

■编者按

从即日起,宁波市文明办联合都市报系在全市寻找、挖掘一批新时代公民道德建设案例,在宁波晚报、甬上APP上刊发,助推道德建设,在全社会弘扬良好风尚。

让阳光驱散心中阴霾 让心灵洋溢幸福微笑

成立3年,这支慈善义工大队
已提供服务500多次
受益群众超1.6万人次



义工入户困难家庭进行访谈。受访者供图



“孩子假期在家每天起得很晚,不做作业就看电视、玩游戏。我和他天天吵架,都快崩溃了……”上午9点多,鄞州百合心理慈善义工大队的心理援助服务热线响起,义工徐露英接起电话,电话那头,是一位母亲无奈的倾诉。

徐露英立即对她展开心理疏导,帮助对方缓和情绪,并提供了一些亲子沟通的建议。暑假期间,徐露英和伙伴们接到了不少关于亲子关系紧张的心理咨询,为此,她们计划开设一些增进亲子关系的公益课堂,让心理服务赋能家庭教育。

“义工大队是2019年成立的,一开始只有20多人,现在已壮大到223人了。”义工大队负责人吕飞岳告诉记者,队里的义工来自各行各业,大多是专业心理咨询师、社会工

作者,“我们都是抱着一颗助人自助的心,利用业余时间开展心理援助工作,尽全力提供力所能及的帮扶。”

为了服务更多需求人群,义工大队不仅开通心理援助服务热线和微信语音咨询,每天12小时接待群众来电和咨询,提供情绪疏导与心理辅导,还常常走进学校、企业、社区、村庄等,提供焦虑情绪缓和、家庭关系处理、职业生涯指导、心理创伤治疗等各类心理咨询服务,举办心理健康主题宣传与教育活动。

“残疾人士、困境儿童等特殊群体中很少有人向心理咨询机构求助,因此,我们就主动上门走访、进行心理访谈,发现存在严重心理问题的,给予重点干预和个案服务。”吕飞岳说,上门走访都是两三个义工为一组,会事先排好日程表,“因为义工无条件尊重与耐心倾听,让很多受访对象感觉温暖,愿意讲心里话,心理疏导也在交谈中自然而然地展开。有些对象需要长期的心理支持,我们会持续跟进;有些对象有具体需求,我

们也会帮忙对接社会服务资源,开展多方协作共助。”

为了让义工们的服务更加专业,义工大队每年不定期邀请国内心理专家为义工们授课赋能,坚持开展每月至少1次的专业培训学习活动;通过开展心理咨询师职业培训班,每年招募、培养一批对助人有热情的心理咨询师,帮他们尽快成长起来,成为一名真正的心理专业助人者。

截至今年7月,鄞州百合心理慈善义工大队已组织义工服务506次,入户困难家庭提供心理访谈236人次,举办心理健康宣传教育228场,直接受益群众已超过16800人次,开通的心理援助热线已接受群众咨询来电4500多次。

“接下来,我们在线下服务的基础上,加强线上心理服务的建设,计划在线上建立集语音倾诉、视频咨询、线上微课、心理科普、心理测评、心理专业课等为一体的全方位服务平台,让更多的心灵洋溢幸福的笑容。”吕飞岳说。

记者 王思勤

■宁波治堵·2022年工作任务书解读

创新驱动,破难解困 我市推动全域交通 拥堵治理

今年,我市将围绕宁波都市化发展进程,推进全域治堵一体化发展,实现治堵成果城乡共享,全面深化全域融合治堵。

提升智慧交通水平、实现科技赋能,是推动全域交通治堵的重要手段。宁波市城市交通拥堵治理2022年工作任务书中提出,治堵工作一方面要树立“数字化”交通治理思维,积极谋划创新治理模式,另一方面,以公众服务为导向,促进城市交通现代化治理水平有效提升。今年,我市将坚持开放治堵、群众参与、社会共治,以问题为导向,找弱项、补短板,开展城市重要廊道拥堵治理,推进“TOP5”路段综合治理,并通过“民选民评”等方式广泛征求市民意见,切实解决市民关注的堵点痛点。

市治堵办相关负责人表示,通过大数据等科技手段,治堵办和相关部门每年都在梳理各处易堵点、建立数据库,时机成熟就整治一批。

我市还将加大对城市拥堵治理工作的宣传力度,建立交通违法行为公众监督采信机制、交通拥堵点反映和投诉机制,鼓励公众参与出行环境、服务品质等方面的测评和监督,鼓励绿色出行。

记者 王思勤
通讯员 汤林 祝巧巧

东部新城这个项目获批 总投资估算逾50亿元!

昨天,市发改委批复同意东部新城明湖南区工程(二期)可行性研究报告。

据批复文件,工程东临湖茵路(含),西靠盛莫路,南侧为文卫路,北至后塘河,总建设面积约28.8万平方米。

该工程的“重头戏”,是明湖南区的湖体、公园绿地。

批复文件显示,包括湖泊、河道在内的明湖南区水域总面积约10.9万平方米,公园绿地面积约12万平方米,另有铺装面积约3万平方米,将新建岛屿、铺装广场、慢行步道、栈桥、景观人行桥、亲水平台、雕塑小品、景观水秀等,主要划分为四个分区:

分区一:西区水岸休闲区,链接



明湖北区景观。记者 施文 摄

西侧都市功能集聚区,在其西南角设置生态水岸。

分区二:中心区艺术城市公园,位于明湖南区视觉中心,近湖岸线通过设置大挑台和索桥打造立体化水岸;园区内部设置中心水景、阳光草坪以及广场配套建筑。

分区三:东区市民休闲公园,注重生态性、休闲性和亲子性,设置儿

童乐园、观湖花园、阶梯花园等。

分区四:滨水口袋公园,作为连接居住区与公园主体的过渡空间,设置滑板公园等社交共享空间。

此外,工程还包括新建道路、桥梁、隧道等。

据批复文件,明湖南区工程项目总投资估算约51.54亿元。

记者 周科娜

税费咨询 个性化服务



为帮助纳税人缴费人解决各类税费问题,国家税务总局慈溪市税务局在办税服务大厅开设沈益群劳模工作室,专门提供个性化、精准化税费咨询服务。图为全国税务系统先进工作者沈益群在辅导纳税人办理涉税业务。

通讯员 韩孙文



宁波海曙普仁医院 泌尿外科专业

健康热线: 0574-2785 9999

院址: 海曙区解放南路8号(兴宁桥西、天元大厦对面)