

宁波启动长期照护师中级认定考核

长护人才培养评价体系构建迈出关键一步

本报讯（记者李睿清 通讯员英瑛 甬医保）手部消毒、温水冲管、鼻饲喂食……昨天上午，全省首场长期照护师中级工（四级）职业技能等级认定在宁波卫生职业技术学院举行，这也标志着我市长护人才培养评价体系构建迈出关键一步。据悉，我市是全国首批、全省唯一的长护险试点城市。

本次中级认定考核分为理论知识和实操技能两部分，实操环节共设4个考核模块。共有82名考生参加，其中90%为一线护理人员。年龄结构上，45岁及以下考生占比超过60%，年轻化趋势明显。

与初级工相比，中级长期照护师需掌握更复杂、更专业的照护技

能。据医保部门工作人员介绍，中级工不仅要熟悉基础生活照料，还要具备基础护理、对症处理、功能维护、心理照护等综合能力。“比如管饲照护、预防坠床和跌倒、发现咳嗽或便秘时的应急处理，都是中级工必须过关的硬功夫。”

技能要求的提升，源于失能人员及家属日益增长的现实需求。来自宁波易得康护理服务公司的考生王翠引对此深有体会。公司服务的1200名失能老人，有不少带着鼻饲管、导尿管，部分家属明确提出，希望护理员具备相应的专业能力。“考取中级证书后，我们的服务范围更广，也能让老人和家属更放心。”

目前，宁波全市长护险参保人

数已达849万人，累计超5.4万人享受长护待遇。此次中级职业技能等级认定落地宁波，不仅能提升失能人员的获得感，更能有效推动长护险提质扩面。

“考试发的是证书，更是信号。它向全社会证明，照护不是‘伺候人’，而是一项需要专业知识、技能支撑的工作。”宁波卫生职业技术学院校长金利泰说，“标准化考试建立起的职业规范，有助于打破社会偏见，吸引更多人才投身这行，为破解‘一人失能、全家失衡’的社会难题提供专业人才保障。”

王翠引证实了这一点。她所在的公司，持长期照护师技能等级证书的护理员占比已达20%。“有证

之后，每单服务价格会上调，公司还会优先派单，收入明显提升，现在大家的考证热情很高。”

据统计，目前宁波全市持长期照护师相关技能等级证书者共1277人。面对庞大的失能群体，这支专业队伍仍需壮大，而中级考核的启动无疑是一个良好开端。

“以考促培、以标立规，既为行业树立质量标杆，也为护理员打通职业上升通道。只有当更多人看到前景、愿意走进来、留下来，长护险才能真正行稳致远。”市医保部门相关负责人表示，未来，宁波将继续推动长护险制度转型升级，以更专业的人才、更温情的服务，为全市失能人员撑起一张有温度的保障网。

下周开学,交警提醒

这些校园周边易堵路段

早晚高峰注意绕行

本报讯（记者王晓峰 通讯员 閻元成 徐莹莹）9月1日起，我市幼儿园、中小学将全面开学。受接送学生车流与通勤车流叠加影响，市区将迎来“完全体”早晚高峰。昨天，记者从宁波交警处获悉，公安交管部门已提前部署“护学模式”，并发布出行提示。

宁波交警研判，下周起，部分校园周边道路将出现时段性、区域性拥堵，具体路段如下：海曙区：中山西路（解放路—环城西路）、通途路（机场路—永丰桥）、柳汀街（长春路—解放南路）。江北区：清河路、清湖路、新马路、育才路、天沁路、榭嘉路、丽江路、外环东路、宁沁路、洪都路。鄞州区：麦德龙

路（钱湖北路—一天童路）、泰安中路（前河路—学士路）、建兴西路（江宁路—王隘路）、学府路（日丽东路—泰康东路）、沧海路（鄞县大道—四明东路）、徐戎路（通途路—曙光路）。

“大家早晚高峰期尽量避开校园周边道路出行。”宁波交警相关负责人表示，根据往年开学季交通运行规律，早高峰7:30—8:30、晚高峰17:30—18:30是校园周边车流量最集中的时段，建议市民错峰出行，绕开学校密集路段。

为应对开学后交通压力,宁波交警已全面开启“护学模式”,落实“一校一策”,科学设置“护学岗”;动态优化信号灯配时和路口管理;严查不礼让斑马线、违法停车、闯红灯、超速及“黑校车”等交通违法行为。

不负热爱

他们把平凡活成高光



“今天我发布”宣传海报。（资料图）

记者 沈莉萍

近日，“榜样在身边·今天我发布”敬业奉献道德典型专场发布会在慈溪技师学院举行，三名道德模范代表讲述了干一行爱一行精一行的亲身经历。该发布会由宁波市政府新闻办主办、市文明办协办。

“趁年轻，去打磨，去闪耀！”这是慈溪市道德模范、慈溪技师学院教师周烽的自信。

今年23岁的周烽，与金属构造的缘分早已埋下。5岁时，他便对机械零件充满好奇，拆解、重装儿童自行车成了他的乐趣。中考后，他进入慈溪技师学院，开始接触建筑金属构造。四年里，他每天在实训台训练超过10个小时，寒暑假几乎无休。火星溅入眼睛，他咬牙坚持；单手焊接时手臂悬空数小时，肌肉颤抖也从未懈怠。2024年，在法国里昂举行的第47届世界技能大赛上，周烽为中国捧回建筑金属构造项目的首金。如今他回到母校任教，“要让更多人看到技能的价值，在技能成才的路上走得更远。”

“岛上的灯，一盏都不能灭。”这是宁波市道德模范、国网象山县供电公司鹤浦供电所所长李永军的承诺。

26年来，他走遍岛上每寸土地，手机里存着几千个村民的电话，随时随到。2012年台风“海葵”导致全岛电网瘫痪，他带队员在狂风暴雨中抢修三天三夜。2015年夏夜，他为挽救价

值近亿元的虾蟹塘，冒险乘渔船登岛抢修至深夜，返航时渔民自发用30多束手电筒光照亮了他回家的路。他牵头建立1300余份养殖户用电档案，组建宁波市首个养殖户用电微信群，实现“群里喊一声，方案快速达”。他还与宁波大学联合研发“物联网水质监测系统”，通过数据采集分析实现增氧设备自动启停，让养殖户足不出户管理鱼塘，降低养殖风险。从“救火队员”到“电保姆”，李永军不仅点亮了海岛的灯，更照亮了产业发展的路。

浙江省道德模范、中国石化镇海炼化公司顾问章剑波板房办公、滩涂为家，年复一年，在滩涂之上为现代工业的星辰大海努力。

从2006年浙江首套百万吨大乙烯工程奠基，到2024年镇海基地二期项目高标准机械竣工，章剑波已在滩涂上奋战34年。他带领团队管理节省建设资金30多亿元，创下12项世界纪录。2021年，他统筹近3万人“大兵团”协同作战，将工期提前6个月，建起国内数字化应用最广的石化基地。他还力推数字化转型，仅工程结算效率就提升近十倍。

“不要惧怕荒芜，要敢在没人走过的路上起步。”章剑波对现场的大学生说。

三位发布人讲述的奋斗故事，让慈溪技师学院学子深受触动。同学们纷纷表示：“周烽让我们相信学技能也能成才”，“以前觉得榜样很远，今天活生生来到面前，敬业、奋斗这些词一下子有了‘烟火气’。”

岩壁上的花季

记者 龚旭琪 张芯蕊
实习生 张琦玥

日前，2026年世界攀联亚洲青年杯在江西全南落幕。宁波小将王沐易在攀岩项目女子U15组比赛中夺得冠军。

从5岁第一次走进攀岩馆，到9岁完成高难度野外攀岩线路“中国攀”，再到如今站上亚洲赛场，13岁的王沐易已经在岩壁上奋斗了8年。

亚青杯是由世界攀岩联合会亚洲理事会主办的全新赛事，同时也是继欧青杯之后的第二个洲际青少年攀岩系列赛事。

在这个暑假，王沐易还参加了全国青少年U系列攀岩联赛（河南万仙山站），拿下攀石、难度两个项目女子U15组的冠军，及全能项目第一名。随后，她又在全国青少年U系列攀岩冠军赛女子U15组中获得攀石冠军和难度亚军，展现出惊人的实力。

“能上的地方都想上，别的小孩上不去的地方她也能上。”王妈妈回忆，王沐易一岁左右时，家里为了防止她爬上楼，在楼梯口专门设置了一道一米多高的阻挡物。没想到拦了一个多星期，王沐易竟翻了过去。当时她妈妈找不到孩子，最后却发现她已经到了楼上。为了防止这个小家伙到处攀爬，王沐易家里特意定制了防盗窗。

2018年，5岁的王沐易第一次真正接触攀岩。教练很快发现了她在这项运动上的天赋。2020年，她第一次参加正式比赛，就拿到了全国冠军。此后，在教练指导下，王沐易开始进行系统性

训练，攀岩成为她日常生活中不可或缺的一部分。

让更多人真正记住王沐易的，是她9岁那年，在广西阳朔完成高难度野外攀岩线路“中国攀”。如今回忆那次挑战，她印象最深的并不是最终成功的那一刻，而是此前一次次失败。曾经两次爬到只剩最后两个动作，却没能抓住岩点，只能从头再来。

不断掉下来，再攀上去。几年过去，这依然是王沐易面对攀岩最熟悉的方式。

这些年，“有天赋”是外界评价王沐易时经常出现的一个词，对此，她说：“天赋肯定是有，但还是需要更努力，因为年龄大了，天赋占比会越来越小。”

目前，在没有比赛时，王沐易通常每周训练4次，每次两三个小时。与一些同龄竞技攀岩选手相比，王沐易的训练时间只有对方的二分之一或三分之一，因为现阶段，她仍然把更多时间留给学习。“我们不一定要把她培养成职业运动员，读书还是很重要的。”王妈妈说。

对王沐易来说，上学、写作业和训练构成了日常生活的大部分。外出比赛落下的课程，她会自己补网课，试卷和作业带在身边，利用坐飞机、高铁的时间写作业，但她已经习惯了这样的节奏。

谈到训练之外的爱好，她想了想，“很少”。甚至有时到外地参加比赛，本来想出去逛一逛，“逛到一半又会觉得，还不如去攀岩。”

王妈妈也不希望把这份喜欢



王沐易在比赛中。（组委会供图）

变成负担。“有节制地爬，说不定兴趣更长久。”这也与王沐易的想法不谋而合。当被问及坚持攀岩这件事有多少是自己的选择，她回答得很快，“百分之百。如果别人逼你去做，你会对自己喜欢的东西失去兴趣。”

对于未来是否走职业道路，她并没有急着给出答案：“我还小，可以走一步，看一步。”王沐易补充道，“现在肯定是想拿奥运会冠军。”

微改造令老院焕新

住户休闲唠嗑有了惬意庭院



邱隘镇镇北社区官房27号庭院微改造后的样子（陈洁 张子琪 摄）

改什么、怎么改，居民也参与其中。大家一起讨论改造方案、打扫卫生。有些东西要更新，也有些老物件大家一致决定留下，比如院子里的5口老水缸。

考虑到老院周边弄堂较窄，在消防队指导下，5口水缸保留了储水功能，若遇到初期火情时，可利

用其中储水配合灭火器进行处置。经过整理，大家在水缸里养了鱼、种上水生植物，做成一处小景观。

7月25日，官房27号庭院微改造正式启动，总投入约2.5万元。除了创投赛奖金外，其余资金来自居民自筹和辖区企业捐赠。

改造从居民每天看得见、用得

到的地方入手。对老旧电线加装套管进行安全处理，墙边约8平方米的杂物堆放区域被清理出来，种上绿植。修整老旧洗衣机，废弃泡沫箱换成统一花盆，斑驳墙面重新美化。

一个多月里，院内约20平方米公共空间里，新增6盏灭蚊灯、2组花坛，添置了1张新桌子和4把椅子。

从改造开始，62岁的陈春娥就跟着大家一起忙碌。院子收拾好了，她又与另外5名居民一起成了首批“院落主人”。

6名居民通过认养绿植与鱼参与日常管护，负责浇水、修剪花木、喂鱼、换水等。陈春娥每周给花草浇水3次至5次，修剪花木1次至2次。

“这个院子大家住了这么多年，哪里不方便，我们自己最清楚。”陈春娥说，“就在自己家门口，顺手就做了。大家一起管，院子的清爽才能一直保持下去。”

如今，新添置的桌椅附近成了老人们最常聚集的地方。“老院改造不只是把环境收拾漂亮，更重要的是让居民一起参与、一起维护。”镇北社区党委书记李栋利说，经过这场微更新，老院有了更加舒适、安全的居住环境。

凌晨一点的“点名”接生

记者 陈敏
通讯员 郑瑜 杨腊香

几天前，凌晨一点多。宁波大学附属人民医院（鄞州人民医院）产房外，120急救车的蓝光还在闪烁。董女士被推进来时，宫缩的疼痛让她整个人蜷成一团。“周红娜老师今天上班吗？我希望还是由她来帮我接生！”董女士说。

电话打过去时，周红娜躺下不久。55岁的年纪，睡眠本就浅。看到科室群里“胎头高浮，有肩难产风险”的消息，她还是选择出门。

产房里，周红娜换好手术衣，几步走到床边，蹲下身，握住那只因用力而青筋凸起的手，“别怕，我在。”

声音不高，却稳稳地落进董女士心里。她指导产妇采取床边坐位，利用重力帮助胎头下降，嘴里一遍遍进行呼吸引导。半小时后，胎头顺利下降，一个重八斤多的男婴平安降生。

董女士眼眶湿了。九年，三次分娩，每一次，都由周红娜接生。

2017年生第一胎，一百多公

斤体重的她产程拖了十几个小时，她痛到哭着要剖。周红娜蹲在她身边，轻声却坚定地劝：“剖宫产刀口容易脂肪液化。你的骨盆条件完全可以顺产，我生一次。”那天，她女儿顺产。2019年生二胎，胎儿脐带扭转多圈，周红娜守在胎心监护仪前寸步不离，严密监护下又一次助她平安顺产。

这份“非你不可”的信赖，在周红娜37年的助产生涯里并非孤例。她遇到过三对“两代人认准同一位助产士”的家庭。最奇妙的一段缘分，甚至延续到了她自己带出的“徒弟”身上。

1994年秋日的一个清晨，女孩徐佳唯在鄞州人民医院降生，接生医师栏签着“周红娜”。二十多年后，徐佳唯考入该院成为护士，妈妈翻出一张泛黄的出生证明，让她去产房找周红娜。时隔二十多年重逢，两人拿着一遍遍进行呼吸引导的纸，笑了很久。

1990年从原宁波卫校毕业至今，周红娜在产房守了整整37年。中专毕业考大专，大专读完续本科。她总结：“产妇把两条命交到你手上，你懂得越多，她们就越安全。”

记者 张子琪
通讯员 陈洁 杨蕴能

“我们的小院现在交关美，大家一起种花，有事没事在这里唠嗑，惬意得很。”前日，在邱隘镇镇北社区官房27号庭院内，居民陈春娥笑着说。几名老人围坐在新添置的桌椅旁喝茶、聊天，四周的花坛绿意盎然。

官房27号，是一处老式合围民居，目前居住着约30户、60名居民，其中75岁以上老人4名，年龄最大者83岁。这个院子不大，却是居民每天进出的必经之地。

随着时间流逝，老院子部分墙面斑驳破损，墙角杂物长期堆放，老旧电线存在安全隐患，洗衣台等公共设施逐渐老化。居民用废弃泡沫箱栽种花草，大小不一的花盆散落在院内，也挤占了原本有限的公共空间。

今年6月，镇北社区将老旧庭院微改造项目带上邱隘镇第三届48小时社会分类治理“微项目”创投赛的路演舞台。经过集中共创、导师指导和现场路演，该项目获评“邱隘·SEED”同行共进卓越奖，奖金2万元。

一个多月后，“微改造”方案开始从纸面走进现实。