

“想给老人加鸡蛋！”

这群可爱的好人
连心愿都能温暖到你



沈秀凤及女儿刘海萍、外孙女沈梦婕一家三代人。记者 刘波 摄

总有一群人，他们未必光芒万丈，却始终温暖有光。从12月13日起，宁波晚报社区联盟发起倡议，向2023年温暖过我们的好人征集“微心愿”，并请爱心市民为他们圆梦。征集微心愿的过程中，这群可爱的好人连自己的心愿都温暖到了我们。

“我们现在的的生活还可以，只希望百岁粥坊越办越好，一直开下去。”说起微心愿，88岁的沈秀凤和家人陷入了思考。为了让老人们吃上更绿色更放心的早餐，鼓楼街道文昌社区的沈秀凤及女儿刘海萍、外孙女沈梦婕这一家三代人，都为百岁粥坊倾注了爱心。经过几天的思索，沈梦婕作为代表说出了她们共同的微心愿：“希望2024年，可以给老人们每人加个鸡蛋。”

有类似想法的，还有集士港镇井亭社区老年协会会长陈正火。今年75岁的他至今仍在为社区老年食堂东奔西走，找企业拉赞助、号召热心居民捐钱出力……他告诉记者：“井亭社区有2000多位老年人，老人在食堂吃饭仅需7元，高龄老人则是免费吃。虽然社区有共富工坊义卖筹集资金，但压力依然不小。”听说社区联盟有可能实现他们的微心愿，陈正火不假思索地说出了自己的微心愿：“希望能在我干不动之前，为老年食堂拉来一家爱心

企业提供较为稳定的赞助，或者能有靠谱的第三方来运营这个老年食堂，让高龄老人能安心吃饭。”

微心愿是自己许下的，但微心愿的内容却总是忘记自己。“我想给小候鸟们组织一次畅游宁波港的活动。”“我想给对接的50名困难小学生筹集更多的冬衣裤和鞋子。”“想要更多的人来接来共享钢琴，传递更多美妙的声音。”……

这一个个温暖的心愿，也被一个个温暖的心意包围。这几天，宁波晚报热线87777777不断响起。“好人们现在还有什么微心愿没有实现？算我一个！”热心市民陈杭天说，详细了解情况后，她决定给北仑区新碶街道新锋急救队捐献急救包20个。“我想帮助实现微笑不倒翁的微心愿！”热心市民俞佳吟打来电话。好人庞天兵和石路路在提出微心愿的同时，还想圆一下别人的微心愿：“我们下个月刚好要去贫困山区给困难学子送物资，可以和乐继龙先生对接一下那100件冬衣的事情。”听说乐继龙的微心愿早已有人接单，他们感叹：“宁波热心人真多呀！”

目前，我们的“微心愿”圆梦活动仍在继续。我们相信，冬至那天，所有的微心愿都会被点亮。冬至之约，温暖有你！

记者 王昱汀

点亮微心愿

微心愿清单(第三批)

庞天兵、石路路

希望为贫困山区50名品学兼优的困难小学生筹集冬衣冬裤和鞋子。

徐爱军

希望在明年暑假“小候鸟”来临之际，举办一次“小手牵大手，畅游宁波港”活动，让外来务工人员及其留守子女深度感受“书藏古今，港通天下”的宁波。

沈梦婕、刘海萍、沈秀凤

希望2024年来鼓楼文昌社区百岁粥坊用餐的人，可以每人加个鸡蛋(一天大约需要60个鸡蛋)。

“红柳营”志愿服务队

想要每人一件有统一logo的工作服，需要40件。

“五十杯豆浆”志愿服务队

希望有一个共享保鲜柜，志愿者们早上买完菜后可以直接放置在保鲜柜里再去送豆浆。有急事的居民也可以将物品暂存其中(价格在1800元左右)。

北仑区太平洋花园广场C区业委会

小区健身器材缺乏，希望能增加健身器材，满足居民的体育健身需求。想要的健身器材有：漫步车2个。

方申娟

想要一台电视机。

北仑区新碶街道新锋急救队

希望筹集50套急救包，包

括(急救箱箱体:45元一个;急救箱内物品:创可贴、碘伏消毒棒、弹力绷带、三角巾等物品,大约40元;急救箱挂板40元。合计125元一套)。接下来志愿服务队要进入第三个小区,将急救包铺开的小区(已完成20套)。

王忠安

希望有更多的爱心资源和力量加入,让后续助老服务更多元化。

贺素菲

北仑白峰下阳村虾康社区居家养老服务中心装修得差不多了,门口还缺少一块宣传栏,希望有人认领。未来这块宣传栏会是当地老年人了解家门口“新闻”、传递正能量的小窗口。

钱平

希望能众筹到更多的图书,目前他所在的志愿服务队还在承接北仑“书香润乡村”计划,四川美姑还差7000多册图书(已完成一半)。

董海龙

每天坐公交车去路面指挥交通,希望能有一辆脚踏三轮车。

胡焕磊

希望更多的人接力,让公共钢琴在城市更多的地方出现,传递更多美妙的声音。

陈正火

希望能有爱心企业为社区的老年食堂提供赞助,或者有靠谱的第三方来运营。

2个月,日接诊量增长了9倍多

这个设在社区卫生服务站的中医阁为何如此火?

早晨7时不到,马海峰医生已经来到北仑区下部社区卫生服务站开始一天的忙碌工作,此时,服务站中医阁的候诊室里早已经有七八个等候了许久的患者。

年过七旬的蔡阿婆是马海峰医生的“忠实粉丝”,逢人就夸社区卫生服务站的中医阁好。原来,自服务站开诊后,受漏尿困扰二十余年的蔡阿婆终于能不出远门,而是在家门口接受治疗。11月时通过半个月的个性化中医治疗方案,蔡阿婆难以出口的症状终于得到了明显改善,现在也没有那么严重了。

家住下部村附近58岁的周阿姨,多年来胸闷憋气症状反复发作,打针吃药一直治疗无效,她一直以为自己是心肺问题,在寒冷的冬季更是不敢出远门、不敢运动。一次偶然的机会,她得知家门口新开的中医阁颇有口碑,便前来就

诊。经过仔细问诊,马海峰医生考虑到周阿姨的症状和颈椎病存在关联,决定采取汤药和针刺相结合的方法,经过半个月的针药结合治疗,困扰周阿姨多年的胸闷憋气症状逐渐缓解。

马海峰表示,在治疗时他经常和患者分享中医养生知识。与西医不同,前往中医阁就诊的人群年龄偏大,多患有陈年旧疾,如老慢支、脑缺血、便秘、尿失禁、皮肤瘙痒、骨关节病等老年类疾病。在治疗上,疗程通常需要较长时间,方便和高性价比往往成为村社周边居民的首选,这同样也考验着作为医生的耐心和恒心。

因为真诚的付出,下部社区卫生服务站中医阁自成立以来,日诊量连续攀升,从9月20日的8人次到如今最高纪录83人次,短短2个月已经收到了7面锦旗。

社区卫生服务站中医阁的建立,是



马海峰医生在坐诊。

中医基层化的典例,不仅为居民提供了家门口便捷的医疗服务,也为社区卫生服务站注入了新的活力。医护人员的专业技术和热情服务,让越来越多的患者选择在家门口接受治疗。同时,中医适宜技术在基层村社的推广,不仅缓解了医院的就诊压力,也降低了患者的治疗费用,真正实现了“小病在社区,大病

去医院”的分级诊疗目标。

随着中医阁的深入人心,下部社区卫生服务站得到了周边居民的支持和认可。马海峰医生表示,医护团队会继续努力,为更多的患者提供优质的医疗服务,让中医的智慧在基层绽放光彩,为提高居民的幸福感贡献力量。

通讯员 俞珍 记者 孙美星