

这十年 他们这样走过

三届党代表齐聚一堂 他们的分享情真意切



活动现场。

11月10日上午,“传承红色基因·赓续时代薪火”——学习贯彻党的二十大精神主题活动在鄞州区百丈街道举行,百丈(划船)党建综合示范区成员单位代表、社区党员代表、青年宣讲员、辖区共青团员等参与活动。活动现场,党的十八大代表俞复玲、十九大代表陈霞娜和二十大代表傅平均都来了,他们以“我们走过的这十年”为主题,分享了他们在各自岗位上全心全意为人民服务的深刻感悟。

1 十八大代表俞复玲:最好的服务就是最好的治理

在党的二十大报告中,俞复玲印象最深刻的一句话就是“建设人人有责、人人尽责、人人享有的社会治理共同体。”2021年11月,电视剧《春天里的人们》在央视热播,最大程度还原了社工的日常和社区里的那些事,主角之一的原型便是俞复玲。“最好的服务就是最好的治理。”这是“小巷总理”的大智慧。

社区是基层治理最小单元,治理

核心在人。在与居民的接触中,俞复玲找到了社区治理的金钥匙——服务,并汇聚群众力量开展共治,划船社区从基础设施差、特殊群体多的老社区变成服务完善、人文和谐的全国样板。近年来,她牵头成立党建综合示范区,打造跨多主体共建共治共享的基层治理“划船样本”。

“一代人有一代人的使命,对基层党务工作者来说,关键就是‘服

务’,带领广大居民群众用最好的服务去实现最好的治理,我觉得导师帮带是培育优秀基层党组织带头人的好方法,实现一个人带动一群人,一群人干出一片天的生动局面。”俞复玲说,在今后工作中,她要进一步发挥区域化党建联建作用,将周边的党建力量联合起来,党建资源共享起来,党建阵地运作起来,让居民群众有更多实实在在的幸福感。

2 十九大代表陈霞娜:见证宁波公交迭代升级

作为党的十九大代表,宁波公交集团36路班组长陈霞娜在平凡的岗位上做出了不平凡的成绩。从全国三八红旗手到全国劳模,从全国“最美公交司机”到“2020年感动交通年度人物”,她收获了很多荣誉和掌声。

“无论是党代表,还是全国劳模,这沉甸甸的称号不仅仅是一份荣誉,更是一份责任与担当。”陈霞娜说,

2017年10月,宁波公交推出了以她名字命名的“党代表工作室”,收集民情民意,打通服务群众的最后一公里。这两年,她深入基层宣讲,去过20多个城市,最远到过新疆库车,她还把自己的讲课费注入爱心基金。

在党的二十大报告中,陈霞娜印象最深刻的一句话是:“倡导绿色消费,推动形成绿色低碳的生产方

式和生活方式。”作为交通行业的一线工作者,她开了20多年公交车,深刻感受到了时代的变迁和交通行业的发展。“我开过柴油车,开过天然气车,现在开的是纯电动车。公交车迭代升级,市民的乘车体验感越来越好,让大家更愿意选择绿色出行,这就是大家看得见摸得着的幸福感。”

3 二十大代表傅平均:把滕头经验输出到更多地方

“习近平总书记在报告中提到,必须坚持在发展中保障和改善民生,鼓励共同奋斗创造美好生活,不断实现人民对美好生活的向往。”现场聆听,党的二十大代表、奉化区萧王庙街道滕头村党委书记、村委会主任傅平均的感受要比别人更深刻一些。“我的内心很激动,滕头村能发展到今天,我内心满怀感激和感恩,这是一代又一代村书记和滕头人的努力,这背后凝聚了很多人的

力量。”

仅有354户、891人的奉化区滕头村,现在是全国闻名的网红村,频频出现在媒体的聚光灯下。傅平均经常说的一句话是:“一村富不是富,村村富才是真的富。”他希望能把这些年滕头村在乡村振兴、共同富裕上探索的经验输出到更多地方。

2019年7月,滕头乡村振兴学院成立,作为滕头乡村振兴学院讲

师团成员的傅平均经常到学院上课,传播滕头故事,并加入该学院“导师联盟”,为欠发达地区发展问题“把脉问诊”,并按照“一村一策一清单”方式开展针对性跟踪帮扶。还通过党建联建的模式,提高周边6个村的集体经济收入,专门为周边的老百姓提供一个就业的平台和创业的平台。

记者 薛曹盛
通讯员 倪馨怡 邵建荣 文/摄

打造国际知名的 海商事服务公共平台

首届国际海洋经济与海商事 服务论坛在甬举行

以“共商经略海洋、共创蓝色未来”为主题的首届国际海洋经济与海商事服务论坛,11月10日起在新落成的宁波国际会议中心举行。这项重量级论坛将从今年开始到2026年,连续在宁波举办5届,旨在打造成为国际知名的海洋经济交流合作与海商事服务公共平台。这是记者从10日上午召开的市政府相关新闻发布会上获悉的。

首届论坛由中国贸促会和宁波市人民政府共同主办,宁波市贸促会、宁波市发改委、宁波经济技术开发区管委会联合承办,论坛设1场开幕式、1场主论坛和5场分论坛,采用线上线下相结合的方式进行,新华社现场云、抖音、微信视频号、新浪微博、哔哩哔哩等多平台将对开幕式和主论坛进行直播。

首届论坛亮点不少。开幕式上,宁波市人民政府将与中国贸促会联合签署《关于共同推进海洋中心城市建设的合作备忘录》,并为新设立、全国首创的宁波国际海商事争议解决中心举行揭牌仪式,同时发布《中国国际贸易促进委员会共同海损理算规则(英文版)》。主论坛将围绕“全球海洋治理与海洋城市建设”主题,汇集8位国内外专家学者、企业家和政府官员,以视频方式进行研讨。 记者 周晖

青春时尚 分类有我

大学生垃圾分类挑战赛昨举行



11月10日,宁波中体城全民健身中心热闹非凡,青年人络绎不绝,“青春时尚 分类有我——阿拉学子来分类”大学生垃圾分类挑战赛在此举行。此次活动由市分类办、市教育局、团市委联合举办,旨在展现校园垃圾分类教育成果,分享优秀高校垃圾分类成果经验,提升青年学子垃圾分类意识,培养垃圾分类习惯。图为“青出于蓝”抢位赛。

记者 边城雨
通讯员 吴秉承 郑嘉敏 文/摄

一到秋冬季就迎风流泪,是眼病吗?

家住海曙区的李叔最近很苦恼,每次外出,一遇风吹就会止不住地流眼泪。不仅是大风,遇冷空气时也会出现程度不一的流泪现象,出行都受到了影响。这种迎风流泪是怎么回事?它是一种病吗?需要治疗吗?

其实,迎风流泪是眼睛的一种保护机制。宁波博视眼科医院俞存院长介绍,我们的泪液经由泪道排出,泪道包括泪小点、泪小管、泪囊和鼻泪管。正常情况下,泪液一部分被蒸发,一部分通过泪道流入鼻腔内。

当眼睛受到冷空气的刺激,泪腺分泌功能就会增强,泪液分泌增多。同时,泪小管遇到冷风刺激时会发生痉挛性收缩,此时,本来就比较狭窄的泪小管不能把过多的泪液马上排出去,就会产生迎风流泪的现象。

受到刺激的程度不同,泪液的量也不同,少的时候几乎没有任何感觉,多的时候可以像哭泣一样,泪液量特别大。

不过俞存提醒,不是所有的迎风流泪都是正常的。虽然大部分迎风流泪

都是出于眼睛的自我保护机制,但也不是所有的迎风流泪都是正常的。

一些眼部疾病如干眼症、泪小管堵塞、结膜炎等会让眼部更为敏感,眼睛对外界刺激容易处于一种反应过激的状态,使反射性分泌的泪液增多。尤其是患有干眼症的朋友。

干眼症(又称角结膜干燥症)是由于眼泪分泌不足或蒸发过多,导致泪液的多少、泪液的质量、泪液自然流动性这三项中的任何一项出现异常,都会引起泪膜不稳定和(或)眼表损害,从而导

致眼不适症状及视功能障碍。

而当患有干眼症时,吹风带来的直接影响是加强了泪液的蒸发,导致眼睛表面干燥得更明显;而这种干燥同样也会刺激眼表面细胞,会导致反射性泪液的快速分泌和流出。

俞存提醒,如果您迎风流泪的情况比较严重,那就需要注意一下是否存在其他眼部疾病了,建议尽早到有资质的眼科医疗机构就诊确认,以免延误病情。

记者 陆麒雯 通讯员 舒晓露