

共同富裕定有你

走进一座岛 温暖一群人

“暖冬计划”海岛支老服务活动在我区举行

本报讯(记者 刘攀攀 倪妮通讯员 沈卓静 程颖)11月8日,由舟山市民政局、湖州市民政局、湖州市慈善总会共同主办,定海市民政局、德清县民政局承办的“暖冬计划”海岛支老服务活动在环南街道盘峙村环南街道敬老院举行。借助该活动,湖州、定海两地在为老服务上深度交流协作,共同提高偏远海岛的养老服务水平,助力偏远海岛老人安享晚年。

活动现场,湖州市民政局、舟山市民政局、定海市民政局等介绍了“海岛支老 一起安好”行动开展以来的建设成果,共同交流养老服务优良经验做法。湖州市向环南街道大猫村、五联村、盘峙村的困难老人捐赠暖冬被子和健康礼包,

为大猫托老中心和环南街道敬老院捐赠桌椅、空调、冰箱等物资。其间,德清县彩虹桥社会工作服务中心还分别与环南街道敬老院、大猫托老中心签订《“暖心计划”海岛支老服务协议》。在今后的一年内,将通过技能培训、健康服务、实地交流等方式,相互分享资源、交流经验,共同提升养老服务水平。

一次支老行,凝结两地情。2021年5月,浙江省民政厅积极探索养老服务领域共同富裕先行示范,推出“海岛支老 一起安好”行动,为舟山15个偏远海岛持续输送专业养老人才,为海岛养老事业注入鲜活力量。至此,湖州、定海两地结下深厚情谊。两年多来,两

地聚焦“设施支老、服务支老、制度支老、模式支老、人才支老”总目标,围绕“需求供给、项目实施、制度创新”三张清单创设、托老机构改造提升、“幸福邻里”“幸福驿站”结对共建、人才联手培育等方面持续发力,为盘峙岛、大猫岛持续选派优秀支老志愿力量,积极予以资金和物资支持,让海岛老人共享优质的养老服务发展成果。我区也乘着养老服务区域协作东风,积极推进合作,在为海岛支老志愿者送去家的温暖的同时,全力加强队伍业务学习和技能锻炼,加快提升本地养老服务工作者的专业水平,持续提升偏远海岛老人的获得感、幸福感。

今年是“海岛支老、一起安

好”行动的第三年,也是最后一年。下步,湖州、定海两地将进一步总结发扬合作成果,持续推进和完善“护理员两地培育”“社会组织双向交流”“敬老院标准化服务提升”等行之有效的支老模式,拓展支老服务的广度和深度,发动更多机构、公益组织投身到海岛支老行动中来,加强签约合作、人才交流、服务创新,让海岛老人乐享晚年。



扫码看视频

小驿站散发大温暖

本报讯(记者 叶武杰 唐晨佳 通讯员 林琳)由定海区委社会工作部单独选址、专门建设的首个“劳动者驿站”日前在东门交通综合体一楼揭牌成立,加强对新就业形态劳动者和一线户外劳动者的关心关爱,切实为他们提供暖心服务。

该驿站位于新桥路8号,走进这近40平方米的独立空间,只见空调、桌椅、微波炉、饮水设备以及冰箱等基础惠民服务设施一应俱全,还有雨具、急救箱等应急服务设施,同时免费提供WIFI、手机充电等配套服务,该驿站开放时间为上午9:00至晚上21:00,进一步解决了快递员、环卫工人、网约车司机等户外从业者休息、避暑、取暖等实际问题。“我们一天到晚都在外面跑,吃饭也没点,有时可以来这里用微波炉热一下,非常方便。”刚跑完单的外卖小哥王雷开走进驿站,用随身携带的茶杯续上热水,坐下来休息。

近年来,新就业形态蓬勃发

展,职业种类日趋多样,从业人员规模不断扩大,定海区委社会工作部精心谋划,将“劳动者驿站”作为关心关爱职工的有效载体,让户外劳动者感受温暖的同时,也激发了大家爱岗敬业的工作热情。户外劳动者站点不仅是广大户外劳动者“冷可取暖、热可纳凉、渴可喝水、累可歇脚”的爱心服务驿站,也是他们了解工会组织的有利平台。“下步我们也会在现有服务内容的基础上进行完善,特别是把职工就业信息、困难救助相关政策及时予以发布,让新就业形态劳动者第一时间了解相关的政策和信息。”区委组织部党组成员、副主任舒剑锋说,区总工会将继续推进户外劳动者服务站点建设,同时依托服务站点广泛开展送温暖、送爱心、送岗位、送技能、送帮扶等普惠性服务,使“劳动者驿站”真正成为工会服务职工的重要阵地和窗口,着力提升服务保障水平,推动驿站在数量上增加、在范围上拓展、在功能上增强。

暖“新”传暖心 外卖小哥无偿献血

11月8日上午,不少外卖小哥趁着配餐休息时间,主动来到定海区新业态新就业群体党群服务中心昌国驿站,参与到昌国街道开展的无偿献血活动中。“献血光荣,作为新业态新就业群体的一员,我希望通过这种方式帮助有需要的人。”一名外卖小哥说。

记者 尹倩倩
通讯员 陈春 王凌霞 摄



冬令进补 “膏”手有方

本报讯(记者 唐晨佳 张旭东 通讯员 王江伟)11月8日上午,“冬令进补,‘膏’手有方”舟山市中医院第十七届“中医养生膏方节”启动,现场吸引了不少市民参加。据了解,此次活动将持续至明年2月4日。

活动现场设置了专家坐诊,数名专家在门诊楼前为市民把脉问诊、接受咨询。其间,市民还可前往舟山市治未病中心品尝中药糕点、养生茶,观看膏方现场制作。“医生说得对,如今年轻人要少熬夜,多注意身体,不然老了就来不及。”市民曹仁鹏表示,在专家的科普下学到了很多日常养生知识,深刻认识到养生的重要性。

膏方作为中医治未病中的重要手段,起于汉唐,成熟于明清,作为独具特色的中药剂型之一,膏方具有营养滋补等作用。制作过程则是将中药煎煮多次取汁,经浓缩后加入胶类,保存时间长、

服用方便,而好药材和熬制工艺决定膏汁的质量。

“现在年轻人自身的健康意识也越来越强,‘中医院就诊人群主要是老年人’的刻板印象正在发生改变。”舟山市中医院治未病科副主任郑萍红说,秋冬是万物收获、养藏之季,也是一年中最适合人体调补时节,舟山市中医院始终坚持“一人一方”,由专业的中药师团队严格把关,确保每料膏方的质量。

膏方进补适合哪些人群?又有什么注意事项?专家提醒,一些亚健康人群,可适时通过膏方疗法进行整体的调理。比如,老年人各种机能逐渐下降,而冬令进补,能增强体质,小儿根据生长需要可以适当进补……需要注意的是,膏方调理的人群应在吃膏方前半个月左右开始调理脾胃、清理肠道,对身体进行“修桥铺路”,为之后膏方的消化吸收创造条件,提高疗效。

定海区“菜篮子”价格监测表

肉禽(4种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
带皮后腿肉	新鲜,当日	500g	16.00元	16.00元	16.00元	16.24元
肋排	新鲜,当日	500g	29.00元	26.00元	16.00元	28.05元
肋条肉(五花肉)	新鲜,当日	500g	17.00元	17.00元	19.00元	18.24元
鸡肉	新鲜,开膛白条鸡	500g	无	21.00元	20.00元	13.40元

水产品(8种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
养殖黄鱼	新鲜500克左右一条	500g	无	无	18.00元	24.67元
鲳鱼	冰冻,条重100克左右	500g	30.00元	25.00元	40.00元	26.58元
带鱼	冰冻,条重250克左右	500g	20.00元	20.00元	25.00元	23.00元
小黄鱼	冰冻,条重75克左右	500g	25.00元	20.00元	25.00元	26.33元
海虾(活皮虾)	冰冻,体长10厘米左右	500g	50.00元	40.00元	30.00元	41.59元
鲫鱼	鲜活,条重350克左右	500g	16.00元	15.00元	15.00元	12.36元
鳊鱼	鲜活,条重1500克左右	500g	16.00元	无	15.00元	10.98元
草鱼	鲜活,条重1000克左右	500g	15.00元	无	无	10.05元

蛋类(2种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
鸡蛋(普通)	新鲜完整	500g	6.00元	7.00元	6.60元	6.78元
鸭蛋	新鲜完整	500g	8.00元	8.50元	9.00元	8.30元

豆制品(3种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
豆腐(中)	无包装	500g	3.00元	2.50元	3.00元	4.23元
豆腐干(香干)	散装	500g	7.00元	7.00元	10.00元	8.80元
油豆腐	散装	500g	8.00元	8.00元	10.00元	13.52元

蔬菜类(30种)

品名	规格标准	计量单位	盐仓菜场	机场路菜场	金叶菜场	宁波均价
芹菜	新鲜一级	500g	5.00元	7.00元	8.00元	6.59元
大白菜	新鲜一级	500g	2.00元	3.00元	2.00元	2.34元
青菜(上海青)	新鲜一级	500g	4.00元	5.50元	5.00元	3.85元
菠菜	新鲜一级	500g	8.00元	7.50元	9.00元	6.57元
黄瓜	新鲜一级	500g	6.00元	5.50元	5.00元	5.50元
南瓜	新鲜一级	500g	3.00元	5.50元	5.00元	3.70元
冬瓜	新鲜一级	500g	3.00元	2.50元	2.00元	2.58元
萝卜(白萝卜)	新鲜一级	500g	3.00元	5.00元	2.00元	3.10元
胡萝卜	新鲜一级	500g	4.00元	5.00元	3.00元	4.08元
山药	新鲜一级	500g	10.00元	12.00元	8.00元	8.16元
芋艿	新鲜一级	500g	8.00元	12.00元	10.00元	6.16元
生姜	新鲜一级	500g	12.00元	13.00元	11.00元	10.80元
土豆	新鲜一级	500g	3.00元	4.00元	3.00元	3.24元
茄子	新鲜一级	500g	5.00元	6.00元	6.00元	7.17元
西红柿	新鲜一级	500g	6.00元	6.00元	6.00元	5.41元
青椒	新鲜一级	500g	7.00元	8.00元	8.00元	6.70元
尖椒	新鲜一级	500g	5.00元	7.00元	5.00元	5.97元
四季豆(梅豆)	新鲜一级	500g	9.00元	11.00元	10.00元	10.34元
圆白菜(包心菜)	新鲜一级	500g	3.00元	3.00元	3.00元	3.27元
花菜(白花菜)	新鲜一级	500g	6.00元	6.00元	6.00元	5.62元
西兰花	新鲜一级	500g	8.00元	9.00元	8.00元	6.87元
蒜苔	新鲜一级	500g	9.00元	11.00元	9.00元	9.80元
洋葱(元葱)	新鲜一级	500g	3.00元	2.50元	3.00元	3.28元
小葱	新鲜一级	500g	5.00元	7.00元	8.00元	6.34元
韭菜	新鲜一级	500g	5.00元	6.00元	5.00元	5.57元
茼蒿	新鲜一级	500g	6.00元	5.00元	6.00元	3.53元
生菜	新鲜一级	500g	6.00元	6.50元	5.00元	4.85元
金针菇	新鲜一级	500g	8.00元	7.00元	8.50元	7.86元
黄豆芽	新鲜一级	500g	2.50元	2.50元	2.50元	3.02元
绿豆芽	新鲜一级	500g	2.50元	3.00元	2.50元	2.97元

采价时间:2023年11月6日
发布单位:定海区“菜篮子”工程领导小组办公室