

宁波社区精神卫生 “一站式”门诊实现全覆盖

涉及157个乡镇(街道),患者告别“配药跑半天、报销跑多门”窘境

本报讯(记者陈敏) 今天是第35个世界精神卫生日。宁波市精神卫生领域传来一个实实在在的消息:宁波已实现社区精神卫生“一站式”门诊全市157个乡镇(街道)全覆盖,精神障碍患者配药、报销不再出社区。

近日,北仑小港街道社区卫生服务中心,85岁的方大妈熟门熟路地来到精神科门诊。她是来给62岁的儿子配药的,儿子患精神分裂症30多年,每两个月配一次药,她为这件事跑了半辈子。

“以前去康宁医院,一大早出门,换几趟公交车,下午才能回到家。碰到雨雪天,真是遭罪。”方大妈家住小港下邵村,每次去医院委实不易。2020年,小港社区卫生服务中心开设精神卫生“一站式”门诊,她终于不用再跑远路。“现在早上出门,坐公交车几分钟就到了。”

据该中心精神科加注医生唐健燕介绍,中心服务的精神障碍患者现有600余人,“一站式”门诊让这些家庭省去了往返城区的奔波。

方大妈的便利,来自宁波十余年持续推动的一项改革。

精神障碍患者规律服药率不



2026年世界精神卫生日科普活动现场。(陈敏 摄)

高,许多患者因交通不便、报销繁琐中断治疗,导致病情反复。这是一个全国普遍存在的难题。

2013年,宁波余姚、奉化等地启动“一站式”服务试点,以“专人、专线、专柜”为核心:精神专科医院医生定期到社区坐诊,社区卫生服务中心开设精神科药物专柜,患者个人医保、大病救助、

残疾补助三个账户实现同步结算。

此后十余年,这一模式持续迭代。1.0版本解决了“有没有”的问题;2.0版本形成“精神科医生+加注医生联合门诊”和远程医疗联合体;3.0版本则实现加注医生独立门诊,基层真正具备了“造血”能力。

迭代的关键在人。

宁波大学附属康宁医院自2015年起开展基层医师精神科加注培训,截至目前共培训297名,成功加注233名,覆盖全市157个乡镇(街道)。

“以前社区医生不敢开精神科的药,患者只能往专科医院跑。现在加注医生独立坐诊,配药、随访在社区就能解决。”唐健燕说。

据了解,宁波社区精神卫生“一站式”模式已写入《浙江省精神卫生条例》第二十三条。

改革成效体现在一组对比中:社区服务患者规律服药率从不足60%攀升至97%;患者及家属满意度从75%提高到95%;2025年全市一站式门诊量近18万人次,较2024年增长12.48%。单次就医时间从平均4小时至6小时缩短至不足1小时。

经济负担同步减轻。享受困难残疾人生活补贴的持证精神残疾人,除医疗救助外,对医保报销后的个人负担部分,门诊给予800元~1000元补助,住院再给予5000元补助。

采访中,多名基层精神科门诊医生表示,“一站式”门诊的价值,就在于把“关注”变成了“日常”。

一城桂香 满甬秋 解锁桂花 绽放的气象密码



保国寺的桂花。



连日来的保国寺古建筑博物馆内的金桂、银桂和四季桂次第绽放。千年古刹处处飘香。(王佳辉 李越 摄)

宁波赏桂地一览

海曙·龙观乡李岙村 “中国桂花之乡”核心区,全乡桂花种植面积6500余亩,李岙村独占千余亩。金桂、银桂、丹桂、四季桂品种齐全。
北仑·西畚村 “浙江桂花第一村”,村内有300余棵百年金桂,树龄最大的超450年。当地桂花茶、桂花饼闻名遐迩。

江北·保国寺 千年古刹与3000余株桂花相映,金桂、丹桂沿山径分布,形成“香林桂雨”景观,是宁波最大的桂花林之一。

海曙·月湖公园 城区赏桂地标,月岛桂花园植有600余株桂花、53个品种,适合市民就近寻香。

鄞州公园 城区热门赏桂点,是市民晨练寻香的好去处。
东部新城生态走廊 桂花缀满枝头,暗香浮动,与城市景观交融,适合散步赏花。

镇海·宁波植物园 专设桂花紫薇园,收集60余种桂花,与紫薇搭配形成秋日景观。

东钱湖·福泉山陶公庵 陶公庵有一棵“千年古桂花树”,为一级保护古树名木,号称“桂花王”。

宁海·大佳何镇葛家村 乡村赏桂代表点位,桂花与田园风光相融,适合自驾前往。

余姚·阳明古镇 古镇桂香与人文气息交织,赏花之余可感受阳明故里秋日韵味。

(孙肖 郑梅迪)

10月4日,宁波正式入秋。这几天,满城桂花仿佛吹响了集结号,迫不及待地酝酿了一整个夏天的芬芳倾泻而出。

桂花又被称为“秋天的信使”,它的准时赴约背后,究竟藏着怎样的气象密码?记者就此采访了宁波市气象服务中心气象学博士张殷宸。

记者 孙肖 通讯员 郑梅迪

温度、湿度、光照:桂花开花的三大气象密码

“桂花开花对温度的要求非常讲究。”张殷宸介绍,在秋季开花前需要有一段低于24℃的凉爽湿润气候,才能促进桂花开花。这也是除了四季桂以外,一般桂花都在初秋开放的原因。

“湿度同样是桂花生长的重要条件。”张殷宸进一步解释道,“如果过于干旱,桂花会延长花期,甚至影响开花质量。相对湿度在75%到85%的条件下适宜桂花的生长和开花。”

俗话说“一场秋雨一场寒”,夏秋转换之交,随着北方冷空气与副热带高压之间的“战场”从华北逐步南下至江南,每一次冷空气的进攻都会伴随一场淅淅沥沥的秋雨,这也给桂花的开放带来了有利

的增温条件。

“桂花作为一种喜阳植物,需要充足的光照才能催发花苞绽放。”张殷宸介绍,因此,每天保持6小时至8小时的充足光照可以有效促进桂花开放,使桂花更加芳香宜人。在冷暖空气“交战”后,秋高气爽、暖阳倾城的天气成为桂花催生的最后一个条件。

张殷宸还指出,秋天的到来总是自北而南、自山而城的。山区由于海拔较高,气温更低,在暮夏时节受几场弱冷空气影响后,即可达到桂花开花的温度条件,催发暗香。而城市受到热岛效应的影响,基础温度高于郊区和山区,因此桂花的开花时间往往迟于入秋时间,在初秋阴雨过后的晴天才会迎来怒放。

千年桂香与十日花期:宁波的桂花底蕴与采摘之道

桂花的种类大抵分为四种:四季桂、丹桂、金桂和银桂。其中丹桂色泽最红,金桂花朵金黄,银桂颜色较白,四季桂则只要满足适宜的温湿条件,春秋两季均可开放。

宁波名胜景点的桂花种植历史可追溯到宋朝年间。北仑区大碇街道西岙自然村至今有300余棵百年桂树,花开时节可收集桂花逾千斤,有“浙江桂花第一村”的美誉。

海曙区龙观乡种有6500余亩桂花,2005年被浙江省农业农村厅命名为“中国桂花之乡”。探访古桂花树的另一妙处,就位于宁波的千年古刹——保国寺。清可涤尘、浓能透远,古刹旁听泉折桂,仿佛千年的时光都凝在这一抹桂香之中。

桂花的花期往往在10天左右,如果碰上连阴雨天气会大大缩短。由于不同区域的气候条件不同,桂花的开放时间往往从9月中旬至10月中下旬,持续时间可达一个多月。有时候冷暖空气势力反复拉锯,气温波动大时,桂花还会反复开放。

桂花在开花的4天到5天里花苞最为饱满,香气最盛,采摘期宜在花期中期。一天之中采摘的最佳时段在清晨,此时气温最低,大气分子运动处于最慢状态,花香受大气湍流运动耗散的量最少,人们感受到的花香也最为浓郁。风干后的桂花,可以用于桂花茶、桂花酒、桂花糕、桂花糖藕等多种食物的制作,将秋天的味道延续至寒冬。

一堂别样的“必修课”

生活垃圾分类“进高校”系列活动启幕

本报讯(记者王嘉彬 实习生江碧盈 通讯员朱享汀) 昨天下午,2026年宁波市生活垃圾分类“进高校”系列活动首站在宁波工程学院风华校区启幕。

高校师生是垃圾分类的主力军之一,本次活动通过经验分享、现场访谈、旧物市集等形式,推动垃圾分类、循环利用理念在高校师生群体中更深入人心。

记者从宁波工程学院获悉,目前,宁波工程学院全校生活垃圾分类日产量约3.7吨,实现了减量化、资源化、无害化处理目标。校内人员对垃圾分类的知晓率达100%,垃圾分类精准率超90%。

从宿舍引导新生做好分类、变废为宝巧用废弃鞋盒改造收纳盒;到食堂后厨将垃圾分类纳入常态化管理,就餐区志愿者现场

指引投放;再到公共区域垃圾站点定点值守、分时段清运,宿舍、食堂、校园公共区域三道防线相互衔接。活动中,学校宿管、食堂、保洁三名校园垃圾分类一线工作者登台,以岗位故事分享了生活垃圾分类的心得。

“我校将紧跟全市生活垃圾分类工作部署,持续优化治理模式,充分调动学生的积极性和主动性,引导广大青年学子将垃圾分类理念内化于心、外化于行。”宁波工程学院后勤综合办李梦莹说。

现场还同步开展了旧物改造、流动回收进校园、环保作品展等活动,让师生们更加直观地感受垃圾分类的重要性。

下一步,宁波生活垃圾分类“进高校”系列活动将持续进行,覆盖全市高校。

趣味课堂走进早教园



昨日,海曙区早教中心内童趣盎然,以“聚力护幼·悦筑童安”为主题的联合安全排查暨趣味安全宣教活动在此开展。(徐能 蔡迪 摄)

在宁波,看见文明中国

有序排队、轻声细语、垃圾入桶……

文明旅游蔚然成风

通讯员 李培妮
记者 孙佳骏

在刚刚过去的国庆假期,秋高气爽,宁波各大景区、文博场馆迎来假日客流高峰。在文旅市场持续升温、游人尽享秋日风光的同时,文明旅游新风悄然浸润各个角落。广大市民游客自觉遵守守礼、礼让互助、爱护环境,绘就了一幅“景美人更美”的假日画卷。

“大宝,咱们先让姐姐拍照。”在丹山赤水景区的晒秋场景前,记者看到,在此拍照打卡的市民游客络绎不绝,大家主动有序排队等候,家长带着孩童经过他人镜头前时弯腰快速通过,相互微笑示意,尽量不影响对方拍照或通行。

深入景区,古村街巷整洁干净,山间步道清爽雅致,不少游客自备垃圾袋,自觉将游玩产生的垃圾打包带走、集中投放,“除了脚印,什么都不留下”的文明出游理念深入人心、成为常态。

针对假期客流激增情况,当地政府和景区提前部署、科学谋划,细化客流疏导、秩序维护方案和应急保障预案,在核心景点、游玩项目、网红打卡点等重点区域增派工作人员值守引导,全方位保障游览秩序安全、顺畅、有序。

在河姆渡考古遗址公园,入园游客自觉有序排队、依次通行,全程秩序井然。园内鹿苑区域氛围温馨治愈,大家近距离温柔互动、文明投喂、规范拍照,不追逐、不惊扰动物,人与动物和谐共处,画面温馨美好。

王阳明故居、余姚博物馆等文博场馆内,文明观赏氛围浓厚。参观游客轻声缓步、低声交流,自觉爱护文物、不触摸展品、不随意攀爬,静心感悟历史文脉、感受文化魅力。

与此同时,阳明古镇各类国庆特色节庆活动轮番上演,吸引了众多市民游客前来打卡体验。大家有序驻足观看、文明参与活动。火热的文旅消费场景与文明和谐的出游风气相辅相成,让当地假日文旅市场既有“热度”,更有“温度”。

民生

25本日记,把爱“说给你听”

郭元鹏

“我最大的愿望,是能在梦中经常遇到你……”日前,镇海蛟川街道炼化社区小柏长者照护中心内,88岁的陈秀康又如往常般,打开了一本日记。映入眼帘的这句话,是陈秀康亲笔写的。

每次看到,他都会眼眶泛红。这样的日记,陈秀康已写了25本,收录了3000余篇文章,总字数达622万字(据《宁波日报》10月9日民生版)。

老一辈的爱情,向来朴素又纯粹。陈秀康与妻子郑淑香,缘起于简单的介绍,婚前寥寥数次相见,没有盛大的仪式与华丽的辞藻,一纸婚书便注定了一生的牵绊。漫长的军旅岁月里,聚少离多是常态,万水千山隔不断二人的心意,一纸书信承载着彼此的晨昏冷暖、四季日常,平淡的字句里,藏着最真挚的相守初心。

岁月安稳最是难得,可离别总在猝不及防降临。满心的牵挂与琐碎的日常无处诉说,老人

便拿起笔墨,开启了一场漫长的隔空倾诉。

这些日记,是最赤诚的心意安放。三餐烟火、家人近况、街巷变迁、四时风物,还有藏在时光里的细碎回忆,都被老人一一落笔记录。

时光会冲淡记忆,却带不走刻骨铭心的深情。年岁渐长,老人难以日日执笔,便一遍遍翻阅成册的日记。泛黄纸页间,模糊的过往渐渐清晰,那些未曾说出口的牵挂、来不及倾诉的家常,都被文字妥帖珍藏。他婉拒所有劝慰,坚守着心底独一无二的身影,这份执念,无关固执,只为初心不负。

最好的爱意,不是一时的轰轰烈烈,而是经年累月的不离不弃。二十五本日记,字字皆是深情,页页皆是余生。这场跨越十余载的笔墨告白,让我们懂得,真正的挚爱,藏在平凡日常的坚守里,藏在岁岁年年的惦念中,温柔且有力,朴素亦抵岁月漫长。

(欢迎投稿,来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com)



腌制糖桂花。(孙肖 许天长 摄)