



以公益温暖心灵 让“糖友”拥抱健康

——来自改变糖尿病基金的探索

本报记者 顾磊

在8月8日“全民健身日”到来之际，中国医药卫生事业发展基金会改变糖尿病专项基金联合多家机构，在京举办了2型糖尿病患者日常科学运动指导暨运动改变糖尿病进社区公益指导活动。

2021年IDF全球糖尿病地图数据报告显示，过去10年间，我国糖尿病患者人数由9000万增加至1.4亿，糖尿病防治已成为最重要的公共健康议题之一，也被列入健康中国专项行动。今年，改变糖尿病基金的项目以“科学运动”为亮点，围绕“骑行车队”、社区领袖赋能计划和线上项目开展，倡导健康生活方式，鼓励更多“糖友”通过运动改善自身健康状况，从而拥有更美好的人生。

■ 做公益也要“科学”起来

已有21年“糖龄”的柴菊梅，说起如今的生活，颇为振奋：“我通过管住嘴、迈开腿尝到了甜头。走路、跳健身操，每天至少1万步，体重降了20斤。加入健康操队后，我结交了很多新朋友。”

柴菊梅所说的健康操队，是一支由糖尿病患者组成的队伍，队员们互相帮助和扶持，曾经得到改变糖尿病基金的支持，参与了公益活动“7迹挑战之旅”。目前，共有200多支这样的队伍分布在全国20个城市。

《中国糖尿病运动治疗指南》(2012)指出，糖尿病的发病与运动相关，运动干预可显著降低糖尿病发病风险。改变糖尿病基金成立5年来，其“社区领袖赋能计划”已赋能近百名来自8个城市的社区医生，充分发挥“以一带多”的效应，帮助更多患者提高依从性，实现更好的自我管理。

宁静医生是上海市普陀区曹杨街道健康操队一名特殊的队员。作为这支队伍的“守护天使”，宁医生的陪伴使这些六七十岁的“棒棒糖”们能在日常训练过程中，既保证训练质量，又避免低血糖等不良事件发生。

今年，改变糖尿病基金有了新的变化。该基金与体医融合专家合作，强化“科学运动”理念，实现从鼓励糖尿病患者“动起来”到提供“规范化科学运动指导”的跨越。在今年的项目设计中，不仅有针对社区2型糖尿病患者的科学运动指导，同时也包括了针对1型糖尿病患者的以骑行运动为代表的综合指导。

黄栋是改变糖尿病基金支持的“骑行车队”的负责人。“骑行车队”是中国首支由糖尿病患者组成的骑行俱乐部，从2019年设立初期就一直受到改变糖尿病基金的公益支持。该车队共有8名核心队员，他们积极训练，近年来参加了全国多项自行车赛事。得到科学运动指导后，队员们训练起来如虎添翼。黄栋说：“以前我只知道骑行过程中要随时吃



北京社区活动现场。受访者供图

东西补充碳水化合物，但是对吃多少、怎么吃其实并不清楚。现在有了专业指导，我们不再是靠土办法，而是有了科学加持。”

在管控糖尿病等慢性病“主战场”的社区，通过个体评估，可以为“糖友”更精准地设计个人运动方式和运动量，让他们知道自己运动的幅度在哪里，避免按照统一标准出现的“有人运动量不够，有人过于疲劳”的不合理运动方式。

■ 影响和改变更多患者

壮美的丹霞地貌让人流连忘返，一团团白云与戈壁滩上连绵不断的小丘陵相映成趣，腊梅与她的自行车御风而行。今年7月，48岁的1型糖尿病患者腊梅与6位骑行爱好者开启了酝酿已久的新疆骑行之旅，腊梅是“骑行车队”的一员，也是骑行爱好者。

黄栋也在为今年的骑行活动做准备。今年9月，他将从拉萨骑行至珠峰，践行车队“以骑行创造奇迹”的口号。此前数年，他曾多次骑行由滇入藏，并曾赴美国“诺和诺德”训练和学习。在“糖友”群体中，“骑行车队”广为人知。

“我们通过公众号文章、短视频等多种方式传播车队的骑行活动，目的是让更多人掌握运动控糖的知识。”黄栋说。据了解，在改变糖尿病基金的支持下，“骑行车队”在2021年参与了两场骑行比赛，队员

累计骑行10.3万余公里，发布视频328条，观看量超过600万。

为了加强倡导工作的成效，“骑行车队”队员们今年在他们生活的城市举办多场“糖友”沙龙公益活动，大家看到有的“糖友”通过运动和合理饮食，十几年来始终保持健康状态，都增添了信心，“糖友”们分享各自的饮食和运动经验，收获颇丰。

改变糖尿病基金也在尝试通过线上公益活动的方式影响和改变更多患者，该基金推出线上运动课程，支持线上直播活动，如甜蜜夏令营、健康中国B起来、蓝光行动等直播。线上运动课程尤其受到患者们的欢迎，今年还增加了针对孕产宝妈的课程。有患者表示：“打开屏幕就能学习到专业课程，这太方便了。”

经过多年耕耘，改变糖尿病基金所践行和推广的理念“运动改变糖尿病”已深入广大“糖友”心中，通过线上和线下传播，影响超过1.3亿人次。

■ 传递善的力量

2022年度，诺和诺德(中国)向中国医药卫生事业发展基金会捐赠150万元，用作改变糖尿病基金的运营。

改变糖尿病基金由中国医药卫生事业发展基金会携手诺和诺德中国于2017年正式成立，是中国首个关怀糖尿病患者身心健康的公益专项基金。2017年至2020年，诺和诺德

(中国)每年捐赠100万用于基金项目开展，自2021年起，捐赠增加到每年150万元，迄今已累计捐赠700万元。此外，还有诺和诺德的志愿者们以及社会公益人士为基金捐赠约55.5万元。

除了资金支持，该基金还通过多种方式支持“糖友”群体。今年4月新冠肺炎疫情防控期间，改变糖尿病基金推出上海糖尿病患者疫情防控期间购药指南。中国医药卫生事业发展基金会也为“糖友”们推出了5期“疫情心理疏导公益课”，缓解抑郁、焦虑等负面情绪。该基金负责人说：“我们不仅关心‘糖友’们的身体健康，也为他们的心灵穿上‘防护服’。”

在公益项目的影响下，“糖友”们积极传递善的力量。今年的西藏骑行，黄栋计划为家乡一位患糖尿病的女孩募款，这个孩子的糖尿病并发症较为严重，有可能危及生命。

黄栋的努力是“骑行车队”参与公益的一个缩影。多年来，车队队员们力所能及地为低收入群体中的“糖友”提供帮扶。“骑行助糖项目”是骑行车队得到诺和诺德中国志愿者协会的支持将后续开展的项目。此外，“骑行车队”已开启了机构化进程，注册成立了盈江县骑行户外运动协会。“‘骑行车队’的成员们就像是火种。”改变糖尿病基金负责人说，“他们为更多受到糖尿病影响的孩子和家庭点亮前行的道路，让他们知道得了糖尿病并不可怕，生活还有更多的可能性。”



“走出大山看世界”少年成长营在湘举行

本报讯(记者 郭帅)由民盟长沙市委、中共岳麓区委统战部共同主办，“走出大山看世界”关爱湘西土家族苗族自治州慈爱园少年儿童活动日前在湖南长沙麓山少年成长营地开营。

据了解，湘西慈爱园里抚养的都是孤儿和事实无人抚养儿童。此次民盟“走出大山看世界”少年成长营活动是首次由民盟长沙市委发起的跨地区关爱少年儿童大型活动。在这里，40名来自湘西州的孩子将与志愿者们一起以集中式、生活化陪伴模式，开展素质拓展活动与现场教学，增强独立生存能力、安全自护能力和社会交往能力。

湖南省政协副主席、民盟湖

南省委专职副主委胡颖奇语参加成长营的孩子们，珍惜学习成长机会，牢固树立热爱祖国、热爱家乡、立志成才、回报社会的远大理想信念，成长为对社会有用的人才。

长沙市政协副主席、民盟长沙市委主委刘志红表示，民盟长沙市委将一如既往，与社会各界一道持续关注和支持这些孩子们的身心健康发展，助力乡村振兴战略。

据介绍，自2011年岳麓区大爱无疆公益文化促进会开展“逆风飞翔·事实孤儿同行计划”以来，民盟长沙市委通过捐助助学、成长陪伴、宣传倡导、建言呼吁等多种途径和方式支持、帮助此计划实施，并组织盟员积极参与志愿行动，目前已帮扶2500名事实无人抚养儿童。

45所“零钱电影院”落地湖北恩施

本报讯(记者 赵莹莹)华谊兄弟公益基金联合爱心企业百家云日前向湖北省恩施土家族苗族自治州的乡村小学捐建45所“零钱电影院”。

本次为恩施捐建的“零钱电影院”，预计将于今年9月开始的新学期全部投入使用，为恩施地区1.8万名学生提供舒适、安全的观影和学习环境。此外，华谊兄弟公益基金还将配套捐赠儿童电影教育课程，并通过定期回访、教师培训、互动课堂，以及小小画展等活动形式，为“零钱电影院”提供持续性的软硬件支持，不断为孩子们的学习和成长。

民盟湖北省委副主委高后远表示，期待通过“零钱电影院”让孩子们感受电影魅力的同时，不断提升知识储备，开阔眼界，丰富精神生活；也希望受助学子充分利用好“零钱电影院”，用电影启迪同学们的创造力，陪伴同学们的成长，让小小的电影院承载起大大的梦想。

华谊兄弟公益基金负责人介绍，这是该基金核心项目“零钱电影院”首次落地湖北。作为华谊兄弟公益基金成立以来收到的最大一笔企业捐赠，本次捐赠也成为其从“捐赠式扶贫”转向“平台型帮扶”所迈出的里程碑式的一步。此次参加联合捐赠的爱心企业百家云一直在为“零钱电影院”升级提供设备与技术支持，并贡献出自己的一份力量。

华谊兄弟公益基金创立于2011年，“零钱电影院”公益项目旨在号召人们用零钱帮助贫困地区儿童的教育，通过闲置的图书室、自习室或教室等进行翻修改造、配备全套的放映设备和有版权的电影以及儿童图书和绘画用品等，让更多偏远地区儿童可以用“零分钱”免费欣赏电影，并通过电影课等活动，轻松、快乐地获得课本以外的知识，开阔视野。

11年来，华谊兄弟公益基金已累计在全国十多个省市的偏远地区捐建了149所“零钱电影院”，惠及15万名儿童。

恒生中国“种·未来”项目践行金融向善

本报讯(记者 舒迪)日前，恒生中国与北京市企业家环保基金会(SEE基金会)合作，在四川和福建两地开展保护生态、应对气候变化的生态修复项目——“种·未来”项目，积极加大对生态修复的投入，探索可持续发展的生态环保路径。

据介绍，恒生中国与SEE基金会合作，在四川省平武县黄土梁梅家沟区域开展“绿碳”概念的森林保护修复项目，在约500亩的土地上人工种植冷杉、槭树等苗木，局部恢复当地珍稀和濒危物种及其他野生动物的栖息地，提升野生动物生存环境，维护生态平衡。

在福建省罗源县，恒生中国发布了蓝碳生态系统红树林保护修复项目，计划与SEE基金会合作，3年内开展福建省滨海湿地蓝碳生态系统保护工作，修复和种植红树林植物(秋茄)100亩，罗源县松山镇琴屿村和碧里乡碧里村是项目的第一站。

“红树林的培育是三分种、七分管，需要很高的资金成本，恒生中国的加入正好有效解决了当地的困境。”SEE基金会海洋保护项目总监王静表示，恒生中国的红树林项目建立了多方协作的良好模式。除了当地林业局，项目还得到了厦门大学专业团队在技术方面的支持。从企业，到科研单位、社会组织、地方政府和当地村民，多方的力量被调动起来，这对于生态环保项目的可持续发展来说是非常重要的。

根据SEE基金会以往项目经验预估，罗源县的红树林生态系统改造项目预期在40年内的固碳量约为2800吨，平武县的森林修复项目预期在30年内的固碳量约为4750吨，未来这些都将有效地造福当地居民。“恒生中国不仅要种下小树苗，更要努力哺育一个生态保护的‘小气候’，并带动起全社会的力量，创造更多的福祉。这也是‘种·未来’项目的初心——汇聚责任力量，创造美好未来。”恒生中国副董事长兼行长宋跃升说。



多地发出倡议、出台政策——

社会组织成吸纳大学生就业新力量

本报记者 顾磊

目前正是大学生就业季，2022届高校毕业生规模约1076万人，同比增加167万人。以社会团体、基金会和社会服务机构为主体组成的社会组织成为吸纳应届就业新的重要力量。民政部、教育部、人力资源和社会保障部近期联合印发了《关于推动社会组织进一步助力高校毕业生等群体就业工作的通知》(简称《通知》)，部署了5个方面的重点任务：推动社会组织开发就业岗位、推动社会组织提供灵活就业岗位、推动社会组织稳定就业岗位、推动社会组织搭建就业对接平台、推动社会组织参与就业培训。

其中，社会组织既要出力，也可获得发展机会。例如，在推动社会组织开发就业岗位方面，《通知》提出要推动基金会等慈善组织下沉资源，积极引导公益慈善项目和资金助力基层民生保障，带动开发相应岗位、创造新增就业。这意味着社会组织的基层业务或将得到政府部门的更多支持。《通知》还在推动社会组织提供灵活就业岗位时提出，引导社会组织

用好兼职人员并加强管理，鼓励社会组织推动跨界融合、业态创新，增加灵活就业机会；同时还支持社会组织为灵活就业人员提供职业指导、职业介绍、创业开业指导、权益维护等公益性服务。

三部委政策出台的同时，各地也在发力，且形式多样。

首先是倡议。河北省社会组织管理局、省社会组织党委办公室日前联合印发《社会组织参与“稳岗位、促就业”吸纳高校毕业生见习就业倡议书》，引导全省3.8万多家社会组织积极参与“稳岗位、促就业”工作，吸纳高校毕业生见习就业。该倡议书鼓励行业协会商会、社会组织孵化基地和支持性社会组织，业务范围涉及扶贫济困、大学生就业等领域的社会组织，城乡社区服务类社会组织等不同类型的机构吸纳大学生就业。天津市民政局日前也发出倡议，进一步助力高校毕业生等群体就业，社会组织可基于自身优势和专长，将高校毕业生作为就业帮扶重点对象；也可以充分挖掘社区服务需求，开发相应岗位等。

其次是出台专门性政策。福建省社会组织管理局近日发布《关于引导社会组织助力高校毕业生就业工作的通知》，鼓励社会组织面向高校毕业生开发就业岗位，支持社会组织助力高校毕业生就业提供服务，协调为社会组织吸纳高校毕业生就业营造有利环境等。其中包括积极协调财政、税务、人力资源和社会保障等部门，为社会组织争取与中小企业以及同行业公办机构的同等待遇，积极争取将社会组织人才待遇纳入有关劳动就业、社会保障、职称评定、教育培训、人才补贴、户口迁移等政策范围等。

河南省民政厅也印发了《关于引导社会组织助力高校毕业生就业工作的通知》，提出要“用足用好支持政策，为真正作出就业贡献的社会组织提供服务保障，对成绩突出的在评优评先、政府购买服务等方面优先考虑。”

甘肃省民政厅、教育厅、财政厅、人力资源和社会保障厅日前联合出台《关于积极做好2022年普通高校毕业生到城乡社区就业工作的通

知》，引导高校毕业生扎根基层，其中，社会组织是吸纳就业的重要一方。该通知提到，要广泛实施城乡社区就业见习计划，指导有条件的城乡社区组织因需设立就业见习岗位，并纳入见习单位目录和见习岗位清单，广泛动员相关专业高校毕业生积极参与。

此外，直接增加岗位供给也是一种有效方式。上海市日前启动了社会组织联合招聘活动，首批115家组织提供了558个岗位，其中不乏颇受大学生青睐的“项目管理、新媒体运营、品牌传播、专业社工”等热门职位。活动方透露，此后还将举办多场公开招聘活动，让更多大学生找到适合自己的工作。

据了解，截至2021年，全国共有社会组织90.2万家。社会组织在新增就业方面贡献明显，社会组织新增就业人数占全国新增就业比例年均值达到4.5%。未来一段时间内，或将还有相关政策陆续出台，这也意味着各地在促进社会组织吸纳大学生就业方面将持续加大投入，对其长远发展和人才储备将是利好，具备相应条件的社会组织应用好用足政策，抓住机会壮大自身。



青島市政协组织向特障青年捐赠乐器活动

近日，山东省青岛市政协以“关注关爱，助力特障青年共享同一片蓝天”为主题，组织向特障青年捐赠乐器活动，为特障青年治疗康复、健康快乐生活贡献政协力量。

活动现场，青大琴行向青岛同沐阳光残疾人辅助性就业中心捐赠高端电子琴，希望通过音乐将阳光洒进更多孤独症患者的心里，助力他们健康成长。青岛同沐阳光残疾人辅助性就业中心具有音乐天赋的孤独症青年们表演了钢琴独奏、四手联弹等节目。青岛市政协常委、市政协理事长王建中向青岛青大琴行有限公司颁发奖牌。图为活动现场。

(记者 陈小艳 通讯员 陈奕蔚 赵绍贤)