

# 希望更多残疾人感受运动快乐

## ——访残运会复合弓射箭冠军周佳敏、孙斌郝

记者 袁伟鑫  
通讯员 董黎姿

全国第十一届残运会暨第八届特奥会于10月22日在陕西开幕,奉化运动员周佳敏和孙斌郝代表浙江队参加射箭类多项比赛,取得三金一银好成绩。昨天,记者采访了刚刚回奉的周佳敏和孙斌郝。

“这次残运会参赛选手水平都比较高,我赛场发挥比训练时要好一些,取得两枚团体金牌。不过,我个人赛发挥不是很好,还有提升空间。”对于这次残运会取得的成绩,孙斌郝比较满意。今年21岁的孙斌郝接触射箭已有5年,参加过一次世界锦标赛,两次残运会,发挥一直比较稳定。孙斌郝告诉记者,要射出好成绩就

要足够稳定,光瞄准去打是不够的。在两年前的第十届残运会上,他获得一枚个人金牌,一枚团体银牌。本届比赛中,面对强手,孙斌郝更多胜在心态上。

“2016年,宁波的吴老师和周佳敏推荐我去试训,试了之后感觉可以,就一直留在那儿了。”孙斌郝说,平时训练很枯燥,但时间久了就习惯了。如今,他每天重复射箭训练,平均一天要射近四百支箭。

“我的弓(拉力)有50多磅,没练过的人是拉不开的。”因为射箭时两肩和后背肌要发力,时间一长,肩膀会比较累,手指也会发麻。尽管辛苦,但射箭成了孙斌郝人生转折点,本来瘦小的他,经过长期训练,身体素质以

前好很多。

因此次残运会个人赛发挥不理想,孙斌郝可能无缘国家队,不过他对未来充满信心,表示自己成绩还可以提升,希望之后有机会进入国家队,参加世界比赛。

在此次残运会中,周佳敏获得了团体赛金牌和个人赛银牌。她告诉记者,因为之前没有调整好心态,参加残奥会时没有发挥正常水平,之后,她休整了一个月,状态逐渐恢复。

“这次残运会比残奥会打得好。”周佳敏说,比赛过程较为顺利,唯一不适应的是陕西当地天气寒冷,虽然有10摄氏度左右,但需穿羽绒服。此前,周佳敏已参加过三届残运会,一直都夺得银牌,此次夺金圆了她的残运会金牌梦。

周佳敏告诉记者,她今年31岁,成家已4年,因为一直全身心投入射箭运动,对家庭关注较少。她和丈夫原本商量决定在这届残运会结束后就退役,但明年2月在迪拜有世界锦标赛,如果入选国家队,退役就要推迟。“现在,射箭占我生活的80%,以后可能要缩减到40%,即使未来不再进入省队,我也会让射箭一直陪伴着我。”周佳敏说,她以前和很多残疾人朋友一样,认为运动是健全人才能做的事,但真正融入其中后,发现自己个性、世界观都发生了很大改变。“未来退役后,我也会尽己所能,推广射箭这项运动,特别是对于残疾人。希望体育可以让更多像我一样曾经生活在封闭世界的残疾人走出来。”

# 警车被贴罚单不该引“惊叹”

## 锦溪杂谈

凡石

10月15日一早,笔者在绿城玫瑰园小区西门处,看到一辆警车车窗醒目位置贴了一张罚单,这辆警车违法停车了。虽然网上早已有很多类似新闻,但亲眼所见还是有所“惊叹”。给警车贴罚单,要为交警部门点赞,但也需警醒,公众为何会感到“惊叹”。

法律面前人人平等,交通法规面前也应如此。道路交通安全法明确规定,警车执行非紧急任务时,不享有道路优先通行权。驾驶警车人员没有交通违法特权,这本是底线,而公众感到“惊叹”的原因在于,平

时有部分类似警车的执法车辆,执法却犯法,得不到处罚,损害了执法部门公信力。

通过这张罚单,我们看到了交警部门执法态度和力度的提升,体现出法律的公平正义。不过,罚单背后涉事人员是否缴纳罚款,该罚款由谁埋单等,不仅是笔者的疑问,也是公众关切的问题。为避免“罚单贴得硬,事后罚得软”,建议交警部门真正将处罚落到实处,这不仅是对公众疑虑的最好回答,也是很好的普法教育。

俗话说,没有规矩不成方圆,坚持正人先正己、执法无偏私,有助于执法部门立公信、建公序。相关部门要重视制度建设,管好公务车辆使用者。只有在公众不再为此类罚单“惊叹”时,遵章守法才能蔚然成风。

# 省棋文化进农村文化礼堂活动

## 在青云启动

本报讯(记者 何好斌 通讯员 周力)日前,2021年浙江省棋文化进农村文化礼堂活动宁波市启动仪式暨奉化区选拔赛在萧王庙街道青云村文化礼堂举行。该活动由省委宣传部、省体育局、2022年第19届亚运会组委会办公室、省农业农村厅主办。

来自各镇(街道)行政村的32名象棋选手同场竞技,经七轮比赛角逐。最终,尚田街道尚二村的王

海定、莼湖街道洪溪村的马再平、溪口镇崎东村的夏安国分获冠亚季军。王金岳、傅国芳、夏小军、李位君、莫永明位列第4至8名,这些选手将代表奉化参加省、市各级文化礼堂中国象棋项目比赛。

省智力运动管理中心主任毛昭平表示,此次活动旨在发挥农村文化礼堂阵地作用,实现全省农村文化礼堂“百县万送”,为浙江高质量发展建设共同富裕示范区贡献体育力量。

# 酵素生态水稻喜获丰收

## 现代生态农业之路越走越宽

本报讯(记者 康诗文 通讯员 赵伊丽)大堰镇箭岭村今年种了30余亩酵素水稻,10月以来,水稻进入收割旺季。毛浩良是大堰镇远近闻名的种粮大户,这两天趁着天气转晴,赶忙加派人手,开足马力收割水稻。

记者了解到,去年,毛浩良将村里20亩生态试验田承包下来,按照统一要求,利用农村生活垃圾处理产出,用堆肥替代化肥、酵素原液取代农药,开展规模化种植。“水稻还长在田里,堆肥就已经被预购一空,这在我数十年种植生涯中,还是头一次。”毛浩良告诉记者,以前种稻谷,收购价是每公斤5元左右,今年他承包了村里酵素水稻田,种出来的稻谷能卖到每公斤20—30元,虽

然产量不高,每亩只有400公斤,但利润很高,种出的大米还不愁销路。

2017年,箭岭村开始试点、实验推广酵素生态水稻种植,利用酵素增加土壤腐殖质含量和微生物,而堆肥又能让土壤更加有劲,实现粮食提质、农业增效,生产出来的大米一经上市,就取得良好市场反响。在退林还耕政策后,箭岭村明年将新增土地80余亩,计划扩大酵素生态水稻种植规模。

“目前大堰镇已联系专业设计团队,对酵素农产品标识、商标和统一包装进行设计,希望借此提升酵素农业品牌‘箭岭良耕’的知名度和影响力。”大堰镇箭岭村驻村干部侯龙傲告诉记者。

# 为周转资金找上“网贷”

## 一女子贷款不成反被骗 25998元

## 防范电信网络诈骗

### 共建和谐平安奉化

本报讯(记者 柳家欢 通讯员 奕超越)近日,家住江口街道的小江因资金周转困难,想通过网络贷款“暂渡难关”。然而,看似普通的“网贷”暗藏骗局,急于用钱的小江未仔细辨别,在对方诱导下,贷款不成反被骗走

25998元。

10月9日下午,小江通过网络搜索,下载安装了某贷款APP。该APP“客服”表示,为确保贷款人有还款能力,需贷款人在银行卡内留有6000元存款,还当即将“蔡经理”微信推给小江。为证明有还款能

力,小江先后两次转账2999元给了“蔡经理”。

收到款项后,“蔡经理”告诉小江,由于她填错银行卡信息导致提现不成功,银行卡已被冻结,需要2万元解冻费。小江以为解冻后就能成功贷款,便转账2万元。钱刚转过去,“客服”和“蔡经理”就失去音讯。小江回过头翻看贷款APP内显示账户余额,发现不过是个幌子,根本无法提取,意识被骗后立即向江口派出所报警。

警方提醒:以“网络贷款”为由的诈骗案件,犯罪分子利用受害人急需用钱心理,通过“需要验资贷款”“输错银行卡号被冻结”“需要解冻费”等理由实施诈骗。此类诈骗手段虽不特别新颖,但仍具迷惑性。广大市民收到“客服”信息时,一定要保持警惕,切勿轻信。如需贷款,请通过银行或其他正规渠道,一旦怀疑被诈骗,要第一时间报警,快速止付,尽可能挽回损失。

# 第十八届乡镇杯篮球赛开赛



本报讯(记者 何好斌 通讯员 周力)10月19日晚,“农商银行杯”奉化区第十八届乡镇杯篮球赛在奉港中学体育馆和高级中学体育馆开赛,共有来自各镇(街道)篮球队、区级机关篮球队和农商银行篮球队等14支球队180余名选手

参赛。

此次赛事由区文广旅体局主办,区篮球协会承办,执行中国篮球协会最新审定的《中国篮球竞赛规则》,比赛分成小组循环预赛、复赛、半决赛、决赛四个阶段,最终决出前六名,全部比赛将于10月26日结束。

### 关于依法处理被扣留车辆的公告

(2021年第4期)

现有在2021年9月30日前被宁波市公安局奉化分局交通警察大队依法扣留的车辆(含机动车、非机动车)257辆,请相关车辆驾驶人或者所有人、管理人,自公告之日起三个月内持公安机关交通管理部门强制措施凭证及其他相关手续到宁波市公安局奉化分局交通警察大队(或相关辖区交警中队)接受处理,逾期公安交通管理部门将根据《中华人民共和国道路交通安全法》第一百一十二条、《中华人民共和国道路交通安全法实施条例》第一百零七条之规定,依法处理相关车辆。

具体详见宁波市奉化区政府信息公开网站(<http://zfxgk.fh.gov.cn>)区级部门信息公开——区公安分局。

宁波市公安局奉化分局交通警察大队

2021年10月21日

| 关注民生 服务群众          |                  |          |         |        |        |        | 服务群 众              |      |          |        |       |       |       |
|--------------------|------------------|----------|---------|--------|--------|--------|--------------------|------|----------|--------|-------|-------|-------|
| 奉化城区民生商品价格监测信息     |                  |          |         |        |        |        | 奉化城区民生商品价格监测信息     |      |          |        |       |       |       |
| 采价日期:2021年10月20日9时 |                  |          |         |        |        |        | 奉化区发展和改革局价格收费管理科发布 |      |          |        |       |       |       |
| 分类                 | 商品               | 规格       | 单位      | 三江超市   | 加贝超市   | 大润发超市  | 分类                 | 商品   | 规格       | 单位     | 三江超市  | 加贝超市  | 大润发超市 |
| 大米                 | 东北大米             | 散装       | 元/500克  | 2.35   | 2.15   | 1.90   | 蔬菜                 | 土豆   | 本地新鲜     | 元/500克 | 1.99  | 1.59  | 1.38  |
|                    | 苏北大米             | 散装       | 元/500克  | 2.56   | -      | 1.85   |                    | 青圆椒  | 本地新鲜     | 元/500克 | 5.99  | 4.99  | 6.99  |
|                    | 糯米               | 散装       | 元/500克  | 3.99   | 2.95   | 2.90   |                    | 包心菜  | 本地新鲜     | 元/500克 | 3.79  | 2.58  | 2.20  |
| 食用油                | 金龙鱼第二代调和油5L      | 桶装       | 元/5升    | 69.80  | 65.80  | 69.90  |                    | 芹菜   | 本地新鲜     | 元/500克 | 4.99  | 4.99  | 5.98  |
|                    | 金龙鱼第二代调和油2.5L    | 桶装       | 元/2.5升  | -      | 38.80  | 38.90  |                    | 冬瓜   | 本地新鲜     | 元/500克 | 1.59  | 0.99  | 1.18  |
|                    | 鲁花花生油            | 桶装       | 元/5升    | 157.00 | 159.00 | 155.00 |                    | 茄子   | 本地新鲜     | 元/500克 | 7.99  | 4.99  | 6.98  |
|                    | 金龙鱼葵花原香调和油       | 桶装       | 元/5升    | 58.90  | 67.80  | 79.90  |                    | 菠菜   | 本地新鲜     | 元/500克 | -     | 9.99  | 9.95  |
|                    | 荷兰乳牛多维营养奶粉       | 900克罐装   | 元/罐     | 120.00 | 130.00 | -      |                    | 圆白萝卜 | 本地新鲜     | 元/500克 | 3.30  | 2.99  | 3.98  |
| 奶制品                | 金领冠 幼儿配方奶粉12-36月 | 900克罐装   | 元/罐     | 166.00 | -      | 209.00 |                    | 青菜   | 本地新鲜     | 元/500克 | 4.99  | 2.59  | 6.99  |
|                    | 蒙牛纯牛奶            | 盒装       | 元/250毫升 | 2.85   | -      | 3.30   |                    | 西红柿  | 本地新鲜     | 元/500克 | 4.99  | 2.99  | 5.69  |
|                    | 伊利纯牛奶            | 盒装       | 元/250毫升 | 2.91   | 3.00   | 3.20   |                    | 青瓜   | 本地新鲜     | 元/500克 | 6.59  | 5.99  | 7.99  |
|                    | 光明纯牛奶            | 盒装       | 元/250毫升 | 2.89   | -      | 3.10   | 水果                 | 大白菜  | 本地新鲜     | 元/500克 | 1.59  | 0.99  | 2.58  |
| 肉                  | 猪肉               | 后腿肉      | 元/500克  | 9.90   | 9.90   | 9.90   |                    | 香蕉   | 国产散装正品   | 元/500克 | 4.99  | 2.99  | 3.98  |
|                    |                  | 条肉       | 元/500克  | 16.90  | 14.90  | 19.80  |                    | 红富士  | 国产散装正品   | 元/500克 | 4.99  | 3.99  | 6.99  |
|                    | 牛肉               | 无骨腿肉     | 元/500克  | 45.90  | 55.90  | 59.80  |                    | 桔子   | 国产散装正品   | -      | 2.99  | 2.99  | -     |
| 蛋                  | 鸡蛋               | 新鲜完整     | 元/500克  | 5.99   | 5.58   | 6.20   |                    | 哈密瓜  | 国产散装正品   | 元/500克 | 3.99  | 3.99  | 2.58  |
| 煤气                 | 瓶装液化气            | 14±0.2公斤 | 元/瓶     | 123.00 |        |        | 鱼                  | 鲫鱼   | 活400克左右  | 元/500克 | 15.90 | 13.90 | 19.18 |
|                    |                  |          |         |        |        |        |                    | 带鱼   | 冰鲜200克左右 | 元/500克 | 15.90 | 7.90  | 18.80 |
|                    |                  |          |         |        |        |        |                    | 鳊鱼   | 冰鲜200克左右 | 元/500克 | 9.90  | 9.90  | 15.80 |

注:三江超市为南山路店,加贝超市为中山路店;以上价格均为采价时的价格,不作为其他时间购买依据。