

# “三峡移民”邓龙刚：悠悠岁月二十载，此心安处是吾乡



邓龙刚在农田里

■首席记者 徐红燕

这段时间，家住新湾街道共裕村的村民邓龙刚有些忙碌，腊月里，正是邓龙刚家熏腊肉的最佳时间，腊排骨、

腊香肠、腊板鸭……挂满了邓家的院子。“这么多年过去了，老家的传统习俗我仍然没有忘记，这是乡思，也是过年的仪式感。”邓龙刚笑呵呵地说。

2001年，邓龙刚一家人响应“三峡

大移民”的国家号召，跨越1300多公里，从重庆市奉节县搬迁来到当时的新湾镇，成了说着一口川渝话的“新杭州人”。一套房，四亩地，邓家一家四口在新湾正式开启了生活的新篇章。

年轻时的邓龙刚曾奔波于各个城市务工，居无定所，自定居新湾后，邓龙刚便入职了附近的一家印染厂，成了一名普通的操作工，这一干就是二十多年。

二十多年里，邓龙刚夫妇靠着勤劳的双手，使新生活过得越来越好。原本破旧的小平房如今已成了四层小楼房，空闲的房屋出租每年也会给这个家带来一大笔额外收入。一双儿女如今也已长大成人，在新湾成家立业，生活幸福。“我的两个孩子都是‘医生’，一个医人，一个‘医’车。”邓龙刚十分幽默，言语间透露着他对儿女的自豪。

在邻居眼里，二十多年来不改乡音的“三峡移民”看起来永远那么精力充沛。即便是上了夜班后的第二天清晨，邓龙刚也会在自己的田地认真整理果树，包括葡萄、李子树、桃子树、柿子树……四亩地被邓龙刚充分利用起来，十几个品种的果树让他每年都收获满满。“去年我家李子结得好，你看，树枝都压弯了。我自己

吃不完，还卖了不少钱嘞！”邓龙刚一边翻看着夏天拍摄的果树照片，一边介绍，满脸笑意。

依山傍水的奉节县生产的奉节脐橙全国闻名，这或许让每一个奉节人都对果树保有着那份情怀，邓龙刚也不例外。

此心安处是吾乡。二十年来，邓龙刚脚踏新湾这片土地，慢慢适应了这里的水土、气候，也融入了这里的乡土人情，见证了这里一草一木的变化。家门口的石子路变成现在平坦宽阔的沥青路，“星星点点”的小房屋变成现在有序排列的新楼房，还有越来越多的外乡人来到新湾的工厂务工……在邓龙刚眼里，这个第二故乡，正在越变越好，生活在这里，幸福指数正越变越高。

“现在交通也发达，来回也方便，只要亲人之间彼此挂念，1300多公里好像也不算远。”邓龙刚说道。



# 爱心互助“邻”距离 “共享药箱”解决当前“药紧事”

■记者 钱圆 通讯员 黄亚妮 滕立恩

本报讯 近日，一封“邻里互助 余药互济”的倡议书出现在新湾街道新宏社区宋都·新宸悦府小区各楼栋的墙上。随即，一只“共享药箱”出现在小区进出口，开始接受居民们捐赠的防疫药品。

“现在紧俏的就是退烧药、感冒药、咳嗽药等。”为了解决部分阳性居民紧急用药的难题，新宏社区居委会向居民发出“共享药箱”倡议，号召大家在满足

自身用药的前提下，对退烧药等高需、短缺药品进行调剂共享。

“当孕妇、残疾人等特殊人群发布用药需求时，我们会提供送药上门服务。”新宏社区党支部书记王芳介绍道，“针对居民‘选药难’的问题，我们可以在线联系社区医生，让社区医生提供相应的指导，确保合理用药。”此外，社区将共享药箱放置在小区显眼处，谁捐的什么药、药品发给谁，都要被一一登记在册。

杨阿姨是宋都的老住户了，得知邻居们有用药需求，她第一个到“共享药箱”前捐赠药品。“大家互相帮助，有多余的药物就分享给需要的人。”杨阿姨说，自己和家人目前都没感染，于是她将家中的两盒藿香正气水捐给邻居们。

倡议书和杨阿姨的爱心举动在居民口口相传中，很快传播开来。多位热心居民立即行动起来，他们将家里多余的退烧药、止咳药放到“共享药箱”里，帮助缺药的邻居们度过眼前的难关。



# “白杨家 国际范”系列报道：白杨街道云邸社区：“小网格”展现治理作为 “服务圈”托起幸福民生



■邸馨蕊 陈静碧

一江碧水东流去，两岸宏图次第开。在钱塘白杨，“弄潮儿”精神在时代潮涌中被不断继承和发扬。从“向潮水要地，向海涂要粮”的拓荒围垦，到打造现代化都市型城区的时代新篇，白杨经历了一次又一次的华丽转身，在钱塘江畔筑起现代新城。

社区虽小，却关系到千家万户的幸福。白杨下辖的25个社区，既是社会的“神经末梢”，也是群众实现宜居宜业、舒心安心等愿景的载体。街道正以基层党建为统领、居民需求为导向，着力把最小单元的力量凝聚起来、激活起来，提升现代社区治理实效，构建共治共享的现代社区。

近期，围绕“现代社区建设”主题，本报联合白杨街道特开设专栏，通过展现部分社区在现代社区建设中的创新实践和工作成效，形成典型引领、示范带动的良好效应，打造具有白杨辨识度的现代社区。

本期《白杨家 国际范》报道，我们走进云邸社区，看社区如何聚焦民生福祉，改善社区治理，优化服务模式，满足居民对现代社区的美好向往。

## 建好“小网格” 汇聚“人人有责”治理力量

社区居民口中，现在都传着这样一句话，“网格员天天在网格里走访，有事咱们就找网格员。”自从开展网格化治理工作以来，群众幸福感节节攀升、获得感频频刷新。

网格力量“沉”下去，基层治理“升”起来。借助于基层治理体系升级重塑的契机，社区将辖区划分为8个网格、47个微网格，形成“社区—网格—微网格”治理框架，搭建起“社区党组织—小区党支部—微网格党小组”组织架构，把党组织贯穿网格体系，用一个个小网格，编织出一幅幅幸福的民生画卷。依托社区工作者、专业社工、志愿者自身优势特长，形成社区、社会、专业机构三方资源联动共享新局面，开创“五社联



动”治理新模式，实现“网格服务无盲区、基层治理全覆盖”的良好格局。

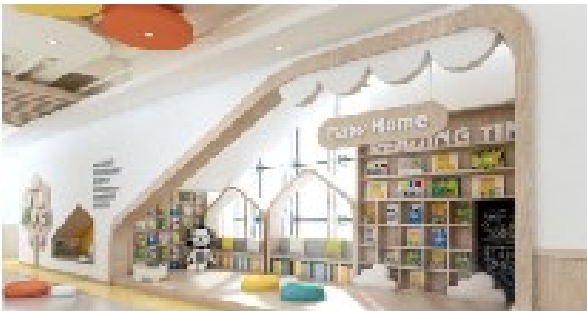
在建好网格体系的基础上，社区定期举办社工成长沙龙，对社工专业水平、



工作技能、形象气质等方面开展教育培训，不断提高社区工作者的能力水平，更好解决群众操心事、烦心事。同时，以党员先锋指数考核为抓手，建立党员日常

## 优化“服务圈” 打造“人人享有”幸福生活

“党群服务中心每天都很热闹，在这里娱乐、教育、休闲等各种需求都能满足，软件和硬件一应俱全，家门口就能享受到‘一站式’服务。”社区工作人员说道。党群服务中心是社区党员开展活动的首要阵地，也承载着服务群众的重要渠道。社区根据“易进入、可互动、能共享”原则，以大家喜闻乐见的形式，开展各类主题活动，积极打造社区“民生综合体”，确保党群服务中心用起来、活起来。



党群服务中心里笑声不断，婴幼儿成长驿站里笑脸涌现。“一老一小”作为重点民生实事，社区同样交出了一份亮眼的民生答卷。来到玫瑰之湾小区，600余平方米的社区用房“旧貌换新颜”，这里的居家养老服务中心、婴幼儿成长驿站成了老人、孩子身边的温馨家园。社区通过聚焦空巢、高龄、残疾等特殊服务群体，不断完善社区养老服务和普惠托育服务，进一步优化养老托幼服务圈。

不仅要服务好“一老一小”，如何托



起社区内千家万户稳稳的幸福？社区一直在努力。“我们小区是有年头的老小区，自从完成了改造，就像住进了新小区，环境也好了，设施也完善了。”小区居民的喜悦之情溢于言表。近年来，社区逐步完善老旧小区微更新改造，一个个老旧小区实现华丽蜕变。在改造过程中，社区多次收集汇总居民意见，瞄准居民需求，将小区内多余的空间资源合理利用。随着楼道议事角、健康空间等阵地的建成，服务空间资源短缺的问题迎刃而解，功能齐全、环境优美的现代化小区为居民实现幸福安居梦创造了条件。

值得一提的是，社区以辖区女性居民需求为出发点，打造“云中歌”女性服务品牌，致力于为女性提供专业化服务，帮助辖区居民建立和谐融洽的婆媳关系。在社区妇女工作站内，社区工作者引导大家从日常生活中的点滴之处建立良好婆媳互动关系，为缓和婆媳关系搭建起沟通的桥梁。

## 蒙脱石散并非“万能药” 焦虑也能引起腹泻 其他药品也可服用

■记者 沈霖 通讯员 马雅慧

近日，“蒙脱石散”上了热搜，原因是最近一些地区发现奥密克戎变异株XBB，市民一旦感染，除了与新冠相似的症状以外，还会出现恶心、呕吐、腹泻等胃肠道症状，从而引发了止泻药的抢购热潮。

记者了解到，目前多个外卖、电商平台上的药店均显示蒙脱石散库存不足或已售罄。记者走访了钱塘区的多家药店，发现不少市民正在咨询购买蒙脱石散，但大部分药店都处于无货状态。面对新的“威胁”，蒙脱石散有用吗？

对此，记者采访了下沙社区卫生服务中心副主任医师、全科医生张煌鹏，张医师表示，XBB仍属于奥密克戎的亚分支。之所以感染后会出现消化道症状，主要是因为病毒作用到消化道黏膜，胃肠道内的血管紧张素转化酶Ⅱ正好是新冠病毒的靶点，所以消化道症状就会成为继呼吸道症状以外另一个常见的症状，但请大家不必恐慌。

张医师提醒，蒙脱石散是一种治疗腹泻时常用的辅助药物。很多人把它错误地理解为止泻药，其实它并没有止泻作用，它主要起的是一种“吸附剂”的作用，其原材料蒙脱石具有很强的吸附性，对消化道的病毒、细菌及其产生的毒素等有一定的固定、抑制作用，使其失去致病作用，但蒙脱石中含有铝，两岁以下的儿童不建议使用，且服用后可能会导致便秘，平常便秘的人群需要在医师指导下使用。

“出现腹泻后，建议优先使用口服补盐液，这种药更安全。”张医师表示，大量排便后，腹泻患者可能出现缺水 and 电解质紊乱，可以喝电解质散等口服补盐液，维持体内钠、水和其他电解质之间的平衡。

“除了蒙脱石散，我们还有各种各样的药物都能够对新冠感染以后的胃肠道症状起作用。”张医师说，“一些轻度腹泻的患者可以服用中药黄连素等，都可以起到一定的止泻作用”。

此外，张医师还特别强调，止泻药物建议连续服用不要超过三天。如果腹泻很严重，只靠吃这些药物可能会延误病情。“如果患者出现了一天腹泻三次且超过三天，或者出现了脱水表现，可以就近到医院输一些葡萄糖氯化钾，补充一些电解质。如果出现恶心呕吐的情况，可以服用一些保护黏膜、增强胃动力的药物，如果不想吃饭，可以服用一些助消化的消化酶类药物，症状很快就能够得到改善。”

最后，张医师也提醒广大市民，不必过于恐慌去囤药，过于焦虑也是影响胃肠道功能的一个很重要因素。胃肠道是人体的一个晴雨表，如果过于紧张焦虑，也会造成腹泻或者消化不良的表现加重。

考核积分制和党员队伍激励机制，通过指尖“微”课堂、线上+线下授课等形式，创新党员学习方式，强化党员队伍建设。

小网格不仅凝聚起社区治理磅礴力量，也为居民创造出美丽家园。“过去老旧街巷总有小商铺乱搭乱建、乱摆乱放，有了网格员们，街头巷尾的卫生再也没有死角了，整个环境焕然一新！”居民王女士脸上的笑容藏也藏不住。群众的痛点，就是社区工作的突破点。社区围绕“整治脏乱差、打造洁净美”为目标，以网格为单位，建立网格化监管体系，网格员通过日常巡查积极查找问题、发现问题、解决问题，奋战在环境整治第一线，为小区环境整洁美丽把好第一关。



“依托社区网格化管理，以爱心公益活动为抓手，解决群众身边的大小事，我们将持之以恒把活动开展下去，架起服务群众的暖心桥。”社区工作人员介绍，接下来将会有更多便民活动走进企业、小区，让居民在单位、小区家门口就能享受“一站式”服务，进一步提升居民幸福感和获得感。

抓细抓实党建工作，做精做优社区治理。未来，社区将持续在服务居民上下功夫，为群众办实事、解难事，用心做好各项服务，让社区成为居民最放心、最安心的港湾，不断开创现代社区治理新局面。