

# 生命不息 奔跑不止 溪口跑团闪耀“江南百英里”

记者 郭怡灵 何腾涛  
通讯员 江悻

在11月10日至12日进行的2023江南百英里雪窦山越野赛中,我区不少选手取得了耀眼的成绩,其中毛锐阳获50公里男子组第一名,沈巧波获20公里女子组第一名,查华平获20公里女子组第二名,徐南永获168公里男子组第六名,他们都来自一个“草根”跑团——溪口跑团。

记者了解到,溪口跑团的团长正是徐南永,他也是奉化本地唯一一位参加168公里越野赛的选手。不设限168公里越野跑,这个

组别是对体力极限的考验,这意味着夜以继日的翻山越岭,意味着绵绵不断的痛苦煎熬。从11月10日下午2时至11日下午6时,今年52岁的徐南永始终保持昂扬前进的状态,他在泥泞山路、险峻坡道中咬紧牙关,以出色的状态和顽强的毅力,顺利完成比赛。“我参加过10多次越野赛,家门口办的比赛风景是最美的。”徐南永说,“跑到100公里时感觉最煎熬,正是家乡的亲人们给了我许多鼓励,让我鼓足劲儿,始终没有停下来,成功跑到了终点。”

今年20岁的毛锐阳是溪口跑团最小的成员,他初入赛场就展现

出惊人的跑步天赋,最终以4小时49分钟的好成绩摘得50公里男子组桂冠。在20公里女子组中,溪口跑团更是包揽了第一和第二名,沈巧波和查华平在山间小道中翻越、穿梭,不畏艰险,最终双双登上领奖台,为溪口女子越野竞技树立了新的标杆。

“每周六跑团里必须有一位跑友完成一个半马,依次接龙,希望大家坚持!”“周二慢跑80分钟,周四4分钟配速跑三组20分钟……”这是溪口跑团微信群里的日常对话。徐南永告诉记者,溪口跑团自去年3月成立以来,目前已有45名成员。这些成员都不是职业运动员,更不

是专业越野选手,但是对于跑步的热爱,让他们迸发出不同寻常的毅力。跑步之路并非一帆风顺,为了争取更多的训练时间,参赛成员需每天早上5时30分来到训练场,当大多数人还沉浸在梦中,他们已经开始徒步、跑步、爬山。每一个薄雾弥漫的清晨,他们都在奔跑之路上前行。

江南百英里、桐庐马拉松、奉化桃花马、宁波100公里接力赛……一场场比赛见证了溪口跑团奋力拼搏的精神风貌,每位参赛选手的汗水都闪烁着坚持的光芒,这支跑团用实际行动展示了奉化人的拼搏精神,为奉化增添了一抹运动的色彩。

# 弥勒圣坛昨起免费预约体验 12处特色建筑全部开放

本报讯(记者 马乐乐 何腾涛)“真是大饱眼福,建筑很有特色,恢宏大气,庄严肃穆。”昨天,市民徐先生在参观体验完弥勒圣坛后,由衷赞叹。昨天起,弥勒圣坛启动“免费预约体验”活动,里面的12处特色建筑全部开放。

弥勒圣坛位于雪窦山入口处,是新一轮雪窦山名山建设的重点项目,是集旅游、会展、文化、教学及海峡两岸交流等功能于一体的新的地

标性建筑。记者了解到,市民朋友可关注微信公众号“雪窦文旅”,按照里面的相关提示即可进行免费预约。由于圣坛部分区域尚在进行提升改造,为确保游客的体验质量,目前每日实行分时段限量开放体验。

“游客可以从弥勒圣坛南面的十方如意广场经契此桥进入大慈之门,检票进入后可以参观未来广场、弥勒艺术博物馆、大慈吉祥宝殿等12处特色建筑。”弥勒圣坛园区导览图略说。

# 树立可信可学身边榜样 我区涌现一批“见义勇为”先进典型

## 奉城风尚

本报讯(记者 柳家欢 通讯员 胡颖哲)近日,我区一名56岁教师带病跳入水中救人的善举收获点赞无数,弘扬了社会正能量。区公安分局经调查核实,第一时间为其启动见义勇为确认程序,号召广大群众向身边先进模范学习,这也将是今年以来我区第6位市民被授予见义勇为荣誉证书。

今年11月22日是浙江省第8个“见义勇为宣传日”。今年以来,我区涌现了一批见义勇为的感人故事。其中,有不顾自身安危冲进火场扑救的勇敢邻居;有凌晨奋不顾

身跳入河中救起落水者的热心群众;更有打完球回家途中跳入剡溪救起轻生女子的热血少年郎……他们以平凡之躯行英雄之事,树立起可信可学的榜样。

长期以来,我区各行各业涌现出众多平民英雄,他们在灾难、危险面前临危不惧、挺身而出、舍己为人、见义勇为。2020年以来,共有17位市民得到见义勇为立功、嘉奖和表彰。与此同时,我区广泛开展形式多样的见义勇为宣传日系列活动,进一步弘扬社会正气、倡导见义勇为,通过拉横幅、LED屏投放宣传标语和宣传片等方式,在全社会营造人人知晓、人人参与、人人支持、人人崇尚见义勇为的浓厚氛围。



## 一心不能二用

记者 袁伟鑫

# 岩头古村美景吸引绘画爱好者

本报讯(记者 郭怡灵 袁伟鑫 何腾涛)深秋时节,溪口镇岩头古村的美景吸引许多绘画爱好者前来写生、作画。近日,10余位中国美术学院的师生来到岩头采风,感受传统村落独特之美。

“最近几天,来自上海的画室、浙江万里学院和中国美术学院的师生都不约而同来这里写生,村里的民宿都被订满了。”写意岩头文创园负责人毛朝晖告诉记者,自2016年文创园成立以来,每年都能吸引大

批美术学院和中小学师生到古村开展研学采风活动。

据了解,写意岩头文创园还定期举办画展及各种艺术家活动,为古村落注入生机和活力。目前,与文创园合作的美术院校或艺术团体

包括中国美术学院、上海同济大学、浙江省水彩画创作基地、温州大学、宁波大学、山西师范大学、中国写生会等。2018年,写意岩头文创园被中国人民大学政策研究院授予首批乡村振兴观察家单位。

# 巧借“协商共享绘”居民议事机制 仁湖社区开展“月月剪”公益理发活动

本报讯(记者 黄嘉婷 通讯员 宋静)“剪得很仔细。”“蛮好的。”……近日,针对居民理发需求的建议,仁湖社区组织开展首场“文明实践主题日‘我们的家园’——‘惠邻·月月剪’公益理发”活动。理发完后,居民们纷纷露出满意的微笑。

此前,社区工作人员从不少老年居民的“七嘴八舌”中了解到,周边实惠的理发店不多,有点苦恼。热心居民王阿姨也积极向社区反映情况,并提出“定期开展公益理发有必要,至少一季度搞一场”的建议。家住绿城玫瑰园的柳阿姨则积极表态,“只要社区能够提供理发的

场地,我愿意定期为大家提供义务剪发!”

“月月剪”公益理发活动是该社区推行“协商共享绘”居民议事机制,广聚民智共商社区发展大事的生动案例。“‘协商共享绘’让居民的七嘴八舌、众说纷纭中的有效信息,化为居民骨干、网格员的‘金点子’

‘好办法’,落地社区新项目、新活动。”仁湖社区党委书记应琳介绍,在开放性的活动场所,让居民发声有出口,针对社区内涉及居民共同利益的事项,通过讨论商议、表决等方式进行民主决策实践活动,以“协商共享”优化实践站服务供给,创造形成社区“协商议事共享圈”。

# 想购买华为手机到手却是“华为智选” 区市场监管局成功帮助消费者退货

本报讯(记者 黄嘉婷 通讯员 陈琦琦)想购买华为手机到手却是“华为智选”,买卖双方起了争执。近日,区市场监管局受理了一起有关“华为智选”是否属于华为手机争议的投诉。

11月6日,消费者黄女士进入手机卖场,告诉导购想购买一台华为手机,价格要实惠点。导购员将她带到柜台前,介绍起一款5G信号、内存6+128G、屏幕6.5英寸的手机,指导零售价1699元,现在只需要1399元。听到这么实惠的价格,黄女士二话不说便下了单。

等回到家中,黄女士女儿发现母亲购买的手机没有“华为”的商标,外盒是“NZONE”标识,上网一查发现这并不是真正的“华为”,便立即去店里退货。不料却被店员拒绝,理由是手机为“华为智选”,在华为商城中的“智选手机”一栏可以查到该款手机,且享受华为售后。

退货不成,黄女士向区市场监管局投诉。

根据《中华人民共和国消费者权益保护法》第八条规定:消费者享有知悉其购买、使用的商品或者接受的服务的真实情况权利,消费者

有权要求经营者提供商品的产地、生产者等有关情况。在该投诉过程中,消费者一开始明确表示要购买华为手机,是华为品牌的手机,而非其他品牌手机,导购员并未告知其所提供手机的真实信息,存在误导消费者购买的情形,为此,根据《中华人民共和国民法典》第一百四十七条:基于重大误解实施的民事法律行为,行为人有权请求人民法院或者仲裁机构予以撤销。经过调解,双方达成一致,被告方给黄女士作退货处理。

## 简讯

# 宁波市第五届职工声乐大赛(奉化站)海选举行

本报讯(记者 王林威 通讯员 王飞)11月18日晚,以“携手共富路 艺展甬工美”宁波市第五届职工声乐大赛(奉化站)海选在奉化万达广场举行,20余位来自我区各行各业声乐爱好者参加。

活动中,每位参赛选手用饱满的热情的状态激情演唱,一首首民族或

流行歌曲回荡在广场,唱出了奉化职工的风采,赢得了在场观众的阵阵掌声。

据了解,此次活动由市委宣传部、市总工会、市文化广电旅游局、市文联联合举办,海选入选名单由评委赛后确定,入选选手和推荐选手将一起参加复赛。

# 教育系统音乐诗歌朗诵活动举行

本报讯(记者 王林威 通讯员 江鸿 林志成)11月17日下午,区教育局第八期“我的读书笔记”征文比赛颁奖仪式暨“诵读中国”音乐诗歌朗诵活动在奉化梅园举行,吸引了50余名全区各中小学教师参加。

活动现场,《白杨礼赞》《不朽》

《青春中国》等一首首有社会影响力、体现中华优秀传统文化的经典诗文和作品被深情演绎,在场教师共同分享读与诵的快乐。活动还在第八期“我的读书笔记”征文比赛中获得一、二等奖的获奖教师颁发证书,并勉励他们再接再厉,继续以书为伴、以书为舟、悦读畅享。