



孙嘉恹将共享单车停放在指定区域内。

等您来打卡！ 市民21天文明好习惯养成计划火热进行 道德模范、身边好人已经带头做起来了



8月23日，由宁波市文明办主办的“践行文明好习惯 助力争创‘六连冠’”宁波市文明好习惯养成工程推进行动在文化广场举行，现场启动了市民21天文明好习惯养成计划——

即从8月23日至9月12日期间，凡是对自己参与完成的文明好习惯的行为进行拍照、打卡，且最早完成10个好习惯中的7个好习惯的30位市民，同时在好习惯答题游戏中得分超过90分的，可以获得200元的稿费奖励。

自养成计划启动后，各路市民纷纷行动起来。作为“守序排队”好习惯代言人的宁波好人孙嘉恹以及浙江省道德模范张亚芬和她的女儿林茂华，更是带头践行起了文明好习惯。

A 文明出行、守序排队、随手志愿—— 海曙好习惯代言人孙嘉恹言出必行

9月2日下午，孙嘉恹骑上一辆共享单车，赶到了鼓楼，给妈妈买点小吃。

从府桥街一路往东，在小吃店门口找到了一块专门用于停放共享单车的区域后，孙嘉恹随即停下车子，将单车停放在划线区域内后。

锁车后，她便排在购买小吃队伍的最后。作为海曙区“礼小二青年服务队”的队长，每个月11日，她都会带领团队队员们，在宁波火车站、商场等地，引导市民守序排队，她自己也严格排队。

她告诉记者：“从小到大，不管是搭乘公共交通，还是商店付款、医院挂号、银行

办事等，我都会排队，宁可排在最后，也不要挤。一方面是人挤人，很容易出事；另一方面，如果每个人都不排队，那该有多乱啊……我也是这么教我女儿的。”孙嘉恹说。

她在文明交通方面也做得很到位，骑车不带人，偶尔开车，也会做到礼让斑马线，晚上不开远光灯。

她同样是宁波市“最美志愿者”称号的获得者，在宁波争创全国文明城市“六连冠”的过程中，每逢周末都会和团队的小伙伴们去各个街道、社区捡垃圾，因此人也晒黑了好多。

B 厨余垃圾、其他垃圾、可回收垃圾各有去处 省道德模范张亚芬一家是垃圾分类的“模范生”

在“宁波妈妈”张亚芬家的厨房和餐厅间，有一个很显眼的不锈钢分类垃圾桶——绿色的厨余垃圾桶和黑色的其他垃圾桶。

自两年多前开始，张亚芬全家便养成了习惯，厨余垃圾坚决不过夜，一天至少倾倒一次，其他垃圾一周左右倒一次。

“果皮会招虫子，鱼虾会有腥味，所以厨余垃圾不能在家里久放，遇上周末，家里做菜做多了，我们还会倒两次，或者更多。”她的女儿林茂华告诉记者。

除了这两类垃圾外，她们还有收集可回收垃圾的习惯。9月2日，母女俩将此前用完剩下的盛放水果、蘑菇等物品的纸板箱折叠起来后，压扁，随后用绳子绑牢，准备一并带往小区里的可回收垃圾箱内投放。

像这样的纸板箱，她们收集了厚厚一沓，“既做到了垃圾分类，还能换钱呢！”张

亚芬笑道。

垃圾分类只是这家人一直在坚持的文明好习惯之一，闲暇之时，她们还会参与各项志愿服务活动。

这不，母女俩投放完可回收垃圾，又来到了小区9号楼的架空层内绿化带，帮助保洁员捡拾起了绿化带里的各类垃圾。

她们一直在坚持的还有双休日的助农活动，对接的10多个农场会根据需要销售的农产品及时联络她们，随后这对母女便将信息发送给小区业主们，为农户们做线上接力，帮助他们尽快销售。

本周末，她们就将完成一次虾干销售助农活动。

妈妈的一言一行让林茂华耳濡目染，“我经常骑单车回家，而我们的东门那边，有时候会出现比较多没有守序停放的单车，我看到了就会把它们规整一下，这也是力所能及的志愿活动嘛！”她说。

C 养成计划火热进行中 跟着道德模范、身边好人赶快行动吧

道德模范、身边好人已经带头行动起来了，作为宁波争创全国文明城市“六连冠”的主力军——全体市民，我们是不是不能落后？

市民21天文明好习惯养成计划正在火热进行中，在9月12日之前，只要您对自己参与文明好习惯的行为进行拍照、打卡，最早完成10个好习惯中的7个好习惯的，且答题游戏得分超过90分以上，同时您还是最早完成的那30位市民，就可获

得我们200元的稿费奖励。

请统一将打卡照和答题小游戏的得分照片打包成一个文件夹，发送至指定的邮箱(32788873@qq.com)，并留下您的联系方式(建议手机号)，工作人员将进行评估和审定。

十大文明好习惯，需要您的参与和支持！

右图为文明好习惯答题游戏的二维码：



■“爱心座椅”后续

这把爱心座椅不占地方 还能让您歇歇脚

本报讯(记者 石承承 通讯员 陈聪)“这个椅子蛮好的，既给老年人提供方便，又不占用楼道空间。”昨天上午9点半，听到有人来楼道里安装“爱心座椅”，88岁的划船社区居民张兴龙忍不住推门出来“看个热闹”。这把“爱心座椅”的“研发”者，正是和张兴龙住一个楼道的五楼住户胡宗宇。

这把不占空间的“爱心座椅”安装在鄞州区百丈街道划船社区荷花一村4幢一楼通往二楼的拐角处。椅背被固定在墙上，不用时看起来就像是一个木箱子，要用时握住把手轻轻一拉，就会变成一把椅子。

这把“爱心座椅”的出现，跟8月21日《宁波晚报》刊登的一篇题为“为何居民和社工都在守护楼道拐角处那把旧椅子？”的报道有关。报道中提到，在没有电梯的划船社区，由楼道内居民“众筹”的椅子成了住在楼道里的老年居民上下楼的“刚需”。报道见报后，不少读者反馈“被这份小小的善意感动”之余，也有些顾虑：“把椅子放在拐角处是不是合适？”

时隔不到半个月，更加节省空间的“爱心座椅”就出现在了楼道里。这把“爱心座椅”的出现，对住在楼里的老人来说，同样是“刚需”。

在得知胡宗宇的爱心举动后，同样住在划船社区的袁若瑶赶紧叫上同学鄢嘉宁来帮忙，在“爱心座椅”旁写上“请您歇歇脚”的字样，为楼道“增色”不少。她们俩都是今年刚考上大学的大一新生，平时也经常参与社区组织的各项活动。



胡宗宇是把“爱心座椅”的“研发”者，也是这栋楼里的住户。

记者 崔引 摄

记者 朱琳 实习生 梁晓晓 文 崔引 摄