

赏桂、看戏、观展应有尽有

我市中秋国庆文化活动丰富多彩

本报讯(记者陈青 通讯员项晓颖 应娜)作为宁波博物馆中秋特别活动的其中一场,“聚宁波·享韵味”鄞州区首南街道第五届和睦邻里中秋晚会昨晚举行,文华社区的居民们在博物馆里听甬剧,看表演,品尝宁波民俗小吃,浓浓的“老宁波”风味扑面而来。像这样传递宁波传统民俗之美的活动,今年中秋、国庆期间,市民可在我市各大文化场馆体验。

25日下午,宁波博物馆为来自宁波农民工子弟学校的30名“小小新宁波人”安排“制作冰皮月饼”活动。国庆活动七天乐将突出两大关键词:“中国传统”和“中国梦”。10月1日的传

统服装秀,小朋友们将穿上唐装汉服等中国代表性传统服饰,在光影交织中演绎锦绣斑斓。10月2日的绘长卷活动,是可以让所有观众共同参与的动手环节。10月3日,观众将在博物馆欣赏到宁波专业的古典音乐乐团演出。10月4日至7日,剪纸、灯笼、陶泥、中国结等浓缩中华智慧与审美的项目,将让小朋友们在体验中“对话”传统。国庆期间,宁波博物馆还安排了每日三次的免费讲解服务与国庆电影连播。

保国寺古建筑博物馆将在中秋、国庆两节期间推出“味道·金秋”文化惠民季,在延续传统的基础上,注

入更多新鲜元素。金秋到来,沁人心脾的桂花清香飘满整个保国寺。桂花树下,有桂花糖、桂花茶等组成的桂花市集和虎头鞋、手工刺绣等组成的非遗市集。还有很多DIY环节区域,让游客体验自己动手的乐趣。此外,国庆节期间还有“巧手筑古建·游走大中国”中国各地名古建模型赏析与竞猜及“时光飞梭”发现古建之美”随手绘采风活动。制作手绘涂鸦T恤、手绘创意明信片、学习插花艺术也将举行,参观者还将欣赏到川剧变脸等民间艺术表演。

天一阁博物馆将于26日推出“海不扬波——海上书画篆刻三人展”,张长春、余英皓、沈爱良三位艺术家或出

身中医世家或少年成名或师从名家巨匠,他们将市民展示新海派艺术魅力。10月1日上午,秦氏支祠古戏台将上演精彩的曲艺汇,游客、市民将欣赏到民乐合奏、甬剧、越剧、京剧等。10月2日上午,“庆祖国乙未华诞——百米长卷绘祖国”将在南园举行,下午的“红歌飘过七十年”游客互动活动,将以歌曲接唱的形式,唱响革命时期、建设时期以及新时期的经典歌曲。

市图书馆“天一讲堂”将在26日邀请中山大学中文系教授、博士生导师谢有顺,主讲《中国所需要的文艺复兴》。“悦读国庆”系列活动有“大国

之风”——纪念抗战胜利70周年大阅兵观后感微信有奖互动,10月1日至10月7日,将在天一音乐馆视听室举行“电影中的二战”影片赏析活动。宁波市美术馆将于28日起展出“我·在”——2015两岸版画艺术工作室联展。

宁波逸夫剧院也将上演众多精彩好戏。26日是海曙区“我们的节日”东海女子萨克斯乐团白桦师生中秋音乐会;9月30日和10月1日,杭州滑稽艺术剧院将为甬城观众带来《好人木佬佬》《滑稽音乐会》,10月2日至5日,浙江交响乐团将献上《莫扎特弦乐四重奏》《木管五重奏》《铜管五重奏》等。

@宁波体育志愿者

第三届市民健身节邀您参与

本报讯(记者林海 通讯员归去)由市体育局、市体育总会主办的宁波市“体彩杯”第三届市民健身节,将在10月1日至2日在宁波文化广场万人中心广场举行。

据了解,本届市民健身节全程免费,涵盖了趣味游戏、体育表演、体育竞赛、体育达人、体育文化展五大部分。趣味游戏部分包含了姜公钓鱼、幸运之门、五环相连、脚踏乾坤等13个体育游戏;“维拉小镇”遥控快艇等模型竞赛让孩子们体验动手动脑的乐趣;象棋擂台、“体育凡人”争霸赛让我们共同发掘身边的草根体育达人;爵士舞、街舞、体育舞蹈、魔术等时尚展演让人一饱眼福;体育图片、书法作品和传统手工艺等展览,让您共享宁波的体育成果。

本次活动还设计了可现场报名的草根体育凡人赛——“快手夹珠”“气量非凡”“百发百中”争霸赛。

“豪华”医疗团队为“甬马”保驾护航

本报讯(记者黄程 杭州湾报道组郑添明)离首届宁波国际马拉松鸣枪开跑的日子已越来越近了。昨天,记者从“甬马”组委会获悉,本次赛事医疗保障团队已经做好充分准备,医疗预案及救援流程全面对接确定,并将于近日组织开展集体培训及实战演练。

据介绍,本次赛事将配备包括500多名医疗志愿者、17辆急救救护车、150套流动医疗急救箱、78台AED(心电除颤仪)等在内的豪华团队及装备,分为救护车组、防猝死第一救援组、应急医疗辅助车辆组、流动医疗志愿者组、赛道医疗志愿者组及固定医疗点组等6个小组。

其中,由17辆急救救护车组成的救护车组全面覆盖整条赛道,可保证在三分钟内赶到事故现场;140名具有AED操作资格并通过AHA(美国心脏协会)救援培训的志愿者,组成防猝死第一救援组,骑电动车实行沿线巡逻;17辆医疗辅助车随选手前进节奏实现滚动巡逻;流动医疗支援组80名志愿者每5人分一队,各自负责2.5公里赛道并骑车沿线巡查;赛道医疗组每公里安排5名医疗志愿者步行参与监管施救;全赛道共设置有20个固定医疗点,方便医疗人员及运动员就近施治和就医。

“届时,“甬马”赛道平均每公里有11名医护人员参与监管或救援。”“甬马”组委会医疗组负责人表示。

“一村一月放映一场电影”宁波农村电影放映工程走在全国前列

本报讯(记者南华 通讯员景学军)昨日,记者从全国农村电影发行放映经验交流会暨第二届中国广播影视行业电影放映员职业技能竞赛表彰会上获悉,宁波农村电影放映工程走在全国前列,据不完全统计,目前宁波市电影业发展迅猛,全市现有多厅影院60余家,去年全年票房4.5亿元,今年1月至7月已达3.8亿元,预计全年可达6亿元,票房以每年30%的速度高速增长,电影已成为宁波人离不开的精神文化产品。

记者在会上了解到,自2006年宁波被列为国家农村电影改革和发展暨数字化推广放映试点城市以来,宁波在全国率先实现了“一村一月

放映一场电影”的商业影片公益化放映和数字电影农村放映全覆盖,使宁波农村电影放映工程走在全国前列。

近年来,农村电影放映工程已逐步发展成为政府文化惠民的实事工程。2013年宁波被国家新闻出版广电总局确定为农村电影发行放映体制改革试点城市后,宁波制定了推进全市农村电影改革发展的“331工程”实施方案,即在3年内实现建成100家公益电影放映基地、100个农村电影固定放映点、100个乡镇数字影院的工作目标。如今,前两个目标已提前一年完成,100个数字化影院的目标也已完成65个。



传授中华武术

9月22日晚上,新西兰奥克兰市布洛克豪斯湾小学的13名师生来到余姚市第一实验小学进行友好访问,余姚市武术协会会长尹春龙应邀向这些洋师生传授中国武术的基本功。(吴大庆 摄)

姚攒:轮椅上的冠军

□本报记者 林海
通讯员 林军 范亚儿

说起来自慈溪的残疾人运动员姚攒,笔者印象深刻——2011年10月,在绍兴举行的第八届全国残疾人运动会上,姚攒夺得1枚金牌、3枚银牌和1枚铜牌,创造一项新的全国纪录。9月13日下午,她以41.28秒的优异成绩夺得女子S5级50米自由泳金牌,并打破该项目的全国纪录,为宁波夺得第九届全国残疾人运动会开幕后的首枚金牌。

在本届残运会上,姚攒可谓收获满满:除了女子S5级50米自由泳冠军,她还获得100米自由泳、200米自由泳和女子肢残34分4×100米自由泳接力赛3个项目的金牌,破3项个人项目的全国纪录;在肢残20分混合4×50米自由泳接力赛和女子SB4级100米蛙泳决赛中,姚攒夺得2枚银牌,并打破肢残20分混合4×50米自由泳接力赛的全国纪录;在女子34分(肢残组)4×100米混合泳接力赛决赛中,姚攒与队友合作夺得一枚铜牌。在一届残运会上收获4金2银1铜,4破全国纪录,说姚攒是“轮椅上的冠军”一点也不为过。

和上届全国残运会的1金3银1铜相比,姚攒的运动成绩有了大幅度提高;不过,比拿金牌更令人高兴的是,



图为姚攒在展示奖牌。

(林海 摄)

她的生活自理能力也有了很大提高。4年前,姚攒还需要妈妈徐女士每天背着她,从慈溪坐车两个多小时到市游泳俱乐部参加训练,然后又由妈妈背着坐车回慈溪,这样持续了三个多月。如今,姚攒基本上可以照顾自己的生活起居了。

家住周巷镇的姚攒因患小儿麻痹症导致肢体残疾。与游泳结缘纯属偶然。2009年6月底的一天,徐女士带着女

儿去游泳馆游泳。姚攒在泳池边看着水中的妈妈游泳,一脸羡慕。徐女士鼓励她下水。没想到一下水,平时性格内向的姚攒立刻像变了一个人,戴着救生圈的她一下子冲了出去,甚至还游到了深水区。发现女儿的游泳天赋后,徐女士找到残联,让女儿参加游泳训练。

说到将来,姚攒表示,她还会继续游下去。“即使离开了赛场,游泳也会成为我生活中的一个爱好。”姚攒说。

ICBC 融e购

工行融e购O2O体验活动走进南部商务区

活动时间:2015年9月25日10点至15点

品质生活



拾分味道
精品蹄膀

得力手持式家用吸尘器

天猫价:198元

折后100元



缤纷果汁

降 Greenis原汁机 折后再减



格丽思婴儿辅食神器

精致品质 全球联保
格丽思婴儿辅食神器 黄金转速以磨代榨
✔ 原味果萃 ✔ 安全材质
✔ 三网搭配,一机搞定

折后 1880 再减500 = 1380



格丽思现汁现榨

扫码优惠免20元

空气净化器

欧琳空气净化器

直降799元

活动价1500元

原价:2299元



海尔净化魔方

活动价3499元

