

“你专注做事的时候就不会害怕了”

“宁波和武汉，我们的心都是一样的”

# “我觉得我在保护全世界”

## 90后援汉护士的朋友圈



侯静



余垚垚

何莹莹

昨天，天晴了。刚回来的援汉医疗队中，不少人满怀欣喜地在微信中晒出了宁波的春意。而顺着他们的朋友圈往上翻，又是别有一番滋味在心头——这个春天来得太不容易！

在过去的50多天里，90后护士们的朋友圈更新得更频繁些，也许是因为年轻，也许是因为他们接触患者更多、感触更多。从那些在忙碌间隙随手写下的只言片语里，你会读到有关青春的勇敢和赤诚、理想和坚持、牵挂和眷恋。就像习近平总书记在给90后党员回信中写的那样：“你们青年人同在一线英勇奋战的广大疫情防控人员一道，不畏艰险、冲锋在前、舍生忘死，彰显了青春的蓬勃力量，交出了合格答卷。”

记者摘选了部分90后援汉医护人员的朋友圈，并记录下背后的故事和情感，以此致敬美好春天，致敬蓬勃青春。

## 这份来自星健兰亭的“幸福征集令”，你收到了吗？

疫情时期的生活，改变的不仅是人们的生活方式，思维模式亦得到了重塑。当我们淡出职场后，如何为自己安排全新的生活？身为子女，如何兼顾自己和父母两者的生活？这场没有硝烟的“战役”，已然给出了答案。

位于宁波市中心的品质康养社区星健兰亭刚解除了全封闭式管理，就迎来了一波波来此探访的市民。

“以前觉得是没办法才去养老机构，来这里才知道，人家的日子不要太精彩！”市民朱先生深有感触。朱先生自退休后就独自生活，平时也没觉着不妥，疫情的到来打破了原来看上去还平和的生活。小区实行封闭管理，朱先生只好“禁足”在家。扎堆聊天？不可能的！网上买菜，不会。每天的大多数时间，朱先生就是窝在沙发上，对着电视打瞌睡，或者扳着指头算女儿隔着小区大门送菜的时间。最郁闷的是，打开朋友圈，满屏是老战友在星健兰亭幸福得飞起的生活：人家是精致可口的菜品，自家是翻来覆去的“老三篇”；人家是花样繁多开心的活动，自家是没边没际的无聊；人家是窗明几净，自家是呼哧呼哧搞卫生……没有对比就没有伤害，疫情彻底刷新了朱先生的人生观，星健兰亭重新开园的消息一传出，朱先生就第一时间预约探访。

李先生来星健兰亭，抱着两重目的：一是看望住在兰亭的老同学；二是决定是否“占个位”。星健兰亭在贯彻严格的封闭式管理要求时，为会员筑起健康防护网，提供专业细致的服务，像亲人那样给予身心呵护，还有精彩

纷呈的活动，令李先生心生向往：比如春节期间，兰亭主厨掌勺的丰盛的定制年夜饭，供会员分餐食用；针对有特殊情况、行走不便的会员，一日三餐还送餐入户。园区微信活动群，放松减压手工课、“疫情”手势舞、抖音拍摄互动、百科大问答，看图猜成语等，还有线上K歌、料理争霸“晒”、宅家摄影比赛等，让李先生被暖到。与社区管家聊了聊，发现他们有着“老娘舅”“大管家”的亲热，听老同学讲，管家们对于楼里会员的姓名、年龄、生活习惯，甚至对于各自起床的时间，都了如指掌。对于这次疫情中没有回家的长者，他们除了微信、电话等渠道的嘘寒问暖，还帮助有需要的长者与子女视频通话，让子女安心。一番考查下来，李先生已经抱定了加入兰亭大家庭的主意。

市民周先生和太太结伴而来。周先生告诉记者，之前自己对于养老社区还有点小小的抵触情绪，总觉得自己很能干，不用这么早考虑养老的事。但疫情中的生活让他发现，养老的事情到不能再拖了。春节前，周先生摔了一跤，家里顿时兵荒马乱，小辈们放下手头的工作，送他医院、做检查，最后虽然没有大碍，但是大家却折腾得够呛。来到星健兰亭，发现宁波市第一医院江北分院与社区仅一墙之



隔，而且挂号机就在公寓楼下，一下子吃了颗定心丸，更令他欣慰的是，社区内设医务室，小病都可以在园区内解决。参观了样板间，这里的适老化设施，让大家倍感舒心。周太太说，如果住在这里，就不用摔这一跤了。而且星健兰亭在城中央，以后儿女们来看望，也都特别方便。

春色满园的星健兰亭，作为复星康复养老产业发展集团养老业务重要产品线，其“医、康、养、护”整合式健康服务体系，对于无数希望拥有健康、品质、乐享生活的长者及其家庭，给出了“幸福家庭的解决方案”的理想范本。

幸福征集令 | “超级锦鲤”X神秘大礼？复星康养年度体验官，等的就是你！

为了守护会员们的健康和平安，星健兰亭依然遵循一整套严格的防控体系，重重的防护，欢迎新会员的到访体验。5月15日是联合国设定的国

际家庭日，对于复星而言这一天也有着特殊的意义。带着让全球家庭幸福生活更幸福的使命，复星将5月15日定为“复星家庭日”，携成员企业“宠爱每个家庭”。本次“515复星家庭日”期间，复星康养特别推出“幸福健康60+”活动，更有多种福利，让大家感受到家的温馨。

活动面向60岁及以上长者征集“幸福”“健康”的图文故事。评选共分为三阶段，最终产生三名优胜者。优胜者将成为“幸福体验官”，享受集团内超级锦鲤权益+私人定制神秘大礼。欢迎各位长者秀出“健康生活”，晒出“幸福晚年”！

记者 包佳

电话：**87239090**  
地址：宁波市江北区云飞路99号  
(第九医院南侧)