

三江热议

与保洁措施相比 “席地而坐”更需要文明的沃土

胡晓新

台阶上的花岗石反射着明亮的光,地砖的缝隙露出了久违的“本色”,天一广场的地砖历经20年风雨,尽管出现了裂痕,但告别了烟蒂与污渍后,古朴的韵味尽显无遗。近日,我市首批申报“席地而坐”城市客厅示范区域的单位成功通过验收。包括老外滩、天一广场、中山路(海曙段)、市民广场在内的这七个单位将以崭新的面貌迎接市民、游客,展现触“地”可及的文明。

据悉,为了达到“白手套擦过不变色”的标准,有关部门对保洁工具、保洁对象、保洁方式、路面清理、氛围营造等都作出了细致入微的设计。从目前来看,这些重视立体深度保洁、加强动态保洁力度等措施取得了令人震撼的效果。“这里的地砖都闪闪发光,简直比家里还干净!坐下去,完全放心。”无论是外地游客还是本地市民,对“席地而坐”都赞不绝口。

但我们知道,“创业”不易,“守业”更难,创建“席地而坐”城市客厅示范区域亦是如此。与保洁措施相比,“席地而坐”更需要文明的沃土。可以说,长久保持,提升“席地而坐”城市客厅示范区域的“质地”,比短时间内集中资源合力打造,难度要大得多。如果缺乏文明的沃土,“席地而坐”或许就会沦为粉饰文明的“盆景”,在茂盛一阵子以后黯然凋谢。这是谁也不愿意看到的。

和谐的人际交往、良好的市民素质、悠远的爱心基因、整洁的城市环境、井然的道路状况、周到的窗口服务……科学周到的保洁措施固然重要,但由这些独特的“宁波元素”构成的文明沃土,才是“席地而坐”行稳致远的关键。如果将“席地而坐”城市客厅示范区域比作一枚硕果,那么,文明水准就是培植这枚硕果的沃土。如果脱离了这片沃土,“席地而坐”也就成了无本之木,到时候,保洁成本就会要多高有多高、持续运行要多难有多难。

据悉,今年年底前,宁波将完成20个“席地而坐”城市客厅示范区域的创建,未来三年内将建成100个高品质示范区域。它们既是文明沃土上结出的硕果,又能有力地发挥示范的作用,对城市精细化管理提出更高的要求,有助于引领各地各部门因地制宜、因时制宜,创造性地开展文明创建工作。更重要的是,这项“以文明唤文明”的“席地而坐”城市客厅示范区域创建工作告诉我们:小到展现触“地”可及的文明,大到创建全国文明城市,都不仅仅是职能部门的事,更需要市民这个关键因素。只有让更多的市民在积极参与中获益,今后才会有更多的市民自觉参与,文明的沃土才会越来越厚实,这片沃土上才会不断结出更多更大的文明果实。

阿拉有话

大反转! 宁波8岁男孩按遍楼层键 后一个举动却让邻居大赞

“11幢的爷爷、奶奶、邻居们道歉。 宁波发布叔叔、阿姨,大家好。今天我犯了一个错……”近日,北仑区新碶街道世贸世界湾二期小区内,一封贴在11栋二单元电梯里的检讨书刷爆了业主群。写检讨书的是一名8岁男孩,他乘坐电梯时贪玩,将32层楼层键全按了个遍,妈妈发现后引导孩子认识错误,并要求他写检讨书向

小包子:这样的家长确实要点赞。良好的教育才不会出现“熊孩子”,只有放任孩子的“熊家长”才会培养出“熊孩子”。
嘎猪:教育真的很重要,我们小区有家长和小孩一起坐电梯,他小孩每层按了都不管,我刚睡醒着急去收衣服,结果晕了,还以为是外面等电梯的人按的。

四明山野猪跑出来了 不少玉米地被“扫荡” 村民:防不住又杀不得

近段时间来,海曙区章水镇年畚村野猪横行霸道,肆无忌惮地和村民抢口粮,当地村民苦不堪言。有村民致电本报热线诉苦:“我们辛辛苦苦种的庄稼,眼看快收成了,可这野猪抢先一步都给吃了。而且它们越来越猖獗了,都快进村了。我们没法防,也打不得,这可怎么办?”

宁波晚报微信公众号

小万:前年我大舅看见野猪在破坏他家的玉米,拿拿棍子去撵,结果被野猪弄断了3根肋骨,背上缝了20多针,腿上缝了10多针。

喵山人:野猪下山,说明自然环境的保护好了,野猪数量增加了。但如果野猪开始祸害村庄,那也请有关部门调查一下,是不是野猪数量太多了,需要控制一下。
小裴:农作物被野生动物毁坏之后一般可以向村干部反映问题,再由村干部汇总本村所有的农作物损失情况,然后形成报告逐级向乡(镇)、县、市政府野生动物保护管理部门报告,正常情况下会由市或县野生动物保护部门根据实际情况进行合理的捕捉,并对野生动物造成的损失给予评估和补偿。

高考发挥失常,这让她无法接受 考后失衡的心理如何调整? 看心理专家如何支招

高考是决定千万人命运的大考,考试的结果注定是几家欢喜几家愁。不管是金榜题名还是名落孙山,这都是考生和家长必须面对的考验。高考后如何做好心理调适? 在宁波市康宁医院情感障碍科副主任医师刘纪猛看来,客观理性看待高考成绩很重要。

高考失利让她一度怀疑自己 家人的奚落更是雪上加霜

每年高考季过后,在心理门诊总能遇到不少因为考试失利而影响心理的患者,去年遇到的小晴(化名)让刘纪猛印象深刻。小晴学习成绩一直很优异,中考时她跨区考上了宁波数一数二的高中。报到后,她特地穿着新校服到初中就读的学校去了一次,老师还把她当做优秀学长向其他同学介绍。在高中,小晴的成绩依然保持在中上水平,如果不出意外,一流大学

妥妥的。没想到,高考时她发挥失常,勉强考上了一个比较普通的211大学,这让她自己和家人都无法接受。高考失利让小晴非常伤心,她感觉自己未来没有希望了,觉得自己做什么都不好,每天闷闷不乐。她爸爸觉得一直引以为豪的女儿让自己丢了脸,没有安慰女儿,还用带着讥讽的口吻说:“这下你怎么不穿着大学校服到高中就读的学校去走

走?”这让小晴更加难过,经常把自己关在房间里,饭也不好好吃。“像小晴这样的情况,在考后到我们心理门诊就诊的案例中很典型,对于这类考生来说,问题的根源在于错把高考当成了人生唯一的出路。”刘纪猛说,父母对孩子高考的认知上也出现了偏差,没有帮助孩子正确认识,反而打击了孩子的信心,这使得小晴的情况更加严重。

考上心仪的大学也有烦恼 选了不喜欢的专业让她每天不想上学

考上了心仪的大学,也会有烦恼。去年,刘纪猛遇到一个大学上了几个月后来求助的女孩。“女孩是妈妈陪着来的,妈妈说女孩上了大学没多久就每天哭啼啼的,每次回家都说不想再去学校了,就因为父母为她选的专业,她不喜欢,也不适应。”刘纪猛说。

原来,女孩高考成绩不错,上了心仪的大学,但距离最想报的专业还差了一点分数,于是父母做主,为女孩选了该校的其他专业。父母选的专业和女孩想去的专业有点搭边,但女孩上学后才发现,两个专业完全不一样。就读的专业需要绘画功底,

而女孩不喜欢也不擅长画画,每天上课都无比痛苦。到后来,女孩每次回家都吵着要退学,这让父母无法接受,只能带女孩向心理医生求助。刘纪猛说,这个女孩是因为对大学专业不喜欢产生的适应障碍,同样需要专业的心理帮助。

高考后如何做好心理调适? 自我解压放松,严重的要向心理医生求助

千军万马过独木桥,高考分数肯定有低有高。刘纪猛建议,考好了开心要有度,考差了更要有一颗平常心,要比较客观理性地看待高考成绩,认识到人生的道路很漫长,高考只是人生的一个节点。在

现实生活中,好分数、好大学、好工作与幸福人生之间,并不能直接划等号。如果因为高考成绩不理想,持续两周左右、每天大部分时间都情绪低落、兴趣减退、心烦气躁、睡不好吃香,甚至有消极

的念头,就要向心理医生求助。如果只是感觉有轻微的情绪低落,可以通过一些方式来给自己解压放松,比如慢跑、运动等。记者 孙美星 实习生 李灵珊 胡雨歌 通讯员 李湘兰



专家介绍:刘纪猛,副主任医师,心理学硕士,国家二级心理咨询师,宁波市康宁医院情感专科后备学科带头人,宁波市医学会精神病学分会青年委员,2019年上海市精神卫生中心进修半年。从事临床、教学、科研等工作10余年,参与科研课题3项,主持市级课题1项,在精神专科核心期刊等发表论文10余篇。擅长抑郁症、焦虑症、强迫症、双相情感障碍等常见精神疾病诊治及预防,先后接受李献云认知行为治疗四阶培训,擅长认知行为治疗技术。
专家门诊:每周六上午宁波市康宁医院庄院区