

居民长期提供新鲜蔬菜

这个社区食堂的帮厨、服务员都是居民



居民们正在享受体验餐。

昨天，海曙区白云街道春悦社区居家养老服务站正式运营。其中，最受居民关注的还是里面的社区食堂。在大厅的一角，摆放了两大筐萝卜和青菜，另一角则是70多箱榨菜、豆腐乳、咸菜笋丝、酱瓜等各色下饭菜。

“这些都是居民和爱心企业提供的，我们每天还有居民志愿者在这里做帮厨和服务员呢。”春悦社区党支部书记刘映映说，从设计这个居家养老服务站开始，居民们全程参与，积极贡献自己的智力和体力，“尤其是社区食堂的运营模式，更是居民们一起商量讨论的结果。”



居民提供的蔬菜。

1 居民和爱心企业送来蔬菜和下饭菜

刘映映告诉记者，居家养老服务站的场地原来属于物业。本来说好和社区办公场地置换的，但后来物业反悔，表示不想换了。“我当时有点灰心，打算就这么算了。”刘映映说，但居民们不同意，他们认为这里场地宽敞，而且一楼也更便利老年人进出。“他们发动了各种人际关系，终于让物业公司‘回心转意’了。”

在建设过程中，居民们更是全程监工。“室外的儿童游乐场有一排座椅，因为离河太近，居民们觉得存在安全隐患。”刘映映说，社区采纳了这个建议，立即联系施工单位进行了改建。

服务站配置的各种功能，也是居民们“脑力激荡”出来的。比如，运动康复室也能作为舞蹈室和健身房，影音室可以当作休息室用。“居民们不想浪费这里的每一寸空间，都想把各种功能都放在里面。”

在社区食堂开业前夕，居民和爱心企业都来社区询问“还缺什么”。听说开业前三天的中午会面向60周岁以上老人提供一元体验餐，保利物业马上表示承担其成本；辖区保利发展房地产企业更是送来了十多箱下饭菜，足足可让居民们吃一年；市政集团第二分公司为困难老人送来

了暖心被子；浙勘集团则捐赠了不少拼搭积木。“他们说，如果有爷爷奶奶或外公外婆带着孙辈来用餐，他们就会送出这份伴手礼。”刘映映说。

居民郑成青是种植大户，种了16亩蔬菜。他把两大筐蔬菜放在了大厅，作为体验餐的原材料。“他还表示，以后愿意用成本价供应蔬菜给社区食堂。”刘映映说。

还有两位居民，成了社区食堂的帮厨。每天中午和晚上，他们都会帮助厨师洗菜、配菜、打菜，还担起了服务员的重任。

2 80岁以上老人不到10元就能吃好

开业第一天，这个名为“贰两食堂”的社区食堂生意出奇的好，餐厅里坐满了前来吃一元体验餐的老人。

周女士是来“打前站”的，她说：“我不会烧饭，一家三口经常要去爸妈那里蹭饭。有了食堂，我就可以少去‘骚扰’爸妈了。”66岁的张福聪来吃体验餐的时候，还带了一瓶酒，“菜还合胃口的，价格也还可以。”对独居的张福聪来说，有了这个食堂可让他省事多了，再也不用在家里为烧什么菜而纠结。

“社区食堂针对全年龄段居民，但对老年人有更大的折扣优

惠。”刘映映说，食堂主打小份菜。也就是说，花相同的钱就能吃更多品种的菜，从而让营养更均衡。

一般而言，一个“大荤菜”需要7元，“小荤菜”5元，素菜3元。60岁以下的居民可以打九折，60岁到79岁居民打八折，80岁以上老人打七折。如果提前一天预订，还能再享受九折的优惠。也就是说，一餐饭最多能打六三折，最少也有八一折。不到10元钱，80岁以上老人就能吃到一个“大荤菜”、一个“小荤菜”和一个素菜了。

这时，正在享受体验餐的居民竺云德突然站起来，拉住一名

社工的手。原来，他有零星的土地种着蔬菜。“以后我种什么菜，就会把什么菜免费送到食堂请居民们品尝。”竺云德承诺。

这次居家养老服务站的建立，春悦社区激活了一群为“家”而奋斗的居民，也调动了他们的自主自治积极性，形成了一支支社会组织队伍。“我们挖掘、动员、引领各行各业、各有所长的社区能人，聚焦居民日常需求和一老一小关键需求，满足社区居民多样化、专业化、个性化的服务需求。”刘映映说。

记者 林伟 通讯员 王江宁 文 记者 刘波 摄

宁波汤圆腊八粥 还有老底子年货 宁大校园年味“上头”



学生排队领取腊八粥。通讯员供图

每逢农历腊八，一碗热腾腾的腊八粥，不仅带来“家”的温暖与祝福，更是拉开了农历春节的序幕。昨天中午，宁波大学举办了“体味腊八温度，畅享宁家年味”腊八年货节，这也是宁大后勤家文化之“家的味道”系列活动之一。

年货节现场，食堂师傅支起大锅，现场熬制腊八粥，供师生品尝。宁大特供的腊八粥由小米、红豆、白芸豆、莲子、红枣、桂圆、枸杞、银耳八种材料制成，色泽鲜艳，口感香甜，可健脾养胃、益气安神，也象征着健康平安、吉祥如意。

中午时分，学生排起长龙，喝上一口热腾腾的腊八粥，年味“上头”。

“这个粥浓稠又好喝，现场大锅熬制，很有年味。”宁大数学专业博士生郭艳婕是北方人，腊八节能喝上一口热气腾腾的腊八粥，让她暖胃又暖心。

除了腊八粥，食堂大厨还用大锅制作冰糖葫芦，炸起油赞子，香气四溢。

现场，学校食堂自制的酱带鱼、酱肉、鳗鱼鲞、虾干、泥螺、蟹糊等宁波老底子年货现场平价售卖，还有灰汁团、米鸭蛋、猪油芝麻汤圆、宁波年糕、米馒头、驴打滚、红糖馒头等“糯叽叽”的美食，各色炒货、帮扶产品一字排开，师生们喝着腊八粥，赶着年货市集，新春气息扑面而来。

记者注意到，这些年货配料干净，价格低廉。16.8元/斤的自制酱肉、3元至4元/条的自制酱带鱼很受师生欢迎，还有软糯的宁波汤圆DIY，学生手作后可免费打包带走。

家在台州的音乐师范专业大二学生张天奇，买了盐水鸡、腊肉、腊肠、油赞子，还有糯叽叽的灰汁团，准备放假回家给父母品尝。“今天和大家一起过腊八，年味很浓，也想把这些美食带回家，和父母一起感受宁波年味。”张天奇说。

记者 王冬晓 通讯员 彭茜 施彬 司晶

浓情腊八，幸福“粥”到



熬制腊八粥送给退役军人。

香喷喷的腊八粥，红红火火的春联……昨天上午，宁海县前童镇退役军人服务站、民兵小分队共同开展“军民情 腊八节”送温暖活动，一碗碗热乎乎的腊八粥传递着关爱和祝福，也让退役老兵心中暖洋洋的。

活动中，老兵们欢聚一堂，共忆军旅生涯。大家围坐在一起，畅谈自己的军旅故事，言语中透露着对那段热血岁月的怀念。

当天，退役军人服务站工作人员、民兵小分队队员还走进敬老院和部分退役军人家中，上门派送腊八粥，祝愿万事“粥”全，叮嘱他们冬季注意保暖，保重身体。

通讯员 董优群 文/摄