到最高的1525元；宁波飞青岛，目前是最低299元，9月28日票价为964元……

个别热门旅游目的地甚至出现了经济舱“一票难求”的情况。9月29日当天，每天仅1班的宁波飞三亚航班，经济舱机票已经售罄，仅剩6650元的公务舱全价票可购买。

北广深传统三大商务干线，机票价格变化幅度不大。宁波飞北京目前票价最低550元左右，“十一”期间上浮至876元；宁波飞广州目前最低600元，国庆期

间也能买到不到800元的折扣票。

部分国际航线机票暴涨10倍。国际和地区航线方面，春秋航空日本公司宁波飞东京成田航线，目前还有589元的特价票，长假前最贵的28日、29日，票价达到4805元；宁波飞大阪9月16日还有350元的特价票，9月28日最高涨到4710元；宁波飞日本福冈，9月中旬最低199元，9月28日涨到2100元。要说涨幅最大的，莫过于宁波飞济州航线，9月25日市民可以买到最低9元的特价机票，到了29日，票价最高升到1800元。

也有部分航线的价格变动相对较小。比如宁波飞泰国曼谷航

线，春秋航空目前这条航线票价在800元到1000元之间，9月27日会涨到1200元。

长假后半程机票价格明显回落。业内人士为还未订票的市民给出了出行建议：“十一”长假机票价格最贵的时间点是在9月28日、29日。随后，机票价格呈现逐步走低趋势，建议旅客选择10月3日以后出行，机票性价比相对高一些。

“十一”期间，旅游热门目的地机票涨幅较大，部分地区如北京、广州、深圳等商务干线目的地，由于每天航班较多，票价起伏不会过大。另外，“十一”期间仍有部分折扣机票可供选择。

用精准服务急人所难



杨朝清

据前天《宁波日报》民生版报道，这几天，余姚市种粮大户章大叔花1000多元给自己种的50亩稻田上了一份保险。“花了这钱后，我再也不用担忧收稻时下雨了。”这是宁波落地的首单商业性水稻收割期降雨指数保险。不到一个星期时间，保险公司已为宁波市1.5万余亩水稻田提供225万元风险保障。

乡土大地作为希望的田野，承载着农民对更好生活的渴望与希冀。农业生产与气候息息相关，风调雨顺有时候只是一种美好愿景；一旦水稻收割时遭遇降雨，不仅会给农民带来物质损失，也会给他们带来精神上的痛苦与伤害。水稻收割期降雨指数保险说到底，就是通过商业保险服务的方式，提高农民抵御风险的能力。

夏秋之际天气复杂多变，没有及时收割的稻谷如果被雨淋湿，很

容易在潮湿的环境下出芽、发霉、变质，这样的稻谷难以在市场上销售，即使有人愿意购买，价格也会降低不少，从而导致农民的收入变少。水稻收割期担心和害怕降雨，成为不少农民的操心事、烦心事、揪心事。水稻收割期降雨指数保险做到了“想农民所想，急农民所急”，通过商业保险服务的方式消减农民的“后顾之忧”。

在推进农业农村高质量发展的今天，一款涉农商业保险究竟“有没有用”，农民自然会理性选择，只有让农民切实从中受益，这款商业保险才会得到农民的信任与认同。

悠悠万事，吃饭为大。实现粮食稳产增产，不仅需要“天帮忙”和“人努力”，也需要“制度输血”和商业创新。当天公不作美时，千方百计减少农民损失，同样关系粮食安全。从这个角度上说，水稻收割期降雨指数保险值得推广。

（欢迎投稿，来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com）

“泰国免签”冲上热搜，对你是否有吸引力

本报讯（记者苟雯）昨天，“泰国对中国实施5个月免签政策”词条冲上微博热搜。

据悉，泰国对中国游客实施为期5个月的免签政策，时间为今年9月25日至明年2月29日，覆盖“十一”假期及明年的元旦和春节假期。

据相关平台统计，该消息发布后半小时，平台上与泰国相关的搜索环比飙升800%，“中国游客赴泰免签”成为热点榜首。“从咨询情况来看，泰国有望重新成为热门目的地，我们已充分做好旅游产品准备。”中国国旅（宁波）

国际旅行社相关负责人陈金说。

目前宁波旅游市场上泰国产品种类不少，根据旅客需求和出游天数，价格有所不同，普遍为2000元至5000元。从目的地来看，包括曼谷、芭提雅、沙美等热门地。

值得注意的是，目前关于泰国免签并没有更加明确的细则，不少游客对此持观望态度。

记者了解到，目前前往泰国电子旅游签、落地签和电子落地签3种签证类型，其对应停留时长和费用都不一样，价格区间为200元至500元。

按现有信息来看，泰国免签生效后，宁波游客出发去泰国可省下这笔费用，也不用为落地签排“长龙”了。

对于泰国免签的消息，宁波市民反应不一。“去与不去还是个人选择，之前本来就有落地签，比较便捷。”刚从泰国回来的菜菜说。也有网友表示，因为之前的一些传闻，所以对泰国旅行还是比较保守。泰国上半年外国人入境游客中，中国游客超140万人次，低于预期。

据悉，“十一”假期将近，宁波前往泰国的机票也水涨船高。

关于轨道交通6号线新芝路站施工期间交通组织调整的公告

（2023年第100号）

为保障宁波市轨道交通6号线工程新芝路站顺利实施，根据《中华人民共和国道路交通安全法》第三十九条的有关规定，决定自2023年9月20日起至2024年1月31日，对通途路与新芝路交叉口交通组织进行前期调整，具体如下：

- 一、禁止一切车辆在通途路与新芝路交叉口东往南左转弯、西往北左转弯。
- 二、为保证公交线路运营正常，拟对陆嘉家园至宁波火车站北广场方向的38路公交车实施单向临时改道运营。具体如下：
(一) 改道走向：永丰西路新芝路口后改走永丰

西路、翠柏路、西湾路、西湾路新芝路口后恢复原线运营。

- (二) 撤销部分新芝路走向及高塘三村站。
 - (三) 增设：高塘新村、西河花园站。
- 请社会各界和广大群众给予理解和支持，并按现场交通标识指示和现场交通管理人员指挥通行，确保安全有序。
- 特此公告。

宁波市公安局交通警察局
宁波市公路与运输管理中心
2023年9月14日