

# 二十年文明路

## 满城皆是“代言人”

这是一场对城市文明建设者的深情致敬，也是一次对爱心基因的温暖回溯。

12月30日下午，“为城市文明代言·分享身边感动”主题活动举行。活动通过多样形式，串联起宁波自2005年首获“全国文明城市”称号到实现“七连冠”的二十年光辉历程，诠释了“文明”二字如何从抽象概念，化为街头巷尾的日常，融入每位市民的行动。

活动开场，一部《二十年·与文明同行》短片拉开了活动的序幕。随后，镜头对准城市的“毛细血管”：通过“微改造”焕发新生的社区共享花园、变得整洁有序的老旧小区、巧妙利用城市边角地打造的口袋公园，以及保障学童安全通行的“最美上学路”……文明创建的成果，藏在这些看得见的细节里。

文明的温度，更深植于城市的灵魂。活动现场，一段情景演绎将人们的记忆拉回2005年：青海教师罗南英在甬城与病魔抗争，她写给孩子的信感动了整座城市。7天，2300名宁波市民捐款60万元，创造了令人惊叹的“宁波速度”。那场“一座城救一个人”的接力，让“爱心宁波”声名远播。



活动现场。记者 崔引 摄

文明，更多时候是那些不假思索的善意。活动现场重温了两个曾刷屏网络的暖心瞬间：2020年，一位司机为过马路老人默默守护的137秒“温情绿灯”；象山一家小店老板坚决为深夜出警归来的消防员免单。

这份来自市民的关爱，让身处其中的守护者们倍感温暖。宁波市消防救援支队象山大队丹西站的消防员王瀚逸、戴学峰、肖健燊来到现场，回忆了那个酷暑天被店主“推”出店门的经历。“当时心里很温暖，感觉被人认可、被人关心。”

在宁波，有些名字已成传奇。匿名捐款27年、累计超1796万元的“顺其自然”，已成为这座城市的爱心符号。活动现场还致敬了将大爱送往远方的“爱心妈妈”胡朝霞与“支教奶奶”周秀芳。

而今，接过爱心火炬的，正是一代代年轻人。文明的内涵在新时代不断拓展，被注入更丰富、更时尚的表达。

活动尾声，所有代言人共同宣读《文明宁波·有你有我》倡议，发出守护文明、接力奉献的强音。

记者 徐嘉胤

## 岚山净化水厂 双膜车间顺利通水 预计明年上半年全面竣工

12月25日，随着涓涓流水声，经双膜净化后的再生水不断流出，岚山净化水厂“双膜”扩建工程双膜车间提前完成调试并成功供水，标志着项目建设取得了阶段性成果，为后续正式投用奠定了基础。

岚山净化水厂扩建，主要目的是通过对污水进行深度净化，生产出高品质的“再生水”，供给镇海炼化、镇海电厂等大型企业作为生产用水，从而替代部分工业用水，实现水资源的循环利用。项目采用了先进的“双膜”净水工艺，能有效滤除水中各类杂质，显著提升出水品质与稳定性，更好地保障工业用水安全。

自2024年8月开工以来，面对工艺复杂、工期紧张等挑战，项目团队科学组织、昼夜奋战，不断优化施工方案，先后攻克多项技术难题，高质量完成了车间建设、设备安装与系统调试等一系列工作。通水过程中，污水依次经过超滤、反渗透等多道精密处理流程，最终化为清流汇入蓄水池，全程运行平稳。

记者 边城雨 通讯员 何佳楠

## 关于无偿献血，这些知识点请了解

### 无偿献血的基本条件



### 献血量和献血间隔期

- 全血献血者每次可以选择献400毫升、300毫升、200毫升血液。
- 宝宝母亲间隔不少于6个月，单采血小板后宝宝间隔不少于四周。

### 无偿献血的注意事项



#### 献血中

- 保持情绪稳定，避免紧张。
- 配合工作人员，手头有节奏地握紧放松。

#### 献血后

- 献血后休息10-15分钟，补充适量水分，再行离开。
- 献血后，穿刺点上的创可贴应保留至少4小时，禁止按压，在24小时内不要用献血的手提重物。
- 献血后24小时内不剧烈运动、高空作业和过度疲劳。
- 不要暴饮暴食，保证充足的睡眠。
- 保持好穿刺点，24小时内不要进水，防止感染。如穿刺处有出血，压迫止血，忌揉搓。如有溢血，24小时内采取冰敷，24小时后采取热敷。
- 如献血后感觉不适或异常，应及时联系医生或拨打0511-37279991。

### 全血献血流程



### 您捐献的血液要经过哪些检测



### 血液安全重要告知

虽然现代技术水平大大提高，但是目前的科学技术仍未解决“窗口期”的问题。献血者若在献血时（从接触献血直至完成献血过程）出现生病的症状（如发热、乏力、不出血点的存留，而将血液输给病人，使受血者感染疾病）。所以，不带病者献血者在献血后进行传染病抗体检测。



### 无偿献血表彰奖励办法

#### 全国无偿献血奉献奖

奖项	次数	累计无偿献血量
金奖	20	4000毫升
银奖	30	6000毫升
铜奖	40	8000毫升

终身荣誉奖：累计献血量达到100次以上者，终身荣誉奖仅表彰一次。

#### 浙江省无偿献血奖

奖项	次数	累计无偿献血量
奉献奖	10	2000毫升
无偿献血特别贡献奖	50	10000毫升
特别奉献奖	150	30000毫升

### 无偿献血者的优惠待遇

根据相关法律法规，献血者享有如下权益：

#### 1. 优先用血权利

《浙江省实施<中华人民共和国献血法>办法》中规定：“献血者享有优先用血的权利。除临床急救用血外，医疗机构应当优先使用献血者临床用血。”

#### 2. 用血费用减免

在浙江，献血400毫升即可享受终身免费用血，献血者配偶、父母、子女，五年内没用过机采血浆的献血者，凭有效证件，以单采形式献血的，可在省内任何一家医疗机构享受免费用血，五年内免交与献血量等值的临床用血费用。

#### 3. “三免”政策

《浙江省实施<中华人民共和国献血法>办法》中规定：本省累计献血量达到国家无偿献血奉献奖标准（4000毫升）并在本省申请并已荣获国家无偿献血奉献奖的献血者，凭有效证件，以单采形式献血的，可在省内任何一家医疗机构享受免费用血，五年内免交与献血量等值的临床用血费用。

图据宁波市市中心血站