



文化凝聚城市力量 艺术点亮百姓梦想 第二届市民文化艺术节昨启幕

昨晚，以“文化凝聚城市力量，艺术点亮百姓梦想”为主题的第二届宁波市市民文化艺术节在宁波文化广场盛大启幕。从四面八方赶来的市民将流光溢彩的水舞台围得水泄不通。主舞台另一侧的文化夜市，则吸引了超过3万人次的市民来逛。

晚会极富甬城特色

昨晚7:30，市委副书记、市长卢子跃和9位“甬城英才”代表共同启动了第二届市民文化艺术节。在开场秀表演《跳起来，唱起来》的伴随下，一台极富甬城特色的晚会正式拉开帷幕。

近年来，宁波民间的草根剧团蓬勃发展，不仅丰富了老百姓的精神生活，也在三江两岸掀起了一股草根戏曲热。昨晚，他们带着自己的拿手好戏来到开幕式现场，如越剧《天上掉下个林妹妹》、甬剧《阿拉巧匠郎》、京剧《我是中国人》等。越剧名家、浙江小百花艺术团的宁波籍演员董柯娣也专程回到家乡，献唱了一曲《五女拜寿》选段，博得了众多戏迷的阵阵掌声。

随后，一部专题短片《永远的铭记》把观众拉回到那段峥嵘岁月。91岁高龄的抗战老兵葛石峰回忆了那段为民族独立浴血奋战的历史。回首往事，老人唏嘘不已。“当年上战场，我才19岁，很多和我一起上战场的战友，大部分都葬身火海，我很幸运自己还在，并不是我害怕死亡，而是害怕被遗忘，希望大家能够记得历史，记得我们。”据了解，目前还健在的宁波抗战老兵已不足60人。

此外，记录奉化美好风光的歌曲《在那桃花盛开的地方》、保留独特乡土味道的歌曲《家在石头村》、描绘象山海洋渔文化的舞蹈《鱼化龙》及歌颂宁波帮辉煌历史的男子群舞《筑之魂》等节目的逐一登场将晚会推向高潮。

文化夜市吸引众多市民来逛

除了开幕式主舞台的演出外，七彩之星·童星舞台和文化夜市也吸引了不少市民驻足观看。据统计，昨晚逛文化夜市的市民超过了3万人次。

文化广场大剧院北侧舞台上演的是“金秋·收获的欢歌”，



“文化夜市”吸引了众多市民。 记者 崔引 摄

阿拉乐团带来了秋韵梦想演唱会，现场演唱的诸多流行歌曲让年轻的观众们忍不住随着音乐一起摇摆。

育乐湾广场正是“文化夜市天天乐大舞台”、“七彩之星”的表演现场，独唱《你是我的眼》、舞蹈《精忠报国》、乐队演奏《逆战》等节目颇具人气。据主办方介绍，参加昨晚演出的近20个节目来自于市民的自发报名和全市部分教育机构选送，不少选手在全国、省、市获得过大奖。“文化夜市天天乐大舞台”今晚还将有两台节目：“万家灯火”在宁波文化广场南边“育乐湾广场”上演，甬城银发老人担纲歌舞、戏曲、武术等表演项目；文化广场北边“水舞台”将上演宁波市广场舞大赛，来自全市各街道社区和文艺社团的25支广场舞队伍，献演自己的最美舞姿。百年雅韵旗袍展、宁波文化达人秀等也将在6日、7日、8日上演。

9月1日至6日，“文化夜市”赶集活动将持续在宁波文化广场举行，有200余家文化企业、商户，20余家艺术培训机构，40余家游戏动漫企业举行产品推介和惠民展销活动，还推出百余项送礼与优惠活动，涵盖教育、旅游、娱乐、动漫、体育、健身、美食等各种消费门类。

从今天起，第二届市民文化艺术节的系列活动将在各县市区同步举办，具体时间安排可在“文化宁波”公共服务平台、“甬派”客户端等进行了解。 记者 林曼

笔绘龟慈 情系库车

我市文艺志愿服务团赴新疆采风交流

为积极响应市委、市政府关于文化援疆的号召，8月24日至29日，宁波市文联文艺志愿服务团一行25人，赴宁波市对口援建地——新疆库车县开展采风创作、辅导交流活动。

在8月27日举行的“笔绘龟慈、情系库车”甬库两地书画交流活动中，艺术家们围绕“龟兹文明”特有地域文化，倾情挥毫，用笔墨畅谈当代艺术创作的思考，寻求两地艺术理念融合新路径，在传承、创新与发展等方面展开深入探讨。现场创作的20多件书画作品免费赠送给当地库车人。采风期间，艺术家还到库车二中为学生作摄影、书画辅导讲座。书画家们还专门创作一些书画作品赠送给宁波援疆干部，以感谢他们为促进库车经济社会事业发展、维护民族团结而作出的努力。

据文艺志愿服务团团长、市文联党组书记邹大鸣介绍，此次专程赴新疆库车采风的宁波艺术家一行25人，来自书法、美术、摄影界，既有深负名望的老艺术家，也有正处于创作井喷期的中青年艺术家。艺术家们围绕龟兹风情、历史遗迹、自然风光、库车情深等主题，先后来到克孜尔千佛洞、苏巴什佛寺遗址、克孜尔尕哈烽燧、库车神秘大峡谷等地进行艺术采风，并深入村民居所、土陶作坊、乡镇巴扎和宁波援建项目，感受当地民俗风情和宁波援疆工作。

据悉，明年9月，甬库两地将举办书画摄影作品展，展出此次采风创作作品。 记者 林曼 通讯员 汪灏

今日电影

UME 国际影城		宁波影城	
影片	场次	影片	场次
《黑田密令》	09:30 10:15	《终结者-创世纪》	3D:10:00 11:30 12:20 13:50 14:40
《大圣归来》	3D:09:50	《终结者-创世纪》	4K:16:20 17:50 19:40 20:10 22:00
《百团大战》	12:45 14:50 16:55 19:00 19:15	《烈日灼心》	12:30 13:30 16:00 17:40 19:20
《华丽上班族》	10:15 10:45 11:10 11:35 12:30	《烈日灼心》	21:50
《华丽上班族》	13:00 13:25 13:50 14:45 15:15	《浪漫吧！胖嘟嘟》	10:50 16:50 18:25 22:10
《华丽上班族》	15:40 16:05 17:00 17:30 17:55	《百团大战》	11:50 14:20
《华丽上班族》	18:20 19:15 19:45 20:10 20:35	《华丽上班族》	3D:10:30 11:40 12:50 14:10 15:10
《烈日灼心》	21:05 21:50 22:00 22:25	《华丽上班族》	16:30 17:30 18:30 19:10 19:50
《烈日灼心》	10:10 11:55 14:30 17:05 19:40	《情暖四月》	10:10 14:00 15:50 18:20 22:30
《男神时代》	10:25 12:10 13:55 15:40 17:25	《男神时代》	09:50 12:10 14:20 20:20
《男神时代》	19:10 20:55		
《男神时代》	3D:10:10 10:40 11:10 12:30 13:00		
《男神时代》	13:30 14:50 15:20 15:50 17:10		
《男神时代》	17:40 18:10 19:30 20:00 20:30		
《男神时代》	21:50 22:20 22:50		
《男神时代》	4D:11:40 14:00 16:20 19:00 21:20		
《男神时代》	22:40		
《男神时代》	10:10 12:00 13:50 15:40 17:30		
《男神时代》	19:20 21:10 22:50		
《男神时代》	VIP:13:00 14:55 18:40 20:35		

场次如有变动，以各影院售票窗口为准。

阳澄湖大闸蟹宁波旗舰店盛大开业



秋风未起蟹脚已痒。9月1日上午8点18分，位于宁波江东彩虹南路92号的周氏阳澄湖大闸蟹旗舰店隆重开业，伴随着阵阵鞭炮声及鼓声标志着周氏旗舰店正式起航。

笔者走访了多家阳澄湖大闸蟹发现，“周氏180”的大闸蟹都是在阳澄湖中经过180天的精养培育后才正式出产。养殖基地位于阳澄湖资源繁殖保护区内，湖底水草茂盛，野生水生生物资源丰富，这

保证了“周氏180”纯天然，个个都是青壳白肚，金爪黄毛的“水中珍品”。

开业期间店内活动络绎不绝，从9月1日起到9月7日每日前50名到店都能得到一张100元的代金券，更有买十送一的巨大优惠力度，虽然还没到真正吃大闸蟹的时节，但是感觉到大闸蟹已爬到了我们的餐桌上，进入了我们的生活中。旗舰店的负责人许先生表示：让消费者吃蟹，人人吃得起蟹是周氏的夙愿，所以在开业期间只要到店都有意想不到的惊喜。也可致电0574-88399222进行询问，届时都有工作人员悉心接待。

据悉周氏大闸蟹在全国有80家门店，所有门店均可提货。位于彩虹南路的旗舰店也是宁波地区开设的第13家门店。买券提货方便省事，更有送券上门的服务，这也是周氏人性化的体现。想买正宗阳澄湖大闸蟹，不妨到周氏大闸蟹看看。 王俏/文

开学季 给孩子订份健康鲜奶

新学期开始，孩子们重新步入紧张的学习生活，各种“假期综合症”扑面而来。一时很难适应快节奏的校园生活，家长们应尽量给孩子“减负”，除了更多的沟通外，也需要适量的补充营养，重新调整状态，迎接新挑战，尤其是要制定正确的牛奶营养计划。

中小學生需多攝取一些優質蛋白質和鈣

据悉，目前我国中小學生中有相当一部分學生每天的热量、钙、蛋白质摄入不足基本需求量，其中还有半数的蛋白质摄入量来自植物蛋白。对此公共营养师程巢宣表示，中小學生是生长发育的关键时期。因此他建议中小學生需多摄取一些优质蛋白质和钙。

摄取优质蛋白质和钙，选择多喝新鲜牛奶

鲜奶中含有大量的优质乳蛋白和促进骨骼生长的钙以及多种维生素、矿物质等微量元素，含有能促进人类生长发育以及维持健康水平的营养成分，而且配比合理，可以被人体几乎全部消化吸收。程巢宣说，鲜奶营养价值高，原因在于采用的是低强度的巴氏杀菌工艺：在杀灭生

牛奶里所有致病菌的同时，较大限度地保留了生牛奶的全部营养成分。因此长期以来，巴氏杀菌牛奶不仅在全球液态奶的市场份额中始终占据95%以上的优势地位。

为什么在家已经喝了牛奶，还要在学校订？

家住江北天水家园的徐女士是一位学生家长，也是一位老师。她给儿子不仅在家里订了一份宁波涌优奶，而且在学校也订了一份。徐老师说，“中小学阶段是孩子生长发育的重要时期，补充营养是保证孩子健康成长、良好发育的重要物质基础。大部分学生在上午课间，容易产生疲劳及饥饿感，常会出现注意力不集中等现象，此时喝上一盒200毫升的牛奶，能迅速提高血液中的血糖浓度，提高孩子上课注意力和反应速度，保持良好的学习状态”。

中小學生每天喝多少牛奶為佳？

程巢宣表示，中国营养协会推荐奶制品消费，儿童及老年人、中青年女性每日的饮奶量需达到500毫升左右，也就是一天2杯奶。 吴伟明

“时代独行者”——观致，逆风前行！

8月19日，观致汽车发布了自己的“独立宣言”以及“五个拼”的战略——拼品牌、拼产品、拼车联网、拼客户体验、拼渠道创新。

观致执行副总裁孙晓东表示，观致今年做了两件相当有魄力的事情，一、由车主来共同决定观致的品牌精神和内涵；二、做了一次召回。“召回不丢人，是对车主负责任。”孙晓东如是说。不因为外界陈旧的观念扰乱视线，

炫科技 全新CROWN皇冠D-4ST2.0T+登场

8月22日，全新CROWN皇冠D-4ST 2.0T+车型在一汽丰田皇冠官方网站上成功完成“云”发布。同时，在8月23日，第二十四届宁波国际车展现场举办了隆重的发布仪式，一汽丰田华东区域经理宋吉超先生与宁波协力会会长张帆先生出席。

本次推出的全新CROWN皇冠D-4ST 2.0T+，共五款车型，全系标配2.0T+双涡轮增压

观致正如“时代独行者”有自己独立的判断和坚定的立场。

而在8月22日的车博会上，观致又做了一件任性的事情：孙晓东不仅为车展站台，还盛情邀请宁波车主和媒体朋友们“同台论道”，这样的“三方会谈”在汽车企业当中算是“先例”。观致就是以这样一种任性的方式，打破了N年来汽车厂家与消费者之间的“隔阂”。

轮增压发动机搭配手自一体8挡自动变速箱、S&S智能节能启停系统、多重驾驶模式等豪华配置。官方指导价为26.48万—38.98万元。

全新CROWN皇冠2.0T+作为一汽丰田全面年轻化的重要战略车型，是一款专为30-45岁为主的社会精英人群打造的豪华车，能够全方位满足目标用户对生活品质和文化内涵的追求，是一款开创了全新T时代的豪华车型。

沃尔沃全新XC90宁波上市

8月22日，“大器心成，境界新生”全新XC90宁波区域上市发布会在第24届宁波国际汽车博览会拉开了序幕。沃尔沃浙江区域销售经理童总为XC90致开幕词，并与宁波地区三家沃尔沃经销商总经理一同为全新XC90揭开神秘的面纱。

始终不忘初心，坚持自我，沃尔沃全新XC90正是此理念之下的大气之作。本次宁波区域的上市不仅为宁波地区的精英带来非凡的

驾乘体验，重新定义豪华座驾，更是为宁波豪华汽车市场树立品质新标杆。

此次沃尔沃全新XC90共上市T6车型3款，6个版本，新车搭载的Drive-E“E驱智能科技”发动机兼顾了动力与环保，迸发出400马力的同时仅产生低至60克/公里的二氧化碳排放。全新XC90不仅是一款为消费者带来全新汽车生活方式的经典车型，更将是沃尔沃汽车探索未来方向的开路先锋。

MG名爵家族齐聚宁波

8月21日，在第二十四届宁波车博会上，上汽MG名爵展台新老车型汇聚一堂，“高性能、高颜值、高价值”的名爵锐腾，“英伦精品小车”MG3，“新英伦跨界掀背”MG6以及“高性能风尚中级车”MG GT名爵锐行，为车迷们带来一场英伦汽车盛宴！

荣威360首次亮相宁波

8月21日，第二十四届宁波国际汽车博览会盛大开幕，荣威360首次亮相宁波，以低油耗、大空间的显著优势“技”压群雄。据了解，这款车宁波已开始接受预定。

此外，荣威350、荣威550、荣威950及“跨

领域专业SUV”荣威W5也悉数登场，以“蓝芯”动力科技全面演绎“中国智造”高水平。多款热销车型展出、诱人的促销优惠，荣威家族以高品质、高价值全面唱响“蓝芯”动力战略，为宁波消费者献上了一场车市盛宴。