

边逛西湖边做好事,“杭州小i使者”持续招募中;本月,他们中的150个最美微笑将收到小奖励

坚持义务讲解 “西湖船卡”阿姨为杭州增粉

本报首席记者 杨晓政
通讯员 邵旻 斯金叶

在杭州西湖边,有这么一位“船卡阿姨”——她花300元买了张外事游船的年卡,每天在花港码头上船,主动为游客提供问询和讲解服务,每周服务大约30小时。

她,被“杭州小i使者”项目定为2018年1月奖励的“小i”之一。

一边荡西湖、一边做好事的“杭州小i使者”活动,由钱江晚报、西湖景区管委会和阿里天天正能量共同发起。阿里巴巴天天正能量拿出10万元正能量基金,成立“微笑i基金”,奖励“微笑最灿烂”的杭州小i使者。此次,共奖励150人。

图中,穿着红背心、戴着小i胸牌的,就是“船卡阿姨”。



去年10月,有一位“船卡阿姨”报名当上了“杭州小i使者”,佩戴了“笑脸i胸牌”。“‘船卡阿姨’在西湖边默默做好事几年了,早已小有名气。这次当上小i,我们也觉得高兴。”西湖景区管委会团委书记巩颖告诉记者。

船卡阿姨始终不肯透露姓名。大家只知道,她是南京一家幼儿园的退休教师,南京人。她的丈夫是大学老师,在杭州工作还未退休。前几年,船卡阿姨搬到杭州住了:“我骑电瓶车,从古荡到苏堤,只要10来分钟。”

阿姨每天5:30起床,跟丈夫晨练打乒乓球,早餐后就到苏堤,“我买了游船的年卡。一开始,是纯锻炼和享受西湖美景。后来,我发现很多游客只是荡西湖而不认识西湖,真替大家可惜,就开始主动讲解了。”

“你知道中秋节,怎样欣赏小瀛洲的33个月亮……”2016年开始,船卡阿姨就成了外事

游船上的“资深义务讲解员”,她的讲解给外地游客留下了深刻的印象。马来西亚、云南、昆明、黑龙江、辽宁、江西、山西……船卡阿姨的微信好友人数过千,遍布天下。她开心地说:“我能为杭州吸粉,真有点自豪啊!”

跟船卡阿姨一样热心善良的小i使者还有很多——保俶塔实验学校四年级男生刘杭鑫和班里的45位同学一起报名加入杭州小i使者队伍。一个月前,杭杭戴上小i胸牌和红袖章,和同学一起信心满满前往北山街、岳庙一带,准备一有游客提问,就可以讲解西湖文化。

“可游客都往西湖眺望,没关注到我们的胸牌和红袖章。”杭杭有点失望。但他的眼睛和手都没闲着,一路见到垃圾就捡。有游客为捡垃圾的杭杭点赞,可小朋友们并没遇到需要问询服务的游客。杭杭琢磨着:“下次我得想个办法,让游客选我选我!我可以提供问询服务哦!”

新闻+

杭州小i: 政府搭平台,大家来献爱

去年国庆长假后,南京游客傅先生游览西湖后,在微信中写道:“我想来杭州过一个暖心的马路;我想要坐船不用抢可以保持优雅;我想要使用和欧洲一样干净的公共洗手间;我想有带着微笑i胸徽的杭州市民微笑待我……有时候,我不是想去哪里看无与伦比的风景,在杭州,文明就是风景,美好的内心就是风景。”

傅先生说的“微笑i”胸徽,就是西湖景区管委会2017年6月开始,在西湖边悄悄酝酿的一道新的文明风景线——“杭州小i使者”(i,发音为“爱”),所有佩戴“笑脸i胸牌”的人,将面带温暖微笑,热忱欢迎游客问路、求助。

“杭州小i使者”2017年6月13日启动,西湖边“洒下”了1000个字母i——西湖环湖13.8公里沿线的清洁人员、安保人员、管理人员、执法人员的胸前,都佩戴了胸牌。计划启动后,一线员工和老志愿者们微笑服务游客3988482人次。

今年1月,阿里巴巴天天正能量“微笑i基金”将给出第二批奖励,奖给150位“杭州小i”使者。2018年,西湖景区管委会将重点持续推进“微笑i使者”。管委会宣传部工作人员呼吁爱西湖的热心市民继续报名,政府搭平台,大家来献爱。

德国种植牙博士为您支招:年前快速种牙 开心过大年

本周六口腔公益讲座欢迎你来,1000颗进口种植体免费援助,全省征集“想种牙的你”

本报记者 寿亦萍

生活中,不少中老年人人都很注重高血压、糖尿病、心脑血管疾病的防治,也经常在学习和了解这些方面的医学知识,但对口腔健康却常常忽视了。有关专项调查显示,我国五十岁以上的中老年人很多都有缺牙现象,有的甚至半口或全口牙齿都缺失了。

口腔专家告诫中老年朋友,不少中老年人以为,人老了,牙齿掉了是正常的,所以常常不予理会,这种想法是错误的。牙齿缺失了,一定要及时进行修复,种植牙是很多中老年人首选的修复方式之一。

一天时间“老戏迷” 摆脱缺牙问题

对于一位越剧爱好者来说,听戏、唱曲是最开心的时候。唱曲不在要唱得多好,但是连词都念不清,可是很让人郁闷的。来自绍兴的李女士就是为此苦恼。因为长期多颗牙缺失,吃饭不方便,唱曲的时候还漏风。

李女士也想到要做种植牙,但一打听,如她这样的情况,要等待很久,起码3个月。正是如此,李女士一直犹豫,一拖就拖了好多年。

偶然的的机会李女士从本报得知有可以当天种牙,当天吃东西的“即刻种植”技术后,心动不已。经过口腔CT检查和牙槽骨骨质、骨密度检测,符合即刻种植的条件并顺利实施了半口微创即刻种植手术,不久就正常吃东西、唱曲了。



口腔平衡关乎全身健康 缺牙修复宜早不宜迟

牙齿主要有咀嚼食物、辅助发音、维持面容形态美观等功能,而这些功能的实现,需要不同的牙齿分工合作才能保证。牙齿缺失后,整个口腔平衡就会被打乱,拖延不及时修复,缺牙间隙附近的牙齿会出现倾斜、移位、间隙小等症状,不仅食物嵌塞、龋病、牙周病等问题接踵而来,还容易引起机体免疫功能低下,引发心脑血管等方面的全身系统疾病。

另外,从口腔形态来说,若缺牙长期未进行有效修复,随着时间的推移,牙槽骨会因失去有力支撑而不断萎缩,不仅让人显得愈发苍老,也给后期修复增加困难,造成恶性循环。因此,要想提高生活质量还得从延长牙齿寿命开始,缺牙者应当尽早进行义齿修复。

种植牙媲美真牙 是“人类的第三副牙齿”

如此说来,半/全口微创即刻种植技术的确是缺牙

患者的福音。“我们在门诊中,碰到不少类似李阿姨这样犹豫种牙、拖到无牙、吃不了东西、最后需做半/全口种植修复的病例。”半/全口即刻种植牙技术过渡期短,短时间解决缺牙问题且口内异物感较小,能帮助迅速恢复咀嚼效率,外观、功能可媲美真牙被称为除乳牙和恒牙之外“人类的第三副牙齿”。

但需要提醒的是,种植牙要选择正规的专业口腔机构,临床经验丰富、技术过硬的医生等才是成功的保障。另外,种植牙修复后,同样需要维护和保养,需要正确的刷牙方式,保持良好的口腔卫生条件等牙齿保健措施,维护和保养对种植牙的使用寿命起到关键性的作用。

本周六,口腔公益讲座欢迎你来 1000颗原装进口种植体免费送

为帮助更多牙齿缺失的中老年人重新拥有一副好牙口,本报联合指定口腔机构“多颗种植牙疑难病例临床研究基地”特别举办“缺牙圆梦年终感恩盛典”,现面向全省征集多颗缺牙、半口/全口缺牙疑难种植案例,倾情援助“想种牙的你”,1000颗原装进口种植体免费送。

1月27日(本周六)下午1:30,为造福更多缺牙读者在年前快速种好牙,用真牙,开心迎接新年,本报联合德国种植牙专家举办现场公益讲座,拨打本报健康热线成功报名,即可享受免费口腔拍片、口腔全面检查、德国专家免费设计种植方案,免费领取种植体,先到先得,抢完即止!

本报健康热线:0571-85310567