

社保怎么缴、退休拿多少,他们帮你算清楚 宁波首批社保规划指导师上岗



本报讯(记者李睿清 实习生田鸾璐 通讯员任社)昨日上午,“社保服务进万家”活动宁波启动仪式在“甬爱之城·城市微光”新就业群体党群服务中心举办。活动现场颁发“社保规划指导”专项职业能力证书,标志着我市首批229名社保规划指导师正式“持证上岗”。

据悉,社保规划指导师主要为群众提供参保类型适配建议、缴费规划及养老金测算等服务。首批人员多来自村社街道、社银网点、企业人力资源部门等与劳动者联系最密切的一线。

淘宝网购平台骑手王继雷当骑手已有七八年,他明显感觉到身边兄弟对社保的看法正在改变。“我们风里来雨里去,缴社保就是买安心。很多骑手其实想参保,但因为不了解政策,第一步就被拦住了。”他说,骑手们工作繁忙,很难专门找懂行的人聊,网上的信息又真假混杂,心里难免有顾虑。

创业者缴纳社保时也会遇到难题。宁波翊慧企业管理咨询有限公司创始人奕冬坦言,此前她为员工缴纳社保时曾遇到阻力:“年龄大的觉得半路参保待遇低、不划算,年龄小的则觉得一时半会儿用不上。我们常常要费很大一番口舌解释。”

类似困惑并非个例。人社部门



新业态劳动者正在咨询社保政策。

(通讯员供图)

工作人员告诉记者,社会保险类别多、政策较复杂,近年来又出台了不少新规,部分劳动者对社保政策了解不全,容易产生误解,在一定程度上影响了参保积极性。

社保规划指导师能有效打通社保政策服务“最后一公里”。他们上岗后,原本得专门跑经办机构问的事,在驿站、网点、村社、车间就能及时得到可靠解答;量身定制的参保建议和待遇测算,让“缴多

少、将来领多少”一目了然;还能把劳动者的需求和问题收集起来,反馈给人社部门,为优化参保服务提供参考。“误解少了,顾虑消了,群众主动参保意愿持续提升。”该工作人员说。

作为首批社保规划指导师的一员,奕冬的感受更为明显。“现在要缴多少,退休后能拿多少,万一发生职业伤害,能获得什么保障?这串数字往员工眼前一摆,很多人

立马懂了。”她说。

社保是事关民生福祉的兜底防线。随着宁波各类业态发展,如何让更多人了解社保、愿意参保,是一道需要用心回答的民生课题。首批社保规划指导师持证上岗,正是一次贴近群众的尝试。市人社部门相关负责人表示,未来将吸纳更多“群众身边人”加入这支队伍,让社保政策更精准触达广大劳动者。

暖新闻

从一个人到一群人 “毛衣奶奶”的爱心衣物 又发车了

记者 王佳辉
通讯员 杨易超 方丹

秋意渐深,大爱愈浓。中国好人、“毛衣奶奶”韩翠菊再次出发了。

10月13日,在江北区庄桥街道滨江社区“慈爱”编织工作室内,韩翠菊正与社区、徽商银行的志愿者一道,为毛衣别上手工钩织的胸花并装袋打包。

这批爱心毛衣共80件,连同用工作室义卖所得购置的80双手套,当天启程发往四川省凉山彝族自治州越西县山区。

今年是韩翠菊坚持公益编织爱心毛衣的第21个年头。自2005年开始为困难群体公益编织御寒毛衣以来,她将温暖倾注于一针一线,和她的团队一起送出爱心毛衣3000余件。

即使已91岁高龄,韩翠菊仍拿着棒针和毛线亲力亲为:“我和侄女分工,她织身体部分,我织领口和衣袖,一有空就织。山里冷,多织一件,就多一个孩子穿得暖。”

与往常不同的是,这次又一位“中国好人”加入了她的“公益圈”——江北区女企业家协会成员、在庄桥老街经营依木家纺庄桥分店的刘国娟,也向越西送去了自己的一份爱心。

得知庄桥街道对口协作的越西县乃托镇有8户特困户家庭,

刘国娟带着8套床上用品四件套赶来,希望自己的物资也能随车队一同发车。

据了解,刘国娟曾陆续收养4名孤儿并抚养成人,并帮她们寻亲、成家;常年照顾敬老院老人,连续多年向敬老院捐赠物资;从1981年开始,陆续结对资助32名学生完成学业;在自然灾害、意外事故发生时,第一时间送去物资……

“我是白手起家的,也过过苦日子。看到有人生活困难,能帮的就一定会帮一把。”刘国娟说。

这份公益大爱,也被滨江社区居民、周边学校、爱心企业“接住了”。这次,与爱心毛衣、床上用品一同发车的,还有由居民捐赠、网格员和志愿者挑拣出的100余件秋冬闲置衣物。

“在本年度与安徽蚌埠共同开展的‘甬蚌书舟’童书漂流行动中,我们征集到近500本书籍。”庄桥街道相关负责人介绍,“它们也同步发车,在圆通速递公益支持下发往蚌埠怀远县农村孩子们的手中。”

从韩奶奶21年的坚守,到刘国娟的慷慨同行,再到社区居民、学校师生、爱心企业的踊跃接力……发车的早已不只是一批物资,更是甬城对远方朋友的深情守望。



“毛衣奶奶”(左)和刘国娟(中)正在打包爱心物资。
(王佳辉 杨易超 摄)



一树红柿一树秋

金秋时节,天高云淡。在镇海九龙湖镇横溪村,村道旁、院落边,一棵棵柿树上的果子像一盏盏小灯笼,在秋日暖阳下泛着温润的光泽。

以前村里柿子熟了,村民或是采摘解馋,或是晒成柿饼。现在村里把这些老柿树当成一道风景来打造,让更多人走进横溪村,尝尝属于秋天的香甜。

(沈孙晖 陈莹 章天璐 摄)

2026周信芳戏剧季启幕

本报讯(记者廖惠兰 通讯员张莹)金秋送爽,梨园流芳。昨晚,2026周信芳戏剧季启动仪式在宁波逸夫剧院举行。原创短片《有戏》、“五十流芳 戏韵回响”逸夫剧院建院五十周年回顾展、开幕大戏青春版甬剧《半把剪刀》同步亮相,以经典回望、青春演绎、创新表达的多元形式,拉开宁波为期百日的戏曲文化盛会序幕,持续擦亮“文化强国·宁波有戏”城市文旅品牌。

本届戏剧季致敬与宁波渊源深厚的京剧麒派艺术开创者周信芳,以传承戏曲文脉、培育新生力量、普及传统戏曲为初衷,推动传统艺术扎根城市、走近大众。

同步启幕的“五十流芳 戏韵回响”逸夫剧院建院五十周年回顾展,成为现场一大亮点。展览梳理了剧院1976年建院至今的高光时刻,以百余份珍贵史料,

全景展现剧院从初创求索、革新成长到新时代守正创新的发展脉络。展出的百余件珍贵史料中,不少为首次公开展出。

启动仪式上,本土原创戏曲短片《有戏》正式首发。六分钟的影像聚焦宁波戏曲传承脉络,集结老中青三代戏曲力量,囊括国家级、省级非遗代表性传承人、金桂奖得主与新生代演员。

当晚,青春版经典甬剧《半把剪刀》精彩上演,为本届戏剧季献上重磅开幕大戏。剧目由宁波市甬剧团第八代、第九代青年演员联袂演绎,流畅的演绎、鲜活的表达赢得现场掌声不断。

据了解,本届周信芳戏剧季将持续推出精品剧目展演、解读式剧场、民营剧团展演、户外戏曲嘉年华等系列,为市民奉献上百场惠民演出,让更多市民亲近戏曲、读懂戏曲,共享宁波文化发展成果。

宁波老年节嘉年华举行

本报讯(记者王佳 通讯员甬银轩 实习生叶涛)昨日,宁波科学探索中心内欢声笑语不断,“悦动重阳·活力银龄”2026宁波老年节嘉年华在此举行。

活动由市委老干部局、宁波文旅会展集团主办,宁波市老干部活动中心、宁波健康养老发展有限公司等承办。去年银发市集首次亮相老年节嘉年华,今年在此基础上,集中展示银发经济生态圈建设成果,并融入科技体验,为银龄生活增色。

71岁的陈奶奶在现场体验了一款智能全自动眼底相机。该设备除AI辅助诊断视网膜相关眼病外,还可通过眼底影像评估心脑血管等慢病风险。“设备有语音提示,跟着做就行,蛮方便。”陈奶奶说。相隔不远,76岁的石奶奶在投篮游戏中投中三球,随后前往健康服务区,体验三维电子脊柱测量仪,了解自身脊柱健康状况。

本次嘉年华设置六大主题区域,涵盖智能检测、适老化产品、非遗市集、银发经济等内容。智能检测设备和适老化产品贴近老人日常需求,非遗市集展示传统技艺,银发经济展区汇集各类惠老产品与服务,方便老人了解助老服务、体验科技便利。活动现场还设有表演区和休息区,供老人闲话家常、歇息放松。

在宁波,看见文明中国

奉化85户困难家庭 今年喜提“暖暖的新家”

本报讯(记者陈章升 奉化区委报道组景士杰 通讯员梁媛)厨房内的灶台焕然一新,墙面贴了精美的瓷砖;卫生间有了崭新的抽水马桶,淋浴房也完成升级改造……昨日,奉化区裘村镇马头村村民陈英武看着居住多年的老屋焕然一新,心里感觉暖暖的。

陈英武今年62岁,是马头村的低保户,瘫痪在床多年。平时,他的生活起居由妹妹陈秀娟照顾。“阿哥住的房子房龄超过30年,由于经济条件不宽裕,一直没有修缮。”陈秀娟说,老屋改造前,做饭、洗澡都不方便。

陈秀娟和陈英武的心结在今年得以解开。上半年,陈英武居住的老屋被纳入奉化区“暖暖的新家·一房三居”志愿服务项目。不到3个月,他便搬入装修好的新家。“房屋修缮有补贴,装修时,村干部和志愿者还来帮忙。”陈英武告诉记者。

“暖暖的新家·一房三居”志愿服务项目由奉化区委社会工作部牵头实施,于2024年10月启动。两

年来,该区十余部门联合开展“阳光书房”“适老宜居”“暖新安居”“亮化美居”四大专项行动,为住房困难家庭排忧解难。

家住裘村镇马头村的王贤庆是一名孤寡老人,居住的老屋经常漏雨。“以前,我还能爬上屋顶小修小补,现在上了年纪干不动了。”王贤庆告诉记者,今年,“暖暖的新家·一房三居”志愿服务项目帮他解决了这个难题。

“8月,王伯家正式开启屋顶翻修工作。项目施工人员为其更换房梁,还在屋顶铺设了防水层和彩钢瓦。”马头村村干部陈远骥说,现在,王伯再也不用担心房屋漏水了。

在推进“暖暖的新家·一房三居”志愿服务项目过程中,奉化构建“政府主导、社会参与”的协同服务体系,帮助困难群众改善居住环境。2024年以来,该项目已惠及当地285户困难家庭,今年惠及85户。

“我们建立‘一户一档’需求台账,力争三年内让300户困难家庭实现房屋焕新。”奉化区相关负责人介绍。

民声

与“梁山伯”共舞的文化共振

郭元鹏

“就像做梦一样,这个太美了……对我来说,好像想不到更美的场景了。”昨天上午,一场快闪活动在月湖盛园“入戏·茶院”外的水舞台上进行。舞剧《楼台会》双人舞段“离别”、越剧《梁祝·十八相送》、小提琴协奏曲《梁祝》等节目依次上演(据《宁波日报》10月14日民生版)。

魏美玲教授的参与,让这场快闪更具深意。从哈佛大学国标舞团团长到梁祝文化的研究者,她以专业视角沉浸于表演,更以参与者身份登上舞台,与“梁山伯”即兴共舞。她的投入与兴奋,印证了优秀艺术作品能够打破文化壁垒,引发人类共通的情感共鸣。

这场街头艺术活动,是宁波文化魅力的生动缩影。从2023年华盛顿初遇《花木兰》,到三度追剧、为美国观众导赏,再到此次亲身参与梁祝表演,魏美玲与宁波的缘分,始于一部优秀作品,深于一

次真诚交流。她口中的“归属感”,并非源于陌生城市的客套,而是源于对宁波文化底蕴的认同,对创作者匠心的尊重,对当地人文温度的感知。

魏美玲对甬剧的期待、对越剧出海的祝愿,道出了文化传播的核心——以优质内容为载体,以开放包容为姿态。宁波以街头快闪的形式,让传统文化走出剧场、融入市井,既保留了艺术的本真,又拉近了与受众的距离。这种“接地气”的文化传播方式,让外国学者感受到城市的活力与诚意,也让本土文化在互动中实现创新表达。

当魏美玲与演员们拥抱告别,称彼此为“老朋友”时,这场街头共舞已超越了艺术表演的范畴。它证明,优秀的文化作品是沟通世界的桥梁,真诚的交流是消弭隔阂的钥匙。宁波用一场快闪,让梁祝故事在当代街头续写新篇,更让世界看见了一座城市的文化温度与开放胸怀。

(欢迎投稿,来稿请发民生邮箱1871684667@qq.com)