

# 陈阿姐“零元缝补铺”开了20年

## 72岁的她说，缝纫机要“哒哒哒”踩下去

### 凡人星事

记者 王博  
通讯员 王朝武 许瑶瑶

在高新区新明街道滨江社区，有这样一位令人钦佩的老人——20年来，她用手中的针线，为邻里缝织出一片温暖天地，以无私的奉献精神，书写着温暖相伴的邻里情。

“哒哒哒、哒哒哒……”昨日上午，记者来到位于滨江社区的新明街道社会组织服务中心，看到72岁的陈阿姐正戴着老花眼镜脚踩缝纫机。不一会儿，一件修改完腰身尺寸的T恤就“大功告成”。站在一旁的居民陈佩娟接过T恤，一边对着镜子试穿，一边赞不绝口：“陈阿姐，谢谢你，这件衣服改得真棒！”

陈阿姐年轻时曾在服装厂当缝纫工，练就了一身好手艺。退休后，她无意间了解到，不少老年居民因眼睛看不清、手脚不灵活等原因，缝补衣物很困难。于是，陈阿姐就想利用自己的手艺，为大家提供方便。



陈阿姐正在缝补衣物。

(王博 摄)

在滨江社区的支持下，陈阿姐拥有了一个约10平方米的“工作室”。一台缝纫机、一张桌子、一把椅子、一箱针线，便是她所有的行头。

每周三上午，陈阿姐总会出现在社会组织服务中心，免费为居民缝补脚、换拉链、改尺寸；每月

18日，她会风雨无阻地参加社区组织的志愿服务活动，和其他志愿者一起为小区居民提供磨菜刀、修雨伞、公益理发、理疗按摩等服务。

“陈阿姨，孩子校服拉链坏了，请您帮忙缝一下”“这条裤子

裆部破了，帮我补补”……面对居民的求助，陈阿姐总是乐呵呵地答应。“这些都是举手之劳的小事。”陈阿姐直言，大家来找她，是对她手艺的认可，她很享受缝缝补补带来的快乐。

一传十，十传百，陈阿姐的免费“缝补生意”日益红火，最多的时候一天要缝补近30件衣服。

令人感动的是，缝补所用的针线，陈阿姐一直自掏腰包采购。面对出于感激想给她手工费的邻居，她总是微笑着婉拒。

如今，随着年龄的增长，陈阿姐虽然减少了其他活动，但20年来这项志愿服务从未间断。邻居心疼她，劝她“好好休息”。她却总是说：“咱社区老人多，缝缝补补的需求量大，周边又难找缝补摊，既然我擅长这门手艺，就能帮则帮呗。”她眼神坚定地说，只要身体允许，这台缝纫机，她要“哒哒哒”踩下去……

如今，在她的感召下，社区还有几名会缝补手艺的居民也加入这项志愿服务活动，与她一起为邻里提供免费缝补服务，共同托起这份温暖邻里的爱心。

## 2025年宁波城区普高中职招生计划发布



详情扫二维码



## 一波雨水正在赶来

### 未来十天宁波进入多雨期

本报讯(记者孙肖)据市气象台最新预报，受低涡东移、西南暖湿气流增强影响，这两天我市将迎来大范围阵雨或雷雨天气，过程累计雨量显著，并伴有短时强降水、局地7~9级雷暴大风等强对流天气。这标志着未来十天宁波进入多雨期。

昨日白天的天气已初显端倪。虽然全市以多云到阴为主，仅局部出现短时小雨，但湿度居高不下，体感闷热。江北站的31.8℃成为宁波昨日最高气温，不过，与丽水的云和(34.8℃)、景宁(33.6℃)相比，仍显温和。与此同时，绍兴、杭州、衢州等地已遭遇明显降雨，其中绍兴雨势最为强劲，预示着降水带

正自西向东推进。

昨夜起雨势全面升级。今日白天，浙西和浙北地区部分有中到大雨，杭州南部、衢州大部、金华西北部等地将遭遇暴雨甚至局地大暴雨，强对流天气风险增大。宁波全域也将被降雨覆盖，5月18日至19日短暂出现“北晴南雨”分化——中北部阴到多云，南部偶有阵雨，但5月20日起又将回归“雨日主场”。

在雨水持续打压下，今起至周日，宁波最高气温将回落至24℃至28℃区间。但受湿度持续高位影响，体感仍显闷热。好消息是5月18日、19日将迎来短暂降雨间歇，接着又将重启“每日有雨”模式。

### 暖新闻

## 小区保洁员身患重病陷入困境

### 暖了!3天大伙捐款7万多



物业保洁主管把业主捐的爱心款交给老李妻子。(陈结生 摄)

记者 陈结生  
通讯员 罗彪 王溪

“我捐1000元，祝老李早日康复!”“这600元是我两位朋友让我转交的”……日前，在江北区外滩街道日湖琴云小区网格员内，一则为身患重病的小区保洁员老李募捐的倡议书，点燃了众多小区业主的爱心，他们纷纷伸出援手。

原来，今年4月上旬，日湖琴云小区的保洁员老李常常感觉咽喉疼痛，吃饭无法下咽，去医院检查被确诊为食管癌晚期。这个诊断结果犹如一座大山，压得这个普通家庭喘不过气来。老李的家人四处借钱，但治疗费用依旧存在较大的缺口。老李患病的信息在小区里不胫而走，许多居民不禁回忆起老李十二年来在小区工作的点点滴滴。不论炎炎夏日的还是凛冽寒冬，老李始终坚守岗位，守护着小区的环境卫生。

保洁主管王大姐得知老李一家正在为医疗费发愁，与单位领

导商量后在业主群发出了为老李募捐的倡议。小区业主陈女士以前每日下楼倒垃圾时都会与老李闲谈几句，近期因一直不见老李上班而纳闷，听说老李患病的事后十分挂念，第一个为老李捐助了1000元。另一名业主骆女士更是慷慨解囊，捐出了3000元。她说，老李平时工作很辛苦，也很卖力，希望他这次能挺过难关。

就这样，一个个微信红包在业主群里发出来，据统计，三天共有175户业主捐款，爱心款总计72906元。老李的妻子卢女士拿到爱心款时，忍不住落下眼泪，不断地感谢所有关心老李的业主。她表示，是小区业主的爱心给予这个陷入绝望的家庭战胜困难的勇气和力量。

卢女士告诉记者，之前他们夫妻俩都在日湖琴云小区从事保洁工作，现在因老李生病了需要人照顾，她也只好辞掉了工作。经过第一阶段的治疗后，老李目前正在子女家中休养。下一步，日湖社区将为老李申请医疗救助，帮助这个家庭渡过难关。

### 民生

## 为老年人留存珍贵记忆意义深远

王军荣

在5月15日“国际家庭日”来临之际，余姚市南雷里社区活动室，举办了一场特殊的公益活动——“岁月影册留存计划”。该活动由余姚市民政局主办、余姚市吸力社会工作服务中心承办，一支由专业摄影师、社工、志愿者组成的服务团队，运用影像技术为老年人留存珍贵记忆(5月15日《宁波日报》)。

“岁月影册留存计划”为老年人留存珍贵记忆，意义深远。对老年人而言，过往岁月留下的亲情、友情，以及工作中的奋斗历程与点滴，都是无比珍贵的精神财富。然而，依靠他们自己留存这些记忆存在诸多困难。如今，在专业服务团队的协助下，这一难题得以解决，老人们也因此获得了一次重温美好记

忆的机会。

报道中的一个细节尤为动人。活动中，一位老人拿出一张泛黄破损的老照片，这是他已故母亲唯一的影像。由于年代久远，照片破损严重，母亲的面容几乎模糊不清。摄影志愿者随即运用专业修图技术，仔细修复照片折痕、填补缺失细节。随着修复工作的推进，照片中母亲的面容逐渐清晰，恍若时光倒流，岁月重现。老人颤抖着接过修复好的照片，不禁潸然泪下。这里修复的不仅是照片，更是跨越时空的情感连接，让亲情的力量得以延续。

“岁月影册留存计划”这项公益活动，为老年人留存珍贵记忆，不仅体现了对个体的关怀，更彰显了对社会的责任，既让老年人的晚年生活更加幸福，也为老龄化社会增添了充满人文温度的色彩。

(欢迎投稿，来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com)

# 医保AI智能服务体“甬保儿”上线

## 不会说普通话、不会打字的人也能轻松驾驭

本报讯(记者李睿清 通讯员孙雁冰)日前，宁波医保AI智能服务体“甬保儿”正式上线，市民办理医保服务事项有了新帮手。据了解，“甬保儿”是一个集人工智能、数字技术、智能客服于一体的创新智能服务体，内置知识库拥有600多个常见问题和近5000个扩展类似问题，覆盖所有医保高频服务事项。其语音与文字交互功能，可实现24小时政策咨询、业务办理的“拟人化”沟通。该服务项目的启动，标志着我市医保服务正式迈入“智能交互”新纪元。

“医保政策、业务复杂多元，此前我们虽上线了‘医保工具箱’帮助市民办理事项，但随着内容、功能的增加，‘工具箱’变成了‘工具间’，不少市民反馈操作时不知从何下手。”市医保局相关负责人表示，“甬保儿”AI智能服务体则扮演“管家”角色——市民只需输入问题或需求信息，“甬保儿”便可自动奉上所需的政策解读和办事链接。

目前，“甬保儿”搭载了两大AI引擎，可以自动串联三条上下文逻辑，并实现自动纠错，对于数据库中未涉及的问题，还能支持联

网搜索。“医保政策、业务解读和办理对语言的准确性要求很高，普通市民较难精准表述需求，通过这种方式，‘甬保儿’不仅能快速响应，而且回答准确率大幅提高。”市医保局相关负责人表示。

同时，为更好地服务海岛、山区等偏远地区的老人和在甬生活的外国友人，“甬保儿”AI智能服务体支持普通话、宁波话、英语等18种语言。一些不会使用普通话或不会用手机打字的医保用户，可以通过语音对话的方式获得医保服务。此外，“甬保儿”AI智能服务体还将长期保存对话记录，方便用

户“随用随查”。目前，“甬保儿”医保AI智能服务体已登录宁波“医保工具箱”。有需求的市民可通过微信搜索“医保工具箱”，点击悬浮窗上的“甬保儿”图标即可操作使用。

“我们希望‘甬保儿’能打破时间与空间的限制，让群众足不出户就能享受高效便捷的医保服务。”市医保局相关负责人表示，下个阶段医保部门将继续完善“甬保儿”医保AI智能服务体，加快民生服务数字化转型，让改革成果惠及每一名参保人。

# “写诗是苦日子里的一颗糖”

## 上过央视春晚的“外卖诗人”来宁波了

记者 周晓思

前日上午，象山县新时代文明实践中心迎来一群特殊的客人，十几名身穿制服的外卖员暂时搁下忙碌的送餐工作，在此齐聚一堂。被称为“外卖诗人”的王计兵带着他的新书《手持人间一束光》，来此分享他的创作故事与人生感悟。

王计兵曾因身着外卖服装登上央视春晚舞台而走进全国观众视野。在来象山之前，他还在宁波书城与众多读者畅谈“诗与远方”。“生活给了我多少风雪，我就能遇到多少个春天!”这句在2025年央视春晚舞台上引发无数人共鸣的话语，再次在现场回荡。

他在宁波的两场分享活动传递着平凡人对文学的热爱与追求。现场王计兵还接受了记者采访，坦陈自己创作背后的故事与心路历程。

这位来自江苏徐州、现居昆山的57岁外卖骑手，已是中国作家协会会员。在过去7年送外卖的日子里，他骑行16万公里，利用等候用餐的间隙，创作出6000余首诗，其作品被新华社、人民日报、央视等上百家媒体报道，已出版《赶时间的人》《我笨拙地爱着这个世界》《低处飞行》等诗集，曾获江苏省第八届紫金山文学奖诗歌奖等荣誉。

当被问及为何选择写诗时，王计兵直言：“我喜欢写作，诗歌更适合我碎片化的生活。”从15岁出门闯荡到如今57岁，他坚持写作长达37年。

他在现场分享时提到，早年没钱买书，收废品得来的旧书旧报成了他的精神食粮；没有稿纸，烟盒、包装纸就成了草稿纸。如今的他灵感一来，便拿出手机进行语音留言，闲时再整理



王计兵(前)与外卖员合影。

(宁波书城供图)

成诗。

“是什么支撑您在忙碌奔波的生活中持续创作?”面对记者的提问，王计兵坚定地说：“是爱好，爱好会支撑生活。如果说送外卖的生活真的苦，那么，写诗是苦日子里的一颗糖，它让我感受到生活的甜蜜，因为喜欢产生力量。”

在平衡外界关注与内心创作节奏方面，王计兵有着自己的坚持：“写好作品，做真实的自己，真实是最好的一种表达方式。每个人的生活是不同的，但是，我们能从不同生活中找到相同的关于幸福的话题，这是最好的。”

当被问到是否觉得现在的身份离劳动群体远了，他谦逊地说：“没有，我只是一名普通的

文学爱好者，坚持了下来，仅此而已。”

对于同样热爱文学创作却因生活忙碌而无法实现梦想的普通人，王计兵真诚地建议：“首先要把日子过好，梦想太大会拖垮人生。如果我们把梦想缩小成一个爱好，并且坚持下来，就会从中找到快乐。当我们把这种爱好坚持得足够久，它就会自然而然地生长成梦想，这种过程才是追求梦想的最好方式。”

在活动现场，王计兵还分享了他的家人与自己创作的故事。他回忆，年轻时他废寝忘食地写作，父亲曾烧了他20万字的小说。1993年他与妻子结婚时，全部家当仅有81斤小麦。妻子也曾反对他写作，直到2019年获奖后，他才敢公开创作。“现在只要我在写作，

家人走路的声音都会变得很轻。”他笑着说。

对于新作《手持人间一束光》，王计兵介绍，这本书是他外卖骑行生活的真实写照，诠释着底层劳动者的“诗与远方”。尽管如今送外卖变成了他的“业余爱好”，但他仍坚持在这条路上寻找灵感：“我始终是劳动者群体的一分子，我需要并且喜欢这种状态。”他表示，会继续在文学道路上前行，不仅专注诗歌，还开始投入散文创作。

王计兵的宁波之行，不仅是文学交流活动，更是一堂关于坚持、热爱与生活的生动课程。王计兵用自己的故事告诉宁波的读者，即便身处平凡，只要心怀热爱，就能在生活的缝隙中，“手持人间一束光”，照亮属于自己的诗意人生。