

“双十一”致敬奔跑者

“1分钟温暖接力”邀您来参与

当“双十一”的包裹从分拣中心涌向城市的各个角落，快递员、网约配送员们的身影也愈发匆忙。他们穿梭街巷，踩着晨光出发，伴着夜色返程，用脚步串联起城市的供需脉络，默默支撑起消费旺季的顺畅运转。

这份奔波与付出，值得被牵挂。11月6日，宁波市委社会工作部联合宁波晚报发起“1分钟温暖接力”公益挑战，以全民可参与的低门槛互动，掀起关爱新就业群体的温情浪潮，让善意在街巷间传递，让这个“双十一”不仅有购物的热闹，更有城市的温度。

本次挑战参与方式极为简单，无需复杂准备，只需用手机记录下你或者他人与快递员、网约配送员的暖心瞬间：或许是递上一瓶温热的开水，驱散他满身寒意；或许是轻声说一句“辛苦了”，消解他片刻疲惫；又或是在他搬运大件时搭把手，分担一份重量……这些微小的善意，都值得被镜头定格。

视频拍摄完成后，登录新浪微博，带上#宁波1分钟温暖接力#话题，@宁波晚报，即可完成参与。视频拍摄时长建议控制在1分钟以内。

为回馈大家的善意，活动结束后我们将从参与视频中，抽取10个有

温度的作品，这10位作者将获赠“暖心陪跑礼包”，让这份善意不仅温暖新就业群体，也为参与者带来一份甜蜜回馈。

1分钟很短，却能定格一份温暖；一次接力很小，却能传递一座城的温度。

事实上，“1分钟温暖接力”只是宁波市委社会工作部发起的“谢谢您，为宁波奔跑‘双十一’关爱计划”的缩影。为了让这些“奔跑者”的付出被看见，前几日宁波市委社会工作部已联合市邮政管理局发布《“双十一”新就业群体“甬爱同行”倡议书》，并布局全方位的关爱举措：在许多社区，“奔跑者补给角”陆续布

置到位，热饮、点心等备好的餐食，将为忙碌的他们“充个电”；“双十一”结束后，“三江夜游”专属礼遇将面向优秀从业者开放，这份仪式感将定格城市的敬意。此外，在健康保障上，中医志愿者将走进配送站点提供免费推拿，联合医院定制的“活力健康操”视频将更适配配送间隙的放松需求。

这些举措与全民参与的温暖接力相互呼应，共同勾勒“甬爱之城”的动人图景。接下来，我们将持续关注各项关爱行动的落地，记录这座城市与新就业群体之间的暖心故事。

记者 陈烨 通讯员 冯静波

11月以来

我市已发生多起 孩子手指被卡险情 值得家长警惕

都说小朋友天生好动，稍不留神，就会整出一些“幺蛾子”来——11月以来，我市发生了近10起小朋友意外被卡被困的险情，值得广大家长警惕。

11月5日晚上8点多，北仑区一名4岁小男孩在家中玩耍时，手指不慎卡入玩具木琴的圆孔中，无法取出。家长无奈之下，带着男孩找到了北仑区柴桥消防救援站求助。

经过仔细观察，消防员决定使用磨光机拆掉一根卡住手指的木琴配件。小男孩紧张地哭了起来，消防员一边用衣物对其进行保护隔离，一边轻声安慰：“不怕不怕不怕，不钳你手，钳铁，不钳手……”

在配件被成功分离后，消防员再使用剪断工具对配件进行破拆。整个救援过程快速而有序，大约10分钟后，小男孩被卡的手指终于顺利脱困。

11月1日晚上，高新区梅墟街道梅江东苑一名小孩在玩耍时，手指不慎卡入扫把末端的不锈钢管内，无法取出。

消防员到场后，使用便携式破拆工具组进行破拆，3分钟后，“咬住”孩子不锈钢管被成功摘除。好在孩子的手指除了有些红肿外，皮肤并无破损，活动自如。

家长介绍，当晚，小朋友在家中独自摆弄一把扫把，出于好奇，将手指伸入了扫把柄底端的金属套管中。

无独有偶，同样是在11月1日17时，在余姚市梨洲街道汇翠花园小区，一名三岁男孩在家手指被自行车链条“咬住”，无法取出。由于自行车链条材质坚硬，且男孩手指被夹在链条与齿轮盘中间，无法使用大型破拆工具，消防员尝试着慢慢转动自行车后轮，并对链条进行拆卸。很快，男孩的手指就成功从链条中取下，所幸救援及时，男孩手指并无大碍。

消防部门提醒：小朋友好奇心强，对孔洞、缝隙等容易产生探索欲，家长务必加强看护，将家中存在“咬手”风险的物品放置在孩子接触不到的地方。一旦发生类似手指被卡的意外，切勿生拉硬拽，应立即使用润滑剂（如肥皂水、食用油等）尝试取出，若无效，请第一时间拨打119求助。

记者 马涛

通讯员 赵敏翹 翁之晶 王董

“宝宝”挂嘴边 让患者格外温暖 宁波这位护士火了

“你为什么能这么欢乐呀？”

“这不是工作，是我的人生啊，啊哈哈！”话音未落，一串爽朗的笑声已感染了周围所有人。

11月4日，宁波一位博主在社交平台上发布了一条“认领最美护士”的视频，迅速引发广大网友关注与点赞。视频中，宁波市医疗中心李惠利医院输液室护士廖声芳以饱满的热情、亲切的称呼和温暖的态度，感染了在场的患者。



爱笑的廖声芳。

“特别希望她的正能量被更多人看到！”视频拍摄者“俞瑶YAO”说。当天，她因急性胆囊炎来到宁波市医疗中心李惠利医院东部院区就诊，医生安排她输液，因此偶遇了这位阳光灿烂的护士廖声芳。

在忙碌的输液室里，廖声芳始终保持工作热情，用“宝”“小哥哥”“小姐姐”等亲切的称呼与患者交流，就连年长的爷爷也被她唤作“阿哥”。有些患者热情回应，有些则显得不太好意思。

只要患者有需要，廖声芳总是第一时间响应，无论是换药还是拔针，都细致入微、笑容满面。“她的笑

容有魔力，感觉肚子都不痛了。”“俞瑶YAO”说，如果有计分器的话，她一定打满分。

记者在采访中了解到，出生于1994年的廖声芳，工作已13年，在输液室已工作5年。她在工作中的发现，输液室里的病人大多身体上会有明显不适，情绪也会低落，有时候对就医流程的不熟悉还可能产生误解。于是，她想到了用这种热情称呼的方式来拉近与病患的关系，希望患者在脆弱的时候能感受到医护工作者的温暖。“这其实是一种能量交换，大多数患者都会以笑容回应我，我也很开心。”

如何才能做到这种“时刻满满正能量的状态”？对此，廖声芳坦言，她也是在工作中一直被治愈，能量来自社会大众。比如有一天深夜，一名男子独自醉倒在地，一位路人小姐姐将他送到医院，一直陪着他输液到天亮。这让廖声芳意外又感动，原本已经下班的她，也干脆留下来一直等到男子清醒回家后才离开。

廖声芳说，她想用自己的实际行动告诉大家，既然是自己的人生，就要积极面对。“同事们也常常被她的热情所感染，输液室也变得更温暖了。”输液室护士长顾敏说。

记者 陆麒麟 通讯员 张林霞