

定海二中分部进行改扩建

计划2026年秋季学期投入使用



□通讯员 俞姝伊 张旭东 余若望 朱孝军 董海平

本报讯 定海区第二中学分部改扩建项目是今年定海区政府民生实事项目之一，目前已经完成桩基施工和土方开挖，计划2026年秋季学期投入使用。

笔者日前在位于定海人民北路218号原舟山小学校址的定海二中分部改扩建项目现场看到，一片忙碌景象。“目前已经完成桩基施工和土方开挖，预计今年11月左右完成新建教学楼主体结构结顶，农历新年前完成外架的拆除以及外墙的装饰。”现场负责人王玲吉介绍道。

据悉，定海二中近年来招生规模扩大，目前的校址相对有些局促。原舟山小学于2024年秋季搬迁至定海永安路新校区后，原人民北路的校址腾出来了。

该项民生实事项目计划拆除一幢原4层教学楼，新建一幢地上5层

的教学楼，同时对其他校舍、体育活动场地、食堂等附属设施进行全面提升改造，设计规模14个普通教室、1个餐厅厨房及其他功能教室，改造后总建筑面积约7100平方米，总投资约2800万元。其中，2025年计划投资800万元，完成新建教学楼主体框架结构。

定海二中建校历史源远流长，上可追溯至清康熙四十九年（1710年）建于定海城关书院弄17号的“蓉浦书院”，其间历经沧桑，几易校名，1978年始更名为定海县第二中学，1999年8月，学校整体迁于现址——定海区合源新村76号。

据了解，定海二中分部计划2026年秋季学期启用后，部分年级段搬迁至此。该项目的建设能解决现定海二中学校无法满足日益增长的就学需求问题，提高教育发展水平和教育公共服务能力，提升学校基础设施建设水平，扩大优质教育辐射面，推进定海基础教育均衡化、优质化发展。

最近，这种兼职方式火了 舟山有人尝试“带薪减肥”

□记者 丁一珂

今夏，外卖大战如火如荼的同时，网上不少报道也指向一种趋势：年轻人开始在空闲时间送外卖了。不只是电动车，自行车也成为他们送外卖的交通工具。记者关注到，舟山也有人业余骑自行车送外卖。这种“带薪减肥”的方式体验如何？

“骑行两小时，奖励自己一杯酸奶”“6公斤的单取消扣了10块钱”“台风天下雨没去送，一直记记得得”……近段时间，网民“橙子”持续在社交平台分享她的“舟山骑自行车送外卖日记”。她称，自己为“纪实型选手”，当天天气、骑行时间、配送收入等都会详细记录，其中还不乏有一些小插曲。评论区有网友向她请教新手如何入门送外卖等问题，她也会一一回复。

8月18日，记者联系上了“橙子”。她今年25岁，送外卖并不是主业，平时是一位“朝九晚五”的上班族。据“橙子”介绍，之前偶然看到网上有人利用晚上时间骑自行车送外卖，既能减肥又能赚钱，晚上还怕太阳晒，刚好家里有一辆闲置的山地车，于是她果断付诸实践。当问到实际收入时，她坦言：“我在新城区

送外卖，晚上2小时左右，一般能送五六单，收入其实很少，也就二三十元。”

“虽然赚得不多，但感觉很好。”“橙子”表示，送起来挺上头的，有点像打游戏做任务，先找到合适的单子，再规划送餐路线，送一单就赚一份钱，还能顺便锻炼身体……“总的来说是一件一举多得的事情，有时间会坚持下去。”

“橙子”姑娘的体重50公斤出头，属于小基数，骑自行车送外卖对她减肥起到了一定效果，对此她很满意，“7月底开始送的，至今瘦了四五斤。原本晚上空了也会散散步、跑跑步，现在锻炼就以骑车为主。”除了体重有所下降，“橙子”还发现自己骑自行车送外卖以后，对吃也开始讲究了。“现在尽量自己做饭，点外卖会比较注重环境卫生，点一些有堂食的店。”她还有一份自己的外卖“红黑榜”，送外卖时看见干净的店，会把它加入到自己的“外卖清单”。

年轻人选择骑自行车送外卖，既有现实需求的驱动，也是对生活方式的灵活选择。但需注意，长时间骑行可能会对膝盖、腰部等关节造成损伤，尤其是对于本身就有关节问题的人来说，更要注重保护。

舟山三位医生 获“仁心仁术奖”

据健康舟山微信公众号消息，2025年8月19日是第八个中国医师节。当天，浙江省“仁心仁术奖”获奖名单公布，其中，舟

山医院唐维国，岱山县第一人民医院俞建国和嵊泗县嵊山中心卫生院陈海味获评“德医双馨奖”。

他们又如约而至 缅怀革命英烈



□通讯员 王晗璐 沈诗桥 周宇超 黄钰婷 文/摄

本报讯 8月18日上午9时，由定海昌国街道、舟山市香园社工服务中心联合主办“永恒的约定”——纪念“华东一级战斗英雄”林茂成烈士牺牲76周年主题活动举行。社会各界代表及志愿者共约120人齐聚舟山烈士陵园，以最崇高的敬意向长眠于此的英雄们献上无尽追思。

在集体缅怀仪式上，全体人员肃立，向为民族解放事业英勇献身的烈士们默哀致敬。各单位代表上前敬献花篮，仔细整理挽联，每一朵鲜花都寄托着后辈对先烈的无限缅怀。

“这是我们参与活动的第九年，每年如约而至，不仅为寄托哀思，更是将这份红色记忆传递给更多人，让英雄的故事永不褪色。”舟山市退役军人服务中心主任李志杰说。

小男孩不慎落水 多亏他出手相救

□通讯员 张瑾 沈祉宁

本报讯 前天下午，岱山居民张先生特地赶到东沙镇综合行政执法队送锦旗，感谢辅助执法人员韩峥救了他的儿子。而韩峥说：“谁看到，都会去救的。”

不久前，韩峥与同事於涛巡逻至东沙镇桥头村胡家河段时，发现几个孩子在围栏外的河沿上玩耍。

多年执法经验让韩峥对安全隐患格外敏感，特意摇下车窗时不时看几眼河沿。意外骤然发生了：几个孩子突然在河沿跑动，一位老人急喊：“救命啊！孩子落水了！”

老人慌乱中递出竹竿，而落水孩子吓得只会在水中拼命扑腾。韩峥推开车门冲了过去，连制服都没顾上脱，“扑通”跃入水中，小男孩此时身体下沉。韩峥在水

中稳稳托住孩子，踩着河底的碎石艰难地向岸边挪动。

事后韩峥说：“我看到孩子时，他已没力气挣扎，眼睛不动了，脸白得吓人。再晚十几秒，可能就没救了。”

於涛注意到，将孩子抱上岸时，韩峥腿被河底石头划出几道血口，“但他顾不上这些，只顾着拍打孩子的后背帮他控水。”“谢谢叔叔！”听到孩子发声，众人才放下悬着的心。

韩峥说他自己有个10岁的孩子，“看到这场景根本不可能犹豫。”他从事辅助执法工作5年，每天都会沿着河道、农田巡查，对辖区安全隐患了如指掌，“学校家长都会教导孩子别去河边，但孩子贪玩难免疏忽，我们多看一眼，可能就会避免意外。”