



宁波市海曙区社会组织服务中心

Ningbo Haishu District Social Organization Service Center

地址：宁波市海曙路91号

邮编：315010

电话：0574-87236000

网址：http://shzz.haishu.gov.cn/

微博：http://e.weibo.com/u/3053820077



宁波市海曙区社会组织服务中心

Ningbo Haishu District Social Organization Service Center

# 家门口的公益

# 序

这是进入新世纪的第12个年头，祖国在大步前进，城市在飞速发展，人们的收入越来越高，社会保障越来越好，可是，为什么我们的幸福感依然不高，不安、不满却越来越多。社会转型期，数百万市民，正在慢慢细化为各个群体，各个阶层，彼此分离又交错重叠，产生不同的个性化需求，再完善的公共服务，也不可能满足如此细化的个性化需求，因此需要社会管理创新，需要一群有爱心的志愿者团队，来为需要帮助的人群提供各种服务。公益创投，就这样应运而生。

公益创投重在“创”字，即发现新需求，设计新项目，开展新服务，满足新需求，解决新问题。通过公益创投，引导和支持社会组织为更多的人群提供更为丰富的活动，运用社会组织对社区问题的独特视角和专业理念，发挥他们作为社会运行动力源，黏合剂和平衡器的角色作用，更好地回应社会需求；通过公益创投，我们可以看到，改变在细微之间……

当你老了，头白了，走不动了，越来越孤单了。没人照顾你了吗？没有人愿意听你说话了么？那么，把手伸给我吧，让我来照顾你。

## 一、助老篇

### “幸福在线”项目

缘起：  
当老人退休在家，生活发生了变化，慢慢地与社会脱节了。这样的处境，往往会使他们感到非常失落。他们精神空虚，寂寞感强烈，很多老人变得敏感、多疑，有的患上抑郁症、焦虑症、失智症等。他们渴望被倾听，也渴望通过新的形式，重新融入社会，找到自己的位置。“月湖老人大道吧”就是针对老人的特殊心理需求而设的。一方面，他们让一群尚有能力老人加入到义工队伍中来，发挥余热；另一方面，他们创新服务方式，帮助更多的老人满足精神养老的需求。

团队：  
“月湖老人大道吧”成立于2010年初，是一支共有60名义工组成的养老服务团队，大多数成员是老年人。他们通过每周一期主题聊天或传统节日活动，帮助月湖街道辖区内的空巢、独居老人摆脱无聊和寂寞，丰富精神生活；对于年纪较大、行动不便的老人，除了上门陪聊还开展陪医、代买菜等生活照料服务。

故事：  
眼下，许多生活在繁华城市的老人，吃不愁，穿不愁，可依旧终日愁眉不展。他们觉得，生活没有乐趣，没有子女在身边，外面热热闹闹，门一关，却是一片冷清，连个说话的人也没有。比如91岁的叶老汉，曾是风云一时的企业家，民主党人士，但因为终身未婚，没有子女，自觉晚境凄凉，展不开笑颜。

如何让老人开心，真正安享幸福晚年，“月湖老人大道吧”的义工们动了不少脑筋。叶老汉家，他们去了一次又一次，也没干别的，主要任务就是“陪聊”。

“你别以为聊天是件轻松的事儿啊！每天陪一个90多岁、信息渠道远远跟不上时代的老人聊

天是一件非常辛苦而且技术含量很高的活儿。”义工们对此深有感触，老人讲来讲去总是以前的事情，义工们早就背了，但为了老人高兴，他们还是装作兴致很高的样子，以博老人欢心。

此外，自己也要先准备好谈资，把外面的事情、社会上的热点新闻，以浅显易懂的方式讲给老人听，让他不至于和社会太脱节。

陪老人聊天只是义工服务的一个环节，随着工作不断地深化，以前的有限服务变成了随叫随到的全天候服务，即便在节假日，老人有什么需求，一个电话，义工都会上门。

叶老汉只是众多服务对象中的一个。“月湖老人大道吧”的义工们长期坚持开展搞卫生、理发、陪聊等服务，而每周组织的、适合老人兴趣特点的活动，比如，教老人学面点制作、穿衣打扮等，组织球类比赛，开展月湖历史文化讲座和读书谈报会等活动，适时带老人出去走走等，也吸引着大批老人的参与，拓展了社区精神养老的内涵。

眼下，月湖街道共有800多位老人享受到了“幸福在线”项目的服务，他们觉得很幸福，毕竟不是住在哪里，身边都有这样的贴心人的。

点评：  
每一个生命都渴望得到爱和尊重，即便他老了，不中用了，即便她说话没有以前有份量了。被倾听，会让人变得平和柔软，能参与，会让人重拾自信和活力。如果服务到点子上了，活动真正是老人心里喜欢的，话说到了老人心坎上去了，那么助老才是真正成功的。“月湖老人大道吧”的“幸福在线”项目是缓解老人精神寂寞的一剂良药。



## 五豆浆服务队稳定持续发展计划



缘起：

老人们聚在一起，喜欢谈论与保健有关的话题，更希望吃出健康，而一日三餐中，最重要的是早餐，但对于多数子女不在身边而身体又不太好的老人来说，早餐往往随意应付了事，不太注重营养保健。五豆浆志愿服务队就投老人们所好，提供一种专门为老人量身定做的早餐饮品。

团队：

白庄社区的“五豆浆”制作志愿服务队成立于2007年8月，共有义工9人，均为退休党员，每天2人轮流制作“五豆浆”，以成本价需要的老人提供“五豆浆”，对一部分年老行动不便的老人人提供上门服务，他们的举动深得居民的好评。

故事：

2007年的8月，社区义工许宝玉在和一些老人聊天的过程中得知小区内一些老人都希望能喝到一种由五种豆制成的豆浆，俗称“五豆浆”，据说长期食用，对糖尿病、高血压、冠心病等老年人常见疾病具有一定的治疗和保健作用。

老人们不经意的一句话牵动了许阿姨的心：“不就打个豆浆嘛，只要大家喜欢，我们来做！”于是她组织了义工来为居民特别是老人每天做五豆浆。

在许阿姨积极动员下，许多义工积极参与“五豆浆”制作，她不顾自己体弱多病的身子，采购原料、购置豆浆机、烧锅等，她都亲力亲为。在她的动员和精心安排下，以社区老年党员义工为骨干的“五豆浆”制作小组在社区居家养老服务中心成立了。

一杯普通的豆浆，不知花费了他们多少心血。为保证“五豆浆”的品质，义工们可不含糊。刚开始时，以豆的粒数来配置适当的比例，他们每天都要花上很长时间数五种小豆，后来，自制了一杆小秤，每天按重量比例配置。为了降低成本，他们又常常为选购到又好又便宜的原料，奔波在各个市场。每天五点，许阿姨与队友们准时来到服务中心开始每天的豆浆制作，直到八点豆浆领完，对一部分年老行动不便的老人，他们还送豆浆上门。

五豆浆服务队稳定持续发展计划为“五豆浆”源源不断定向供给老人提供支持与保障。5年来，100多位老人每天都能喝上热腾腾的特制豆浆。

点评：

现代社会，早上喝一杯热豆浆，原不是什么大不了的事儿。但是能喝上既方便、又保健的特制豆浆，必要时还送货上门，是市场提供不了了的，对于那些体弱多病子女又不在身边的老人来说，如果有人天天不厌其烦地为你煮出热腾腾的好豆浆，就会有一种胜似亲人的幸福。



## “健康360°”项目

缘起：

生命是存折，健康是最前面那个“1”。对于一群身患慢性疾病的老年人来说，健康，更成了一个越来越奢侈的愿望。疾病导致生活质量下降，甚至功能丧失，给家庭和社会带来沉重的负担。而孝闻社区有着丰富的医疗单位资源、众多的医疗义工，能够满足居民的健康需求。以支持老年人健康生活方式为核心的“健康360°”应运而生。

团队：

“健康360°”是孝闻社区于2005年12月成立的健康服务团队，共有义工71名，服务宗旨是“宣传健康知识，预防疾病发展，增强人民体质，共享和谐社会”，服务对象涵盖社区全体居民。依托健康360°这个平台，成立了“健康绿色通道”、“健康驿站”、“健康聊天室”、“健康咨询”等众多的围绕健康为主题的各种小组，向居民群众宣传健康的生活理念，倡导健康的生活方式。

故事：

被查出糖尿病后，75岁的朱老太觉得自己啥乐趣都没了。儿女们和保姆都限制着她，甜的不让碰，水果不能吃，荤菜也严格控制着。可是，饮食上这么当心，她的病却没啥起色。

还好，社区里成立了“健康360°”团队，一群义工送医上门，给朱老太不少帮助。

“我真的能吃虾？查出糖尿病后我差不多都戒素了。”面对义工的建议，朱老太有些犹豫。但一看这义工是医学博士，也不由得自己不信。

义工给她开出了营养餐，有肉有蛋。相同热量的菜谱还有很多种，每天可以替换。每天吃一两水果。此外，坚持每天早上锻炼半小时以上，饭后散步1小时以上，每天晚上10点前上床睡觉。当然，药也是不能停的。

虽然还是有不少限制，但和以前比，已经幸福多了。朱老太坚持着做，她觉得，现在每天吃饭真是香啊，浑身有劲，失去的那些乐子又找回来

了。几个月下来一查，各项指标果然大有起色。

像孝闻社区这样的老小区，这样的老人不少，年纪一大，慢性病就多，虽然家人百般小心，但因为缺少专业知识，照顾起来总是不得法，健康360°项目以每周量血压服务为突破口，结合各项健康主题活动，开展健康教育、宣传、咨询、义诊等服务，使广大的社区居民更多地掌握自我保健的知识和方法，特别是60多位独居老人，得到如同家庭医生般贴心的守护。

点评：

对于慢性疾病的防治，在个体层面最有效的途径是建立健康的生活方式，改变不良的生活习惯和行为。而在社区层面，最有效的干预是创设支持性的环境，发展针对性的服务，让老年人积极参与到维护自身健康的活动中来。“健康360°”通过这种利民、便民、惠民的健康服务方式，在群众中建立起一种良性的健康互助体系，解决了老年人的健康问题。



不幸的原因有很多，失去至爱，健康不再，孩子们越来越疏远，可我们依然有追求幸福的本能，让我来带你重新寻找幸福的源头。

## “瑰丽年华”母亲健康项目

缘起：

50岁至60岁，这个时期的女性肩负着家庭和社會的双重压力，而她们的生理和心理正在进入一生中的一个重要转折期——更年期。随着人们平均寿命的延长，女性大约有1/3的时间是在更年期后度过的，因此更年期的保健显得格外重要。关爱更年期女性，使她们平稳渡过这段特殊时期，对于提高生活质量、增进家庭幸福、促进社会和谐具有重要意义。为了帮助这一特殊时期的女性，梅园社区启动了“瑰丽年华”母亲健康项目。

团队：

梅园社区计划生育协会成立于2003年，20多名协会骨干开展计生工作的宣传、服务，了解育龄群众的需求，并致力于她们排忧解难，带动育龄人群积极参与社区自治和社区服务，在为更年期女性进行健康心理教育方面，取得了良好的效果。

故事：

“你到底希望自己有病还是没有病？”看了多次医生后，面对医生的反问，53岁的王女士也受不了了，嚎啕大哭起来。

在旁人看来，王女士确实有点不可理喻，她是一名教师，生活优越，子女孝顺，然而她并不觉得愉快。近一年来，她总是郁郁寡欢。起初她感到身体不适，如胃部不适、泛酸、便秘、腹胀、失眠多梦，在多家医院做了详细检查后，她得知自己的胃肠一切正常。但她不相信这些结果，怀疑自己患了绝症，仍到处求治求医；有时还担心自己和家庭遭到不幸，担心自己的老公会外遇，坐卧不安。

其实，王女士得的是更年期综合征。事业和家庭的压力，往往让这个年纪的女性不堪重负，发病率逐年上升。要命的是，很多人不了解或不愿意正视这一点。

针对更年期女性的“瑰丽年华”母亲健康项目在王女士所在的梅园社区展开。项目组织更年期妇女们进行健康体检，邀请专家指导更年期妇女学

会自我查病的方法，制作发放更年期健康版面、宣传册，开展健康讲座、健康项目交流、运动会等活动，王女士在一次次活动中，渐渐对更年期综合症有了正确的认识，她释然了，开始正视自己的问题，并积极寻求治疗。

在梅园社区，受益的不只是王女士一样的常住人员，新宁波人也是“瑰丽年华”母亲健康项目的服务对象。

“瑰丽年华”母亲健康项目让幸福和健康离她们更近了。

点评：

一个家庭，孩子是中心，而母亲，往往是维系家庭感情的纽带，是丈夫和孩子的精神支柱。妈妈好了，整个家庭就会融洽和谐。“瑰丽年华”母亲健康项目其实服务的不仅仅是一个个体女性，而是一个个家庭。母亲健康快乐，家庭的幸福就多了一份保障。



## “幸福魔方”项目

缘起：

在入户走访中社工发现：原来在小区里有这样一小群人，他们的配偶或因恶性肿瘤发病去世，或因车祸等突然离世，他们有一直沉浸在对往事的追忆思念之中无法自拔；有的自责自责，痛苦万分；他们或表现为沉默寡言，神情淡漠，或表现为食不甘味夜不能眠，以泪洗面，久久不能走出人生的低谷。为了帮助他们尽快调整状态，重新规划自我，华兴社区的社工们策划开展“幸福魔方”项目，为他们提供专业的社会工作服务。

团队：

华兴社区袁老师社会工作室成立于2011年，是由社工、心理咨询师、高校志愿者及多名社会有志成青年组成，其中6位社工中有3位是社工师或助理社工师，他们以“用心关爱心灵，以生命影响生命”为宗旨，为社区居民开展个性化的个案服务、互动性的小组和多元化的社区服务。

故事：

丈夫走后，周女士觉得自己的天塌了。结婚20年，有三分之一的时间，丈夫在和病魔苦斗。她是同战友一样的战友，生活中的一切她都围着他的病在运转，他时好时坏的病情就是她每天心情的晴雨表，如今他撒手西去，她不知道活着还有什么意义。

后来丁女士来了，说社区有个活动，硬拉她去看看。丁女士是周女士的好友，又都住在华兴社区，更重要的是，她也失去了自己的丈夫，看在这面子上，周女士没有拒绝。

周女士发现，所谓活动其实是女人们的聚会，参加的人有不少是和她一样的人：离异，或丧偶。聚会上，柔和的音乐、随意的闲聊让她很放松，也让她很容易找到有共同语言的人，后来就不

用丁女士来叫，她主动去参加了，毕竟这样的活动是她阴暗生活的唯一点缀。聚会上不时有一些新面孔，他们和她聊天，开导她，说来也怪，每次聊完之后，心里都舒坦多了。

后来周女士才知道，这是华兴社区的袁老师社会工作室开展的“幸福魔方”公益项目，有专业的社工、心理咨询师在为他们开展心理支持小组服务。在小组活动中，主持者用瑜伽冥想音乐使参与者放松，引导她们互相倾诉、宣泄情绪、放下悲痛，鼓励她们在小组中分享自己一路走来的心路历程，使得组员间通过互动激发出心理支持的能量，再辅导她们学习自我提升的技巧，帮助她们走出离异或丧偶的阴影，让迷失自我的生活重新找到幸福的方向。

当周女士了解这一切的时候，她已经渐渐回归到正常的生活轨道中来，她开始为女儿的高考忙碌，他觉得生活还是有很多期待的：孩子马上会上大学，会工作，会结婚，会有下一代出生，她开始感谢生活，给了她这么一个懂事的女儿，周围还有那么多热心人，在帮助她，关心她，她打算有滋有味地活下去。

在华兴社区，像周女士那样失去至爱的单身居民还有一些，袁老师社会工作室的社工们通过专业疏导、集体互动、户外活动等方式让他们重新起航。

点评：

人人都有追求幸福的本能，从阴影中走出来，其实主要还是靠自己。社工们做的，无非是协助案主发挥潜能、发现自我，实现自我。不是刚性的指导，而是柔性的关系重构，关键是他们做到了，越来越多失去至爱的单身女性重新找到了幸福。



## “彩虹桥”项目

缘起：

在上海浦东国际机场一位母亲被留学回来的儿子连刺9刀死亡，同一天上海留学生在瑞典被刺十余刀，这两则新闻对白云庄社区的社工很大的触动，他们对本社区的21户留学生家庭摸底调查了解到：多数家长对子女在国外的安全、交友、学习生活等方面存在担忧，非常希望社区能提供平台，让他们认识更多的留学生家庭，探讨与留学生子女亲子沟通的技巧，增强留学生家庭的支持网络。白云庄社区同心社会工作室的“彩虹桥”就是这样一个构建留学生家庭互助网的项目。

团队：

白云庄社区同心社会工作室成立于2011年7月，由4名已取得社工师或助理社工师的工作组成，工作室旨在通过专题讲座、文体活动、资源互助、便民服务等非专业的服务方式和开展“暖巢”服务小组、“常青”服务小组、“彩虹桥”联谊会等专业的小组工作方式，为目标人群解决心理困扰和满足内在需求，以促进社会融合。

故事：

在很长的一段时间内，郑女士一直后悔，省吃俭用把儿子送到国外是不是错了。儿子一直是他们的骄傲，聪明，成绩好，从小到大学的奖金不断。高中毕业，夫妇俩一咬牙，拿出所有积蓄，把儿子送到加拿大。他也争气，大学毕业后就在那里定了居，生活优越。原以为幸福生活唾手可得，可是天有不测风云，2006年，郑女士的丈夫突发脑溢血过世后，只剩她一个人孤独地生活在这个城市里。逢年过

节，看着别人家欢聚一堂，她总是独自泪下。“做父母亲的送孩子出国是最大的牺牲，有出息的孩子尽孝难啊。”

郑女士的经历不是个例，在白云庄社区，留学生家庭不少。这些家庭，看着风光无限，其实问题不少。孩子在外面的，父母觉得孤单；孩子回来了，一时找不到自己的位置，父母又会着急，家庭矛盾一触即发。针对这些情况，同心社会工作室的社工召集他们来参加“彩虹桥”项目的活动。

郑女士能够明显感觉到自己的变化。英语角、中秋茶话会、家有好味道、乒乓球友谊赛……活动一个接着一个，自卑自怜的时间就少了，她认识了许多和她一样的留学生家长，有许多共同语言。在义工的帮助下，她学会了一些简单的英语，学会了QQ聊天，发邮件甚至上微博，和儿子的沟通多了，生活又阳光起来。前一阵子，她凭着简单的英语去了趟加拿大，和儿子团聚。

像郑女士一样被“彩虹桥”项目改变了的留学生家庭还有6户。通过“彩虹桥”项目，留学生家庭间建立起了自助、互助的网络，父母们觉得缩短了与子女的距离。

点评：

那些在海外“镀了金”的“精英”以及“精英”的父兄们，往往外表风光内心彷徨，并不像别人想像的那么幸福。留学生家庭有他们特有的烦恼，解决问题的关键是“沟通”，社区搭建了这样一个平台，彩虹桥，连起了父母与儿女，连起了国内与海外，解决了留学生家庭沟通不畅的问题。



## “连接快乐，幸福到家”项目

缘起：

徐家漕社区是宁波第一个安置小区，低收入家庭多，矛盾不少。特别是在社会转型期，贫富差距拉大，低收入家庭如果不能改善现状，容易加剧矛盾。扶危济困当然要做，但怎么做却是问题，这才出现了“连接快乐，幸福到家”项目。

团队：

徐家漕社区乐家社会工作室成立于2010年12月，拥有5名专业社会工作者和110名志愿者，以“助人自助”为宗旨，通过个案、小组、社区等工作方法，对弱势群体进行社会帮扶活动，通过细分，为服务对象量身打造一份脱贫计划。

故事：

低保户老李和儿子小李是一对冤家对头。一天一小吵，三天一大吵，说到底，绕不过一个钱字。

老李离婚，四年祸造成残疾一级，无生活自理能力，无生活来源，儿子17岁，辍学待业。家中还有70多岁的爷爷奶奶。

虽有低保，有街坊邻居接济，可现在哪一样不需要钱呢。生活困难了，很容易让人变得卑微、敏感、易躁、易怒，每一件细小的事都会挑动父子俩脆弱的神经。

老李怨儿子不争气，儿子怨老子没用，“战争”一触即发。

作为全市第一个安置房社区，徐家漕这样的低保户很多，社区启动了“连接快乐，幸福到家”项目，社工心里清楚，物质帮助只是一时的，最重要的是让身体健康、四肢健全的小李自食其力。



他们联系就业项目经理人，多次为小李介绍工作，但小李学历较低，又无一技之长，面试时表现得自卑，多次寻工作未果。几次失败后，再加上长期闲散在家，小李脾气很差，不愿走出家门。

前年的一天，义工再次找到小李，建议他参加海曙区开办的免费电工培训。之后义工又利用身边资源，为他找到了一份合适的工作，单位为他的缴纳了全额的社会保险，可以带着整个家庭走出困境，不用再靠低保金生活了。这个曾对生活充满怨气的小伙子，终于有了自信阳光的笑容。

像小李那样受益的困难家庭还有278户。针对各家的具体情况，社工和义工们分别开展各种增强弱势群体技能的计划：对失业人员进行就业技能培训、职业生涯规划、创业定位；对未成年人进行系统性的素质教育；对残疾人进行康复训练；为老年人搭建志愿者服务和精神养老的平台，提升弱势群体运用社会支持系统的能力。

点评：

低收入人群怎么帮？很多时候，我们习惯了逢年过节送钱送物，再等着对方感恩戴德。我们忽略了，救急不救穷，最好的办法，就是给对方一个摆脱贫穷的法宝，让他不再需要救助。这个法宝，可以是一门技术，一个工作，一种心态，不同的人有不同的需要。



社会转型期矛盾纷杂，如何化解，草根的力量功不可没。

## “何阿姨和好屋”项目

缘起：

在我们宁波，调解邻里纠纷的人被老百姓亲切地称为“娘舅大石头”。与诉讼相比，“娘舅大石头”调解的优越性在于能够把纠纷消灭在萌芽状态，而且，比之于打官司的程序复杂、耗时费力，“娘舅大石头”调解不仅降低了解决纠纷的成本，让纠纷各方心服口服，也树立了政府的威信。马园社区的老娘舅何阿姨，还专门开了个“何阿姨和好屋”。

团队：

何阿姨和好屋是一支以“舒缓情绪、化解矛盾、维护和谐”为宗旨，以贴近百姓的方式帮助居民化解矛盾、倾听心声、排忧解难的义工服务团队，共有义工5人，成立于2011年，团队以“大石头为大家，有事来说话”为服务口号，引导更多的人走“和谐、舒心、自然、健康”之路。

故事：

一件小事不能再小的事，让两个好邻居起了芥蒂。

家住马园社区的张奶奶，因为隔壁邻居在公共走廊装了一台热水器而忧心忡忡：她怕热水器要是滴水会使地面湿滑，自己会滑倒。

怎么办，马园社区有何阿姨“和好屋”，平时夫妻吵架，婆媳矛盾都会找到这里，情急之下，张奶奶来到社区调解室找到老娘舅何阿姨，希望劝邻居能把热水器给拆了。

何阿姨现场一看，并不觉得这热水器会多大影响，经过一番询问，发现了张奶奶心里有“阴影”：她曾经在雨天由于地滑摔过一跤，从此心中留下了“伤疤”。找热水器的主人王女士沟通，

人家也有难处：父母过世后，这套房子留给了她和妹妹，卫生间被一分为二后，不好装热水器，只好把它装在房门外了。

为了把事情解决好，何阿姨把张奶奶、张奶奶女婿和王阿姨都请到了和好屋。看出王女士的态度颇为强硬，于是何阿姨提出：“不想拆的话也可以，不过我们就得想出一个能不拆的方法，让张奶奶放心。”

在何阿姨的劝说下，王女士许下了一纸“承诺”：“保证热水器不漏水，并在下方装一块铁皮。若因为热水器的原因而影响她的人身安全，由我方负责。”

张奶奶在协议上也签下了自己的名字，她终于放下了那颗一直悬着的心。何阿姨还不忘叮嘱王女士的租客，平时要多关心关心张奶奶，邻里关系好了，大家生活都开心。

类似的故事不少，和好屋一年来共接待来访者1130多人次，和好屋不仅为已发生的纠纷进行调解，还为群众搭建倾听的平台，是家庭、邻里、社会和谐润滑剂。

点评：

社会管理创新，不仅仅是政府部门的事，也是我们每一个公民共同的事。社会组织是社会管理中的一支重要力量，因此要动员社会力量，依靠老百姓的智慧来解决民间的矛盾纠纷，像何阿姨这样的“娘舅大石头”，从群众中来，长期生活在老百姓中，有一定的威信，有相当的亲和力，老百姓十分信任他们，有利于各类矛盾的有效解决，值得倡导。



## 月湖街道人才孵化基地项目

缘起：

连续多年，宁波市许多大学生存在求职困难，而另一方面，企业也叹招工难。今年，用工结构性矛盾依然突出。月湖街道人才孵化基地就是为了缓解这样的结构性矛盾而设立的。

团队：

月湖街道人才孵化基地是以促进大学生就业、培养有意愿创业的大学生为宗旨的就业创业服务机构，团队共有义工8人，成立于2010年。主要功能是以大学毕业生为主要服务对象，为不同技能的大学生提供各类资源的岗位，提供就业和创业的政策咨询，以提高大学生就业率，降低大学

生创业风险和创业成本。

故事：

在半年之内，小林和小俞这对小情侣到月湖街道人才孵化基地来了10多次。

小林有7年驾龄，女朋友小俞是一名本科生，条件不算差，找工作却高不成低不就屡屡碰壁。小俞说：“我就想找份安稳、长久的工作，其他随便，合适就好。”小林说：“我想找份司机工作，单纯做司机，最好工资高点，如果要搬东西、干体力活就不要了。”条件不算高，可这样的工作也不是那么好找的。“从冬天找到夏天，一次次面试不成功，失败的介绍信都可以打扑克了。”

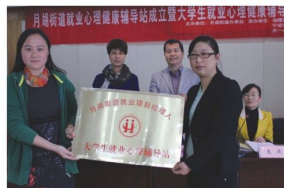
眼下，这样的年轻人很多，而另一方面，招不到工的企业也比比皆是。为解决企业招聘难和大

学毕业生就业难的矛盾问题，月湖街道人才孵化基地组织了多次招聘会，在各社区设立创业导航咨询点，方便辖区大学生在家门口就能得到创业的最新资讯，还请了就业顾问帮大学生牵线搭桥。

在就业顾问的帮助下，经过了11次失败之后，小林终于找到一份理想的司机工作，月薪5000元，小俞也在一家保健品公司做了文员，两人对现在的工作都十分满意。

“我们年轻人经常会找不准自己的位置，基地给了我们很多帮助。有时候我觉得，他们比我们自己都知道适合干什么。”小俞感慨地说。

除了对接外，义工们还建立企业联盟机制，



围绕辖区及联盟企业重点行业的用人需求，开展了“服务企业用工，帮扶求职就业”等系列多样化的就业招聘活动，现已为85名大学生找到了就业或创业的机会。

点评：

帮大学生找工作，帮企业招工，有的时候，就像做“红娘”一样，得看准。有的时候，求职者适合干什么，你得比他更清楚。80后、90后独生子女逐渐成为求职者主体，他们往往比父辈拥有更高的学历和技能，却往往眼高手低找不准自己的位置。在帮助他们求职的同时，帮他们认清自己，做好心理疏导，是月湖街道人才孵化基地比一般人人才市场做得更到位的地方。

## 四、助残扶困篇

贫穷不是罪，却是许多矛盾的根源；残疾不能等同于不幸，却是许多家庭幸福的阴影。如何帮助他们，得有技巧。

### “56882—我来帮帮你”项目

缘起：

每个人身边，都会有一些需要帮助的人：残疾人、孤寡老人、困难家庭……他们有的需要生活照料，有的需要精神鼓励。满足这些需求，除了政府提供的公共服务，还需要居民的热情参与。正好，在牡丹社区，有这样一群有心人，他们策划了56882—我来帮帮你项目。



团队：

牡丹社区快乐义工团成立于2010年，由16支队伍、300个义工组成，团队成员基本上都是老年人，每支队伍既分工明确、各有特色，又具有极强的团队服务能力。快乐义工团希望把快乐带给广大的残疾朋友、老年居民，因此，他们推出针对残疾人和老年朋友的特色服务，自己策划、组织、实施各类专题活动，让关爱的阳光洒到每一个需要帮助的人的心里。

故事：

因为年病，黄阿姨再也无法像以前那样正常行走了，她整天闷在家里，不工作，她丈夫为了照顾生病的她，也失去了工作，之后一直没有找到合适的。这个家没有了经济来源，生活状况变差了，他俩的心情也变坏了，少了耐心与包容，争吵成了家常便饭。

当感情在无休止的争吵中消失殆尽，黄阿姨

提出了离婚。所幸，义工上门来了，带来一些生活用品和生活的关怀。义工陪黄阿姨聊天，耐心地听她诉苦，给她安慰。黄阿姨觉得心里好多受了。

之后，黄阿姨和义工们成了朋友。立夏节请她做香袋包粽子，送给闻裕顺敬老院的老人；入冬前请她织毛线帽子，送给社区孤寡老人。黄阿姨觉得，自己还有用武之地，心情也比之前好多了。

黄阿姨还和一群残疾朋友一起去爬山，在北仑森林公园，凭着坚强的意志，花一个多小时，一步一个台阶登上了山顶。他们笑啊就啊，打出胜利的手势，高呼“我们胜利了”。

现在义工团还为她丈夫在家丰食府找了一份保安工作，丈夫工作稳定，她心情愉快，家庭也就和睦了。

像黄阿姨那样的受助者还有很多。义工们把社区97个残疾朋友的家庭住址、电话号码等基本情况汇总后制作成“你的朋友在这里”交友名单，送到每个残疾人手中，让他们互相认识，广交朋友。同时



点评：

残疾人因为自卑把自己封闭起来，他们更需要精神上的帮助和支持。快乐义工团的义工们把对脉、开对方，以丰富多彩的活动，激发更多残疾人走出家门，参与社区活动，实现自身价值。

## 四、助残扶困篇

### 关爱残疾人行动

缘起：

秀水社区内约有130多人有智力或肢体上的残疾，这些家庭的亲人。家长们往往因为有一个“不完美”的孩子而感到内疚，特别是精神病人的家属们，他们不太愿意与他人交往，负面的情绪不知如何处理，再加上这类家庭的经济状况普遍较差，家长们有着深深的无力感。为给予这些家长们以心理支持，更好地服务精神病患者家庭，让他们重沐阳光，秀水社区沐浴俱乐部展开“关爱残疾人行动”。

团队：

秀水社区沐浴俱乐部成立于2011年4月，由3位专业社会工作者、3位心理咨询师及2位社区义工组成。俱乐部主要运用社会工作专业的方法与理论，以搭建平台、助人自助为使命，为残疾人及其家属实施各类公益活动。

故事：

“哟！”当儿子小王当着她的面把她的不容易做好的一顿饭放散时，李女士觉得自己快崩溃了。

小王的二级精神残疾一直是李女士一个难以启齿的痛。她的丈夫还在打临工，她在家一心照顾儿子，可是儿子似乎一点都不领情，常常拒绝吃药，有时候还会打骂父母。“这个冤家！”李女士一直觉得自己是世上最痛苦的人，再这样下去，她也快得精神病了。

这个问题，李连的不仅是一个家庭，处理不好，会影响整个社会。秀水社区为此专门成立沐浴俱乐部，寓意让精神病患者家庭重沐阳光。

在这个俱乐部里，李女士认识了10多名精神病患者家属，大家在一起倾听著，交流著……

俱乐部给每个家属“焦虑量表”测量，结果发现，参加测试的每个人都有不同程度的抑郁症，其中2人为轻度，4人为中度，1人为重度。这一结果表明近一半的家属有不同程度的焦虑情绪。

针对这一问题，俱乐部请了心理咨

询师，让每个家属通过绘画跟心理咨询师详细对话，诉说内心的苦楚和不安，还让他们通过互相诉说心事，发泄心中的不良情绪，从心理咨询师那儿学习身心减压的小技巧。俱乐部还请了精神科医生来指导家属们，如何观察患者的病情变化，如何协助其服药以及一些实际可操作的护理及互动技巧。

“我一直以为是儿子的问题，结果发现，出问题的是自己。是我一直对儿子的病情耿耿于怀、有点放弃和厌烦情绪。”跟心理咨询师说出这一段话的时候，李女士泪如雨下，她终于找到自己的症结。她开始试着和孩子以朋友的身份和口气说话，发现效果好了很多，知道还有这么多的人一样在坚守和保护著孩子，她的内心逐渐强大起来。

至今，义工们已为辖区15户精神病患者家庭重新找到了自信的阳光。

点评：

当一个人患上了精神病，家人就容易有“心病”。其实，精神病并不可怕，很多患者经过治疗后可以和正常人一样生活，轻度的还可以出外再为社会出一份力。但是因为家人的顾虑和社会的偏见，他们回归社会变得越来越困难。

“沐浴”俱乐部关爱残疾人行动重在给予精神病患者家属心理支持与社会帮助，使其能更好地照顾、监督患者，从而促进精神患者得以更好地恢复，增进独立生活与适应能力，预防和减少发病肇事、危害社会的事件发生，最终促进社会安定和谐。



## 五、少年服务篇

长大是一个漫长而艰难的过程，烦恼和忧伤相伴。孩子别怕，这是成长的代价，这一路我们来做陪伴你。

### 星宝关爱援助计划

缘起：

算上公办和民办的机构，宁波针对孤独症儿童的学龄前康复训练机构只有海曙区“满天星”儿童成长服务中心、鄞州区“星星乐园”、江东区“宁波市残疾人康复中心”和“刘氏儿童培训学校”等几家，这些机构仅能容纳近百名孤独症儿童，与宁波数千人的孤独症人群（其中大部分是儿童）规模相比，无疑显得杯水车薪。专业的机构少，社会对孤独症的了解和关爱少，使得孤独症儿童的康复之路更加艰难。为了唤起社会对孤独症儿童的关注，为了给孤独症孩子的家长更大的支持，“星宝关爱援助计划”产生了。

团队：

“星星的孩子”家长互助会是一个由自闭症儿童的家长、社会爱心人士发起的民间互助组织，目前，互助会拥有一个由11人组成的工作团队，一个由300余名成员组成的“一家人”QQ群，一

人？那里很冷，应该很容易感冒吧。

爸爸妈妈还说，自闭症和感冒还有一点不一样。得了感冒，我只要喝一下甜甜的姜糖水，吃草莓口味的感冒药，或者上医院打一针，就会好了。对付自闭症可不那么麻烦，我只要每天和爸爸妈妈玩，和老师同学做好朋友，好好学习，就会慢慢好起来。不过，这个叫“自闭症”的家伙有点调皮，它生出来，要在我身上住很长的时间，才会慢慢离开。所以，爸爸妈妈告诉我，不要着急，只要我坚持，等我长大了，我不但会好起来，还会变成一个美丽的大姑娘，就像白雪公主一样！

不知道大家愿不愿意做我的好朋友，帮助我，还有很多和我一样的人？不管怎样，我会一直努力，我每天早上起来都会对自己说一句：“妮妮，加油！”

以上是自闭症患儿妮妮的爸爸给女儿写下的一段文字，妮妮上幼儿园的时候，他发现女儿得了自闭症。起初他们也难以接受，但夫妻俩克服种种困难，如今9岁的女儿已经恢复得很好，上小学一年级了。但并不是每一个“星星

的孩子”都有这样的幸运，许多家庭会因为孩子得自闭症而痛苦挣扎在崩溃的边缘。

为了让更多的能够理解自闭症，并接纳自闭症患儿，也为了自闭症家庭之间可以相互沟通相互帮助，一群自闭症患儿的家长组建了“星星的孩子”家长互助会。目前已经有45个自闭症家庭受益。

点评：

上天给了我们一个“星星的孩子”，我们要和孩子一起成长，我们需要为这些天使营造最为舒适的氛围，这是个“偏僻”人群，真的很需要社会的关注，让我们给孩子一个接纳、关爱、能健康成长的环境。

### “第二课堂”项目

缘起：

随着城市化进程的加快，职工上班的距离越来越远，大部分人大一早出门，到晚上6点多钟才能回家。而孩子，尤其是小学生，4点多就放学了，在这段时间里，孩子该如何安置，是众多家长的心病。有爷爷奶奶照顾的父母担心孩子的功课没有好好辅导，没有长辈照顾的父母又担心如何让孩子安全度过这2个小时的“管理真空”。

这就不让年轻的父母急切渴望有一个可以自己放心托付，又可以让孩子安心学习的好去处。县学社区心乐园青少年联谊会的“第二课堂”解决了这个难题。

团队：

县学社区心乐园青少年联谊会成立于2010年5月，以退休教师和辖区教师志愿者为主要成员，社区的老干部、老战士、老教师、老专家、老模范等“五老”为骨干，以“架起校门和家门的放心桥”为目标，每天为青少年安排不同内容的知识辅导，开展各种思想道德教育活动，弥补了学校放学后“教育空白”。

故事：

5点半下班，挤一个多小时公交车赶到家后，看到女儿苗苗还在和奶奶讨价还价，作业一个字也没写，丁女士往往气不打一处来。自从女儿上了小学，孩子放学后到她下班前这段无人管的“真空期”，让丁女士非常烦恼。丁女士也想把女儿送到托管班，可是去了几天，孩子死活不肯了，理由是“老师比奶奶还要唠叨。”

“第二课堂”开设后，丁女士抱着试试看的心情把苗苗送了进去。丁女士原来只当是一般的托管班，进去一看，“课堂”设施配备还挺齐全，宽敞的教室，整齐的课桌椅，还有液晶电视及电脑。

几个月后，丁女士能够明显感觉到女儿的变化，成绩提高了，手巧了，英语比以前说得好了，也变得懂事了，会关心老人了。还有一次，她破天荒地把自己的图书一本一本找出来，整整齐齐地摆好，说要给别的同学看。种种变化让做妈妈的感到很惊喜。

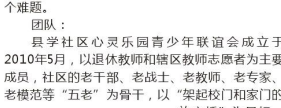
“妈妈，这里和托管班不一样哦，不是一直盯着我们写作业，我们还有活动，可好了！”苗苗告诉妈妈，原来除了辅导功课外，“第二课堂”的活动也不少，比如每周会安排主题性特色活动，培养学生兴趣爱好。如开设德馨讲坛、DIY俱乐部、民间巧手吧、手拉手爱心银行、趣味英语培训等。学习当然也不会落下，辅导老师会制定一套学习计划，依照计划在期中、期末对学生们进行考核评优。

“第二课堂”不但设计了丰富多彩的活动，还整合社区绿色网吧、图书角、棋类区、书法绘画区等优质的教育资源，使得孩子们学习与休闲有机结合，吸引孩子们加入到“第二课堂”中来，也提升了孩子们的学习兴趣。

目前，月湖街道共有24个孩子参加了第二课堂，家长说：有了第二课堂，孩子放学后，我们再也不用担心了。

点评：

光办个“托管班”不难，难的是，要让孩子喜欢，让家长放心。“第二课堂”面向居民，切实解决了双职工家庭的烦恼。同时，在活动中注重教育形式的多样性、针对性，牢牢地拴住了孩子的心，这才是最不容易做到的。



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>六、社工心语</div><div><div>一行，不如多人行</div><div>—黎丽—</div><p>掐指一算，做社工已近五年，感叹时光匆匆。在业内也可算“老社工”一族。从最初工作时的孤身一人，到渐渐开始有相关义工帮助，再到后来出现“靠得住”的社会组织和草根机构一同协助，深深感叹不仅人会慢慢成长，行业和专业也会慢慢发育起来。一草一木皆变化无常，哪怕改变缓慢，也终究一刻不停地发生着量变和质变。</p><p>一行，不如多人行。一个人工作的时候，思维难免受限，知识难免匮乏。多一些，多一些人，多一些能量。不知是从哪天起，发现海曙区居然还有这么多的草根组织和草根力量，如雨后春笋般冒出来。特别是看到和我一样做残障康复服务的组织，尽管服务方式有所不同，但志同道合的默契，让我更相信彼此之间的缘分。 以为自闭症患者服务领域不会有人涉足，这项工作难实施、难评估、难有收效，除非是专业人士全程服务。但是，有这样一支团队——“星星的孩子”家长互助会，他们的成员都是自闭症孩子的家长。我几乎是亲眼看着它出生和长大，并且在自己的工作中多次借助和借鉴他们的力量。值得一提的是，该组织在骨干家长“妮妮爸爸”、“阳阳妈妈”等人的呼吁和奔走下，在市慈善总会的大力协助下，即将“出壳”成立星宝自闭症家庭支援中心，实在是可喜可贺！自闭症干预起来非常复杂，非常困难，除了患者父母，大约也实在难以找出更合适的人选来做这项工作。该组织申报的“我在你身边”自闭症家庭支援项目，为相关家庭提供系统、科学、贴心的支</p></div></div> <div><div>-14-</div></div> | <div><div>六、社工心语</div><div><div>新社工，心感悟</div><div>—邱银乖—</div><p>四个月前，满怀憧憬，我开始了社工生活。我渴望着，能用课堂所学，与弱势群体同行，以我浅薄之力，助他们走出生活的困境，真正成为生活的主人。</p><p>然而，理想是丰满的，现实却是骨感的。接手社区矫正工作却无从入手，面对服务对象不被信任，面对他人困境却无能为力，此间种种，都让我感到极度的不安、自惭与无力。</p><p>但是，我不愿，就此结束我的社工之路。在我摸索前行时，我遇到了那些参与公益创投的社会组织，在参与他们开展的活动的过程中，我得到了极大的鼓舞和启示。</p><p>普通、平凡，并不能阻止他们为善努力。这些社会组织的成员都是义工，他们只是芸芸众生中的一员。他们，或单人、或团队，不求回报，付出宝贵的时间与金钱，为社会弱势群体带去笑颜。在中报了公益创投项目争取到活动资金后，他们更加无私地奉献自己的时间与精力，为解决他人的困难不留一丝余力。如“56882——我来帮帮你”项目的负责人在烧菜的时候，都在思索如何更好地为居民提供服务，当有一个灵感出现时，她就把手边的，把创意摘记下来，才继续做饭；还有一个正值不惑之年的义工，为了能够全身心地公益事业，辞去了自己的工作，成为一个全职的义工。他们平凡，却又做着不平凡的事。</p><p>热情、有序，草根组织用力与心奉献着。俗话说，没有规矩，不成方圆。在项目实施之初，社会组织就制定了完善的规章制度。爱心助航工程项</p></div></div> <div><div>-15-</div></div> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div><div>六、社工心语</div><div><div>星星之火可以燎原</div><div>—黄叶飞—</div><p>从毕业进入社工这个行业，一晃已经两年了。从当初对这个职业的懵懂无知，到如今，慢慢地熟悉和喜欢。喜欢服务对象对我的信任，喜欢社工这个职业渐渐地被人们所熟知，喜欢那些与我协同工作的社会组织慢慢成长，能够为更多的人提供服务。</p><p>一进入这个行业，做的就是青少年社工，接触的是外来民工子女。通过在课间与他们交流了解到，他们主要有两个比较大的问题。一个是这些学生的家长从事的多是体力劳动，每天都为生计奔波，无暇顾及到孩子，很多学生放学后会在学校附近或网吧游荡到很晚才回家，缺乏家庭照顾和教育，致使他们养成不好的学习和生活习惯；另一个问题是，他们从小跟随父母生活在宁波，出于一些生活习惯和语言的问题，他们未能很好地融入到宁波这个城市，他们缺少朋友、缺少玩伴。我以专业社工的视角，看到了他们的问题和需求，但以我一人之力，显然不够。</p><p>所幸，因为有了公益创投，让我知道了还有这么多社会组织在为青少年服务、在为外来民工子女们服务。望着街道“雏鹰学校-快乐候鸟”项目为本地及外来务工人员子女发展搭建一个集青年思想道德教育、科技体验普及、知识技能培训和社会公共信息服务平台；宁波心理援助协会申报的“蓝丝带”外来务工人员小学生心理援助项目，为</p></div></div> <div><div>-16-</div></div> | <div><div>六、社工心语</div><div><div>为老服务 薪火相传</div><div>—周婧—</div><p>我想，大部分工作的朋友应该都能体会到自己的成长。我的成长，离不开那些为老服务团队带给我的帮助和启发。虽然刚毕业，但这一年来，所经历的一切，不论风雨或者阳光，都将是我人生路上最为宝贵的经验。</p><p>初到中心时，我还是个大四的学生，对公益的概念仅仅停留在闲暇时做一些力所能及的好事罢了，我甚至用了大半年才弄明白公益创投是怎么回事。而当时我对老年人的接触，也仅仅局限在家中的几位长辈之中，未曾走进过社区、未曾到过养老院、未曾了解过应该怎样做老年工作。我是在四月份开始做老年项目的，起初因为社会阅历有限，而我也并非社会工作科班出身，对于这份工作一片茫然，不知该从何入手。经过了与老人不断地接触，做了几次老年人需求调查，以及对公益创投老年人项目的了解，我感觉到自己与老年人的距离越来越近。随着社会与经济的发展，真正被经济所困的老年人已经越来越少，老年人的需求已经上升到了精神层面。老年人已经不再满足天天在家看看电视、打打麻将，他们需要打开家门，走出小区，参加活动，认识更多志同道合的朋友，可以适当学一些有兴趣的东西，多用脑子，真正做到老有所学、老有所乐，当然，能够老有所为是最好不过的了。</p><p>幸而每个社区都有各类为老服务团队，他们在为老年人服务的过程中发现了老年人的多样化需求，这些需求被设计成为一个个富有特色和实效性</p></div></div> <div><div>-17-</div></div> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|