

破解老人“洗澡难”困境 宁波首辆助浴车亮相慈溪

全媒体记者 马安娜 通讯员 陈丽娜

“太舒服了，我这是来享福了！”日前，92岁的何永水成为了助浴车的首批体验者，高兴地发出了这样的感叹。当天，一辆助浴车开到了桥头镇五姓村，为村里的老人们提供洗澡服务，重新找回清爽舒适的感觉。“这是宁波首辆专为失能和半失能老人服务的助浴车。”市民政局养老指导中心负责人介绍说。

没有太大区别，进入车厢后才发现里面别有洞天。洗浴区位于车尾，一侧是步入式浴缸，另一侧是平躺区，可供老人坐着和躺着洗澡，洗浴用品一应俱全。洗浴区外还有休息区，有理发师为老人理发、吹发。“车里五分钟就能出热水，还有采暖设备保证老人洗澡时不受凉。”助浴车由市安之笑为老服务中心采购，中心主管吴畅这样介绍道。

生护士会在洗浴前为老人测量血压、心率等，也会详细询问老人的基础疾病等情况；洗澡则是由专业的助浴师操作。今年37岁的张启琼此前是一名从事重症监护的医疗护士，机缘巧合之下成为了助浴师。“帮老人洗澡十分特殊。”张启琼说，整个过程要严格避免老人摔倒滑倒等情况，“我还会特别关注老人的微表情，多和他们聊聊天，让他们放松下来。”

“很感激有这么好的服务，说实话我们在家也没有这样给老人仔仔细细地洗过澡。”何忠英这次是陪同老父亲一起来的，她坦言，父母住在老房子里，没有专门洗澡的地方，尽管有时会接父母到自己家里洗澡，但父母怕冷、身体也不方便，大部分时候擦一擦就当洗澡了。

“此次助浴服务的推出，是对我市养老服务内容的一大拓展。”市民政局养老指导中心负责人告诉记者，近年来，我市不断探索养老服务的优化和提升，从送餐、上门打扫卫生，到陪护聊天等，旨在不断改善老人的生活体验。据了解，目前一人单次助浴需要280元，此次桥头镇的体验服务费由爱心企业赞助。“后续我们会通过政府出资一点、社会赞助一点、企业让利一点的方式，尽量把费用降下来，根据各地老人的需求，轮流到全市各镇（街道）上门服务。”

在助浴车里洗澡与平时有什么不同呢？记者了解到，为了确保老人的安全，专业的医

划船迎亚运



日前，市融媒体中心记者在明月湖开展皮划艇、赛艇、测功仪、急救等训练，迎接杭州亚运会。

摄影 全媒体记者 蒋亚军

「中国好声音」选手来踢馆 用音乐「武装」的自己，最自信

全媒体记者 邹培灵

本报讯 “撒哈拉漫天狂沙 金字塔谁能解答”“兵马俑谁与争锋 长城万里相逢”……今日的“我要唱歌”K歌直播间，众多唱将齐聚，为观众们送上了一场听觉“盛宴”。压轴出场的选手“黑侠”，更是凭一首《白色恋人》将节目推向高潮，成为本期“全场最佳”。

短暂的清明假期后，“我要唱歌”第12期在4月6日中午如约与大家见面。经过一日的“蛰伏”，直播间人气颇旺，一曲曲悠扬的旋律、婉转动听的歌声，驱散了许多观众午后的睡意。随着“我要唱歌”在网上的关注度越来越高，不少外地的歌友也参与到了连麦之中。“黑侠”便是其中之一。

“黑侠”是来自湖州的一位唱将，其资历“来头”可不小：曾经参加过“红歌会”“中国好声音”湖州赛区等不少音乐比赛。“黑侠”本名周俊，即将踏入不惑之年的他一直将音乐当作自己最亲密的伙伴。

“我可是‘我要唱歌’的忠实粉丝！自从知道了这个节目，每天中午我都会在慈溪直播间观看各路大咖‘各显神通’，就连睡觉的习惯现在都被赶跑啦！”提及“我要唱歌”，“黑侠”的语气十分兴奋。他表示，通过“我要唱歌”节目，还能在K歌娱乐中学习大家的歌唱表演技巧。

要问为何对音乐如此热爱？周俊说，自己有一群来自各地的“死党”，大家年龄不同，职业不同，但音乐将彼此牢牢联系在一起，“我们经常会连麦，用歌声交流，通过音乐打破空间的距离，彼此学习，彼此交流，彼此收获。”

本次参加节目前，周俊还做了些准备，特别是给自己做了许久的思想工作。“在生活中，我是个很没有自信的人，也不善于表现自我，只有在唱歌时，我才能自信地向大家展示自我。”他说，唱歌不仅能带来心情上的愉悦，更能带给他自信与力量。

“我要唱歌”这个节目给了许多性格内向但热爱唱歌的人一个展示的平台，之后我会做好更充分的准备，带来更多优秀的歌曲，同时也希望更多正在“观望”中的观众能踊跃地参与到节目的连麦当中，勇敢地唱出来！”



桥城@微事

大事小事 不文明行为 欢迎@慈溪日报或在慈晓·慈圈发帖

微播报



慈晓客户端慈圈“圈友”沈赞赞：坎墩田园马拉松比赛。（4月8日11时40分）



慈晓客户端慈圈“圈友”网友91218：艾草包子！我只是个负责吃的货。（4月8日21时06分）



慈晓客户端慈圈“圈友”永远的太阳：现在除了看手机的人，已经很难见到这样认真的阅读者了。（4月8日15时44分）



慈晓客户端慈圈“圈友”杨家蕾儿：一个连成年人都爱的蛋袋。这个是我的，谁也抢哦，嘻嘻。（4月8日12时56分）

文棋学子徒步16公里访红色基地

全媒体记者 戎志虎 通讯员 岑唯一 杨凤芹

本报讯 “全体立正，奏唱国歌……”4月7日中午，慈溪革命烈士陵园响起了雄壮的国歌声，一群学生激情昂扬地唱起了国歌。当天，文棋中学开展了以“访红色基地 祭革命英烈”为主题的爱国主义教育研学实践活动，全体师生、家长志愿者共计500余人徒步前往抗日革命根据地岔大昌、白洋湖烈士陵园红色基

地，缅怀革命先烈，感恩幸福生活。当天上午，出征队伍、车队齐聚在学校彩色广场，举行了声势浩大的出征仪式，之后便开始了徒步红色之旅。一路上，学生们精神饱满，英姿飒爽，他们高举着旗帜，整齐地迈步在村间小道、空旷的田野边，浩浩荡荡的队伍显得格外耀眼。师生们首先来到了中共浙东区委成立旧址（岔大昌），认真地听讲解员讲红色革命故事，并参观了旧址展馆。

参观完中共浙东区委成立旧址后，全体师生再次徒步，顺利抵达白洋湖畔的慈溪革命烈士陵园。期间，全体师生怀着崇敬和沉痛的心情在烈士墓前奏唱国歌、敬献花圈、肃立默哀，表达对革命烈士的崇高敬意和怀念之情。最后在激昂的《国际歌》歌声中，全体师生瞻仰烈士墓，绕烈士墓一周，共同缅怀永垂不朽的革命先烈们。

讲革命故事、唱革命歌曲等活动，精彩的故事内容吸引附近游客驻足倾听，洪亮的声音响彻美丽的白洋湖畔。最后，全体师生继续徒步返回校园。至此，一场来回徒步16公里的红色之旅结束。

此次徒步访红色基地的研学活动，同学们逐步锻炼，在欣赏乡野风光的同时，学习了家乡曾经的红色历史，收获身体的锻炼和心灵的震撼。学生彭善涛说，这次活动很有意义，现在的盛世是英烈们用

晴雨快速切换 气温起起伏伏

全媒体记者 杨贵 通讯员 韦颖

本报讯 春和景明，惠风和畅，眼下正是鸟语花香的盛春时节。“言万物去故而从新，莫不鲜明之谓也”。从天气到景致，都透着清新、明媚与和煦。刚过去的周末，到公园绿地和山间步道踏春赏花的市民络绎不绝。

尽显春季天气的友好，正是人间最美四月天。

周末当心雷雨

据市气象台发布的天气预报，今天晴到多云，气温9℃-25℃。虽然最低气温比昨天有所提升，但昼夜温差依然较大，白天较暖，清晨和夜间依然较凉，比较考验大家的穿衣水平。体弱人群尤其要及时添减衣服，避免着凉感冒。

温能达到26℃，最低气温也在16℃附近。在雨水的抑制下，气温会有所回落。周三阵雨转多云，当天的气温在13℃-18℃。

周四又会有新一轮切变影响我市。当天多云转阴有阵雨，气温11℃-20℃。周五雨势更加明显，阴有阵雨天气保持，当天的预报气温在16℃-23℃。

市气象台工作人员表示，本周基础气温不低，两轮降水不能排除遭遇对流天气及雨势骤然增大的可能。大家可以关注本地气象资讯，及时了解降水动态信息。

“雨纷纷”的由来

“气清景明，万物皆显”，作为春季的第五个节气，此时仲春与暮春相交，诗人杜牧笔下“清明时节雨纷纷”几乎成了南方清明时节期间天气的代言诗。进入4月份以后，冷暖气流时常在江南一带活动、交汇，就会造成“清明时节雨纷纷”。

很弱，这样单一的暖空气控制，就会形成春暖花开的好天气。

第二种是暖湿气流到了浙江后，冷暖气流交汇，如果时间超过5天的话，就会形成春季连阴雨天气。

第三种是暖空气势力很强，冷空气势力也很强，冷暖气流交汇以后就会形成对流性天气，大家就会听见春雷响起。

第四种是暖空气势力弱，冷暖气流交汇以后，冷空气南下把暖空气打压到南面去，浙江单一的以冷空气控制为主，但这个时候往往冷空气控制的云量会比较多，所以有的时候是阴天，有种要下雨的感觉。

星期一 晴到多云 9℃-25℃	星期二 阴有阵雨 16℃-26℃	星期三 阵雨转多云 13℃-18℃	星期四 多云转阴有阵雨 11℃-20℃	星期五 阴有阵雨 16℃-23℃
-----------------------	------------------------	-------------------------	---------------------------	------------------------

谈天说地
TAN TIAN SHUO DI

李佳珊 整理