

暖城故事

『社区合伙人』邵大姐

用一针一线缝出邻里温情

□杨潇 陈薇 刘乾

在乌审旗嘎鲁图镇呼热胡社区的勇泰小区邻里中心,每逢周三,总能捕捉到一个忙碌而专注的身影。44岁的邵思翠,大家口中亲切的“邵大姐”,正手指灵动地在衣物间穿梭,缝纫机发出富有节奏的“喀嗒”声,一件件破损的衣物在她手中重焕生机。而她,不仅仅是一位手艺精湛的裁缝,更是呼热胡社区首批“个体合伙人”之一,在社区治理的新舞台上,绽放着独特的光芒。

邵思翠年轻时学的裁缝手艺,在服装厂干过,是小镇裁缝界响当当的“好把式”,凭借一手出色的缝纫手艺,赢得了众多顾客的赞誉。然而,随着成衣店如雨后天春笋般兴起,传统裁缝行业受到冲击,她转行开了食堂,缝纫机也逐渐被搁置,蒙上了岁月的灰尘。

2024年,社区工作人员的一次上门走访,彻底改变了邵思翠的生活轨迹。一句“大姐,您这好手艺可不能浪费啊”,如同一束光照进了她平淡的生活,重新点燃了她对缝纫的热情。在社区的积极性下,邵思翠带着自己的“老伙计”——缝纫机,入驻邻里中心,正式成为“匠造社区”项目的“个体合伙人”,开启了她的全新旅程。

“现在的年轻人,衣服破个小洞就直接扔了,多可惜呀!”邵思翠心疼地说道。在她的摊位前,挂着一张清晰的价目表:60岁以上免费补衣服,60岁以下缝补扣扣免费,改裤脚3元,换拉链5元。这些价格比起市场价,足足低了一半。

每周三的“网格日”,是邵思翠最忙碌的时候,缝纫机前排起长长的队伍。独居的王大爷棉袄扣子掉了,邵思翠不仅热情地帮忙缝好,还坚决不肯收钱;宝妈李女士着急给婴儿服加长袖口,邵思翠二话不说,加班到晚上8点完成。居民们纷纷感慨:“邵大姐缝补的不仅仅是衣服,更是咱社区浓浓的人情味!”

“现在每天都得街坊邻居需要着,这日子过得可有奔头了!”邵思翠脸上洋溢着幸福的笑容。

采访手记

在呼热胡社区,像邵大姐这样的“社区合伙人”还有很多。他们来自不同的行业,有着不同的身份,或许是技艺娴熟的磨刀匠,热情周到的理发师,又或是知识渊博的退休教师、充满爱心的热心宝妈。但他们都在“公益+低偿+市场”的创新模式中,找到了自己新的人生价值坐标。正如呼热胡社区党委书记扎格苏所说:“社区治理不是单方面的付出,而是要让每一个普通人都能成为照亮他人的那束光。”



呼热胡社区有了“合伙人”

□杨潇 陈薇 刘乾

当老龄化社会的挑战遇上双职工家庭的困境,当精细化服务的需求与有限的公共资源相碰撞,乌审旗嘎鲁图镇呼热胡社区以创新思维为笔,书写了一份基层治理的新答卷。通过引入“社区合伙人”机制,该社区将原本分散的社会资源转化为精准的服务供给,探索出了一条基层治理的“共治”新路径。

呼热胡社区,这个辖区面积达12.6平方公里的家园,承载着1.32万名居民的多元化需求。其中,806名学龄前儿童的托管问题、1831名青少年的成长空间、967位长者的养老期待……每一项都是社区治理天平上不可或缺砝码。面对服务缺口,呼热胡社区巧妙运用“社区合伙人”这一创新举措,打破了传统治理模式的局限。

“社区合伙人”机制如同一股清流,为呼热胡社区注入了新的活力。通过联动多方力量,社区构建起了“公益+低偿+市场”的多元化服务网络,实现了社区、居民、市场三者之间的良性互动与共赢。

在乐龄养老方面,社区以居民需求为导向,依托养老服务站,整合各方资源,精心打造了“多彩·乐龄”服务品牌。在这里,老年人可以享受到医疗、拔罐、餐饮、理疗、艾灸、休闲娱乐等“一站式”贴心服务。每天,养老服务站都洋溢着欢声笑语,老人在这里找到了归属感和幸福感。

匠心服务则是呼热胡社区的另两大亮点。社区创建了“匠造社区”项目,广聚能人志士,建立了个体合伙人机制。通过精准对

接需求清单和资源清单,社区以定点服务和上门服务的方式,为居民提供了理发、维修、按摩等便捷的生活服务。每周三的网格日和每月25日的邻里日,更是成为了居民翘首以盼的“匠人集市”活动日,极大地丰富了社区居民的生活体验。

针对双职工家庭面临的婴幼儿照护难题,呼热胡社区在2023年推出了全旗首个社区托育服务机构——“萌宝驿站”。该机构以“公益载体+低偿供给”的经营模式,提供了全日托、半日托、临时托等多种服务方式,让父母们得以在家门口就能解决托育难题。此外,社区还联合萌宝驿站开展了研学、手工课堂等丰富多彩的公益活动,进一步增强了亲子之间的互动与联系。

“我们不做‘大包大揽’的大家长,而是要做‘穿针引线’的贴心管家。”呼热胡社区党委书记扎格苏的话语中透露出社区治理的智慧与温度。

通过不断完善需求清单和资源清单,社区积极回应群众需求,结合共享社区建设工作,以定点服务和上门服务的方式,为居民提供了与生活息息相关的贴心服务。截至目前,社区已累计开展便民服务40余场次,上门服务60余次,满足居民需求800余次,赢得了广大居民的一致好评。

呼热胡社区的“社区合伙人”机制,不仅为社区居民带来了实实在在的便利与福祉,更为基层治理创新提供了宝贵的经验与启示。这一机制的成功实践,无疑为其他社区提供了可借鉴、可复制的治理模式,为推动基层治理体系和治理能力现代化贡献了新的力量。

“社区合伙人”机制激活基层治理新活力

□杨潇 陈薇 扎格苏

在基层治理的探索征程中,乌审旗嘎鲁图镇呼热胡社区成功实现了从“独角戏”到“大合唱”的精彩蝶变。

往昔,社区在开展活动时,重重困境如影随形。社区工作人员王怡回忆往昔,满是感慨:“以前筹备活动,常常是自己忙得焦头烂额,可收效却不尽如人意。就拿精心策划的插花课来说,来的全是老大爷,和原本预期的受众大相径庭,完全偏离了活动初衷。”

转机出现在社区创新推出“社区合伙人”模式之后,这一模式宛如一把精妙的钥匙,成功开启了社区治理的全新大门,构建起“居民点单—合伙人接单—社区督单”的高效闭环

机制,实现了社区资源的深度盘活与治理成果的广泛共享。

“社区合伙人”模式涵盖产业、服务、治理三大维度,在成员构成和职能分工上清晰明确、各有侧重。产业合伙人积极搭建商圈联盟与电商平台的桥梁,借助社区电商产业的蓬勃发展,拓宽居民增收渠道;服务合伙人专注于养老、医疗等专业服务领域,为“一老一小”群体提供贴心关怀;助力合伙人投身于矛盾调解、环境整治等基层事务,致力于将矛盾纠纷化解在萌芽状态,营造和谐宜居的社区环境。

资源共享与创新实践,更是“社区合伙人”模式的突出亮点。呼热胡社区巧妙将社区阵地,打造成功能多元的活力空间。设立老年大学分校,开设书画、舞蹈、手工等丰富多彩的课程,充分调动老年居民参与社区治理的热情,组

建“银龄志愿队”,积极开展邻里互助、矛盾调解等公益活动,让银发力量在社区发光发热;精心打造“5分钟托育圈”,配备小儿推拿、早教培训等优质课程,构建起全方位、多元化的托育服务体系,为社区家庭解决后顾之忧。

从“政府配菜”转变为“群众点单”,从“单打独斗”迈向“共生共荣”,呼热胡社区的“合伙人”机制,在新时代社区治理的答卷上,书写了浓墨重彩的一笔。

近年来,呼热胡社区在基层治理上荣耀加身,先后荣获全国妇联基层组织建设示范社区、自治区先进文化社区等多项殊荣。同时,作为乌审旗“党建统领 富国共享”的示范标杆,其托育服务模式更是脱颖而出,入选全国生育友好先进候选案例,成为各地学习借鉴的典范。

暖医生

春季护肤陷阱多 避开这些烂脸刺客

□钟艳宇

春季万物复苏,却也是肌肤问题的多发期。气温的忽冷忽热、空气湿度的瞬息万变,让肌肤变得尤为敏感与脆弱,稍有不慎,就可能陷入肌肤危机。如何在这样一个变幻莫测的季节里正确护肤,远离误区?

今天,北京大学人民医院皮肤科副主任、主任医师李厚敏,结合临床实例深入剖析春季护肤中的几大误区,并分享实用小贴士,助您守护肌肤健康。

频繁敷面膜 肌肤喝撑水

临床上,经常会见到为追求水嫩肌肤,每天早晚敷面膜导致脸部出现红肿、刺痛的年轻患者,发生这种症状的原因是频繁敷面膜导致了肌肤水合过度、屏障功能受损。

过度敷面膜不可取,这种操作会导致肌肤水合过度,即皮肤吸收了过多的水分,从而破坏了肌肤的天然屏障,肌肤会变得越来越敏感,就像泡发过度的海带一样,变得脆弱不堪。水合过度使肌肤更容易受到外界刺激,出现红肿、瘙痒等问题。

专家支招 每周敷面膜的次数不宜超过3次,且每次敷面膜的时间不宜过长,以15~20分钟为宜。在敷面膜前,可以先用热毛巾敷脸,帮助打开毛孔,提高肌肤的吸收能

力。敷完面膜后,可按照面膜的使用说明操作,必要时用清水洗净,避免残留物堵塞毛孔。

疯狂去角质 肌肤屏障遭破坏

春季肌肤新陈代谢加快,角质容易堆积,因此去角质成为了很多朋友的护肤步骤之一。为了拥有光滑肌肤,不止于女性,很多男性喜欢会选择每周多次去角质。

然而,过度去角质却会破坏肌肤的自我保护机制,就像用钢丝球刷桃子一样,虽然能够去除桃子表面的绒毛和污垢,但也会刷伤桃子的表皮,使其变得伤痕累累,导致肌肤变得敏感、脆弱。

同样,过度去角质也会让肌肤变得不堪一击,无法抵御外界刺激。一旦受到刺激,肌肤就会出现红肿、刺痛、瘙痒等不适症状,甚至引发炎症反应。

专家支招 每周去角质的次数不宜超过1次,且应选择温和的去角质产品。使用时,要轻柔地按摩肌肤,避免用力过猛。去角质后,要记得用清水洗净,避免残留物堵塞毛孔。同时,去角质后要做好保湿工作,帮助肌肤恢复屏障功能。

盲目更换护肤品 过敏反应爬上脸

很多朋友为应对春季皮肤状态的变化,频繁更换护

肤品,因对某些成分不耐受,导致肌肤不适应,甚至引发严重过敏反应。如同将不同品牌的粉底液混合在一起,很可能产生化学反应,变成一坨难以名状的“黑暗料理”。这样做不仅无法发挥原有的护肤效果,甚至可能引发肌肤问题。

专家支招 在更换护肤品时,先进行局部试用,观察肌肤的反应。如果肌肤出现红肿、瘙痒等不适症状,应立即停止使用,必要时寻求专业医生的帮助。同时,在选择护肤品时,要根据自己的肌肤类型和实际需求来选择,避免盲目跟风或追求所谓的“春季限定”。

“春季限定护肤品”都是伪概念

春季市场上会出现很多打着“春季限定”旗号的护肤品,宣称能够针对春季肌肤问题进行特殊护理。然而,这些所谓的“春季限定护肤品”往往只是商家促销的噱头,其实际效果并不如宣传所说。因此,大家在购买护肤品时,一定要理性选择,不要被这些伪概念所迷惑。

专家支招 在选择护肤品时,要避免盲目追求所谓的“春季限定”,要注意查看护肤品的成分表,避免选择含有自己过敏成分的产品。如果肌肤出现不适症状,应立即停止使用,并寻求专业医生的帮助。

防晒不到位 加速肌肤老化

春季阳光看似柔和,实则紫外线强度逐渐增强,加上春暖花开,大家的户外活动时间持续增长,因此紫外线在春天对肌肤的伤害不容小觑。许多人往往忽视了春季防晒的重要性,认为只有夏季才需要严格防晒。

紫外线是肌肤老化的主要元凶,它能穿透云层,直达肌肤深层,破坏胶原蛋白和弹性纤维,导致肌肤松弛、色斑加深、皱纹提前出现。

专家支招 选择SPF30以上、PA+++的防晒霜,每日出门前15分钟涂抹,并根据户外活动时间及时补涂。

·划重点·

春季护肤 温和为王

选择温和无刺激的洁面与护肤产品,避免使用碱性过强的清洁产品。同时,多喝水,保持饮食均衡,从内而外滋养肌肤。此外,保持充足的睡眠,避免熬夜,让肌肤在夜晚得到充分的修复与再生。

春季护肤需谨慎,避免陷入误区是关键。遵循科学原则,根据自身肌肤类型和实际需求选择合适的护肤品与护肤方法,辅以自己的生活习惯与心态,定能让您在春季远离肌肤问题,拥有自信迷人的健康肌肤。(转自《北京青年报》)