

# 老年食堂解决75岁以上老人就餐难题

## 奉化这个村每年组织志愿服务活动400余次



一碗红烧肉、一份油焖笋、一盘清炒菠菜、一碗青菜蛋花汤，打包过后，拎上餐盒，骑上三轮车，依次往每一户老人家中送去……

每天上午10点、下午4点，奉化区西坞街道蒋家池头村老年食堂——孝膳堂的志愿者胡淦权雷打不动地为村里卧床、高龄或行动不便的老人送餐。近5年来，和胡淦权一样，坚持为在孝膳堂就餐的七八十名老人服务的，还有70余名和美志愿服务队的女同胞们。

“这次入选全国学雷锋志愿服务‘四个100’先进典型，是对他们最好的奖励。”村党支部书记、村委会主任陈伦说。



志愿者们为老人打菜。记者 杨辉 摄

## 75岁以上老人每餐4元，95岁以上老人免费

孝膳堂是2017年7月开办的。当初，在走访村民时陈伦发现，村里的老人们普遍存在菜买多了吃不完，或是因为做菜对他们来说越发吃力，进而导致时常吃变质食物的情况。

“后来，依靠和美志愿服务队，孝膳堂热热闹闹地办起来了。”陈

伦介绍，一方面，村里有两个菜园，专门用来种植供孝膳堂就餐的老人们吃的蔬菜，很多乡贤、爱心人士也时常捐赠物资，为食堂的持续经营提供了食材；另一方面，老人们也出一点费用，75岁以上老人每餐4元，90岁以上每餐3元，95岁以上免费，以保证必要的开支。

## 志愿服务让孝膳堂越办越火

说起孝膳堂最大的功臣，那就是和美志愿服务队的志愿者们。

食堂内，有一面志愿者风采墙，展示了每一名志愿者的姓名、职务等，管家、做菜阿姨、送菜的胡淦权等。

自孝膳堂成立以来，这些志愿者主动承担起洗菜、切菜、做菜、端盘、洗碗、打扫等活计，还主动搜罗养生菜谱，避开易引发高血糖、痛风等老年病的食材，推出健康丰富的菜单。

每天三菜一汤荤素搭配，菜品三天不重样，让老人吃得放心开心。近5年来，70余名志愿者轮流值班上岗，没有一人中途退出。

拿胡淦权来说，作为团队里唯一的男性志愿者，他承担了每日把菜品送到食堂、打菜、送餐等任务，“要送11户，每次送餐，我也会进门和老人聊聊天，问问他们吃得

不好，有没有不合口味的菜，下次可以调整，一圈送下来差不多40分钟。以前我没什么朋友，现在交友也多了，身体也好了，主要是做得很开心。”他说。

这和陈伦的想法不谋而合。陈伦觉得，孝膳堂的成功在于这些志愿者真正把老人当成了亲人，用自己的热心服务老人们，“如果花钱去雇佣工作人员，其实是做不好的，现在我们每个志愿者每月做一天，欢欢喜喜的，大家看着别人在做，就更想做了，这样的氛围非常好。”陈伦笑道。

作为另外两个村的第一书记（挂职），陈伦开始推广蒋家池头村的做法。“我在西坞街道孔峙村也复制了一个‘孝膳堂’模式，今年‘三八’妇女节，我还把三个村的200多名志愿者召集起来过节，让她们互相交流经验。”

## 志愿服务多样化，形成三大品牌项目

如今，在蒋家池头村，注册志愿者的人数达128人，占村里常住人口15%。除了孝膳堂，志愿者们还时常开展道德庭、养绿护绿、敬老扶老、环境卫生等方面的志愿服务活动，每年组织志愿服务活动400余次。

“我们以新时代文明实践中心建设为核心，以老年食堂、文化礼

堂为两大服务阵地，形成了孝膳堂、道德庭、和美家园三大品牌项目，先锋、和美、初心、青年、润艺等五支志愿服务队伍成了我们的招牌。同时，推出‘道德银行’‘典型推选’等志愿服务激励保障机制，逐步构建起‘组织有力、活动创新、礼遇保障’的文明实践志愿服务体系。”陈伦说。 记者 朱琳

## “宁波—我眼中最干净城市”摄影大赛征稿啦

当前我市正在深入推进道路深度保洁、打造高品质席地而坐区域、楼宇立面洁化、广告招牌整治、城市家具净化、公厕服务提质等精品工程，全方位、精细化打造“最干净城市”。为展示“最干净城市”成果，扩大“最干净城市”影响力，引导全社会广泛参与，营造美好环境与幸福生活共同缔造氛围，进一步提升干净、整洁、有序、安全的城市环境水平，助力我市争创全国文明城市和加速现代化滨海大都市建设，宁波市市容环境卫生协会与宁波晚报社联合主办“宁波—我眼中最干净城市”摄影大赛活动。此次大赛由宁波城市文化有限公司承办，宁波市版权协会协办。

### ● 奖项设置

### ● 奖项设置

大赛设一等奖1名，奖金5000元、云听年度会员年卡一张；二等奖2名，各奖3000元、云听年度会员年卡各一张；三等奖5名，各奖1500元、云听年度会员年卡各一张；人气奖30名，各奖300元；优秀奖奖60名，各奖200元。

以上所有获奖作品均颁发由浙江省版权协会确认的版权证书。

### ● 投稿方式

投稿邮箱：nbcsw666@qq.com；联系电话：18758839165；联系人：周老师。作品请以“大赛名称—作品名称—作者姓名—作者电话—拍摄时间—拍摄地点”命名，文件长边5000像素，文件大小10M以上（原文件上传）；作品务必统一打包发送（文件夹命名为：大赛名称—作品题目—作者姓名—联系电话）。

### ● 截稿日期

2022年9月10日。

本次大赛不收取任何参赛、评审费用。所有参赛作品须为作者原创，以专家评选为主，结合网络评选，获奖作品将于10月份在世纪广场进行展出。主办单位对获奖作品有使用权，并不再另外支付稿酬。



首届宁波住建系统“最美建设人”



杜云龙

## 宏润建设集团股份有限公司杜云龙：创造国内最深地下连续墙施工攻克宁波地铁深层施工难题

他不断钻研技术难题，他挂帅建设的地铁项目，创造国内最深地下连续墙施工纪录，获得土木工程最高奖项——詹天佑奖；工程建设期间，他把项目装在心里，把责任扛在肩上，不辞辛苦，冲锋在前……

他叫杜云龙，今年47岁，是宏润建设集团股份有限公司项目负责人及地下工程技术带头人。1998年同济大学毕业后，杜云龙参加了常洪隧道工程建设，随后随单位转战海外市场，积累了丰富的地下工程施工经验。2009年，随着宁波轨道交通大建设的开始，他放弃国外高收入待遇，加入了宏润建设宁波分公司，开启了宁波分公司轨道交通的施工。

2015年，杜云龙作为宁波轨道交通3号线3106标项目负责人，开始了儿童公园站的建设。项目刚一进场，由于隧道线路变化，设计方案调整，车站基坑加深至29米，结构维护地下连续墙深度必须在100米以上，这给业主方、施工方和设计方都造成很大困难。

经过大量的调研、论证、计算，终于确定了采用77米超深地连墙

的工艺隔断承压水。此时国内还没有做过这么深的地下墙，杜云龙带领团队，反复摸索、模拟、分析、试验，终于顺利完成3幅国内最深的110米地下连续墙的施工，并在后续安全顺利地完成了3号线最深车站儿童公园站的施工。这个项目完成后，超深地下墙隔断承压水的工艺在国内地铁施工中被推广应用。

在杜云龙的带领下，2107标段项目获国家优质工程奖，3106标段项目获得土木工程最高奖项——詹天佑奖。这些奖项，均为宁波轨道交通建设中“零的突破”。杜云龙主持的技术课题研究获得宁波市科技进步一等奖2项、三等奖1项，作为主要起草人编写浙江省规范1本，获得省级工法2项，获得发明专利3项。

记者采访手记 在宁波的重大项目建设中，有许多像杜云龙这样技术精湛、爱岗敬业、无私奉献的工程师，他们用丰富的经验和精湛的技术，解决了地铁施工中一个又一个的难题，打破了外界普遍认为的“不可能”，诠释了最美“匠心”。

记者 周科娜