

舞出巾帼英雄别样风采

——舞剧《花木兰》走进重庆大学艺术学院舞蹈系



舞剧《花木兰》剧照。

(图片均由宁波市歌舞剧院提供)



分享会现场。



主创人员与学生们合影。

记者 单玉紫枫

木兰何所思，木兰何所忆？一面铜镜遮掩，想起女儿身时的豆蔻往事，眼波流转间，木兰尽显小女儿情态。不由得盈盈步履轻，袅袅舞娉婷，与身后的仕女群舞，互为烘托……

重庆大学艺术学院舞蹈系排练室内，刘一霖蹲坐在地上，看着近在咫尺的木兰“本尊”，不由得呆住了。身旁，于扬、陈浩等一大批同学则高举手机，记录这震撼人心的一刻。

昨天下午，宁波市歌舞剧院携舞剧《花木兰》主创人员走进重庆大学艺术学院舞蹈系，院长严肖平和两位主演郝若琦、夏天，与舞蹈系学子们面对面对分享幕后的故事。情至兴起，主演们

索性现场演起了经典桥段。

舞蹈系大三学生高益莹是郝若琦的铁杆粉丝。“我2018年入学那年，就是《花木兰》摘得中国舞蹈界最高奖‘荷花奖’的那一年，这是我们舞蹈界的奥斯卡！”高益莹兴奋地如数家珍，《花木兰》吸收中国传统舞蹈刚柔并重的特色，再现“花木兰”这一传奇故事并且融入现代舞台科技元素，是重塑一代巾帼英雄的史诗级舞剧。

“另外，郝若琦还分享了演出中的舞台经验，例如面对舞台事故作为专业舞者该怎么去应对，怎样与他人默契配合，如何运用肢体去表达情感等。作为在校学生的我们学到了许多干货，还与宁波市歌舞剧院的专业演员们近距离观摩学习《花木兰》舞剧片段，非常荣幸！”

高益莹说。

重庆大学艺术学院舞蹈系副主任张晓告诉记者，作为舞蹈专业的学生，对宁波出品的舞剧《花木兰》早已耳熟能详。“我们特别安排了太一、大二、大三的学生一起参加现场分享会，唯一遗憾的就是大四学生在外实习，错过了这么好的交流机会。”

而从另一个角度看，当木兰作为一个女英雄的图腾，附着于舞剧中，穿越历史传奇走到当下，她应该还有更多的现实意义。

“拿郝若琦即兴表演的木兰揽镜舞的精彩片段来说，这反映的是一身戎装的木兰心中小女儿情态的一面，突破了以往大家对木兰的刻板印象。其实我们重庆歌舞团的原创舞剧《杜甫》也有个相对应的片段，叫《丽人行》，同样也是郝若琦主演，宁波与重庆，《花木兰》与《丽人行》在这里相得益彰、相映成趣。”张晓说。

“花木兰既是一个人物，也代表一种精神。一种女性自强不息敢于拼搏的志气，一种保家卫国身先士卒的担当。”梁静涵是重庆大学舞蹈系大一学生，和学长学姐不同，她关注的点除了表演技巧、舞台表现力等干货外，更加看重花木兰的软实力与现实意义。

在她看来，花木兰的故事传承至今，依旧有着鼓舞人心的现实意义。正如郝若琦在分享会上提到的：疫情中冲往一线的医务人员、志愿者，她们不怕苦不怕累，展现出女性在危急之中的刚强，就是当代“花木兰”。跳跳跳的不是动作、不是角色，而是情绪、是感悟。

精打细算记好“成本账” 工业社区搭台 助力企业“拼单团购”

本报讯（记者黄合 实习生沈晨晨 通讯员顾文瑾）“我们企业原本以出口欧美市场为主，这一次经过社区牵线搭桥，主动让利5%给园区企业，已经有10家企业表达了和我们签订合作协议的意向。”昨日一大早，位于北仑大港工业社区的宁波志达纺织品有限公司谢总给大港工业社区党委书记朱红明发来了喜讯。

本周二，北仑新碶街道大港工业社区再次联合北仑区经信局、8718北仑平台，举办主要面向北仑辖区企业的供应链交流会。这一次“拼单团购”的主体，正是北仑重要产业领域之一——纺织服装行业。

朱红明表示，在社区走访中发现，不少中小微企业反映压力特别大：“原材料在涨价，用工成本又比较高，为了应对销售的压力，大多数小微企业会把利润压得很低，企业忙碌奔波，但是真正收进口袋的东西却少了。”

如何帮助企业降本增效？大港工业社区决定发挥自身企业集聚、上下游齐全的优势，自我挖潜提前对接，一方面精打细算，减少一些企业内部积压的库存，帮助企业

“减压”，另一方面相互交流起来更加灵活便捷，还能确保产品质量，形成正向循环。

“无论是家电、机械，还是纺织，我们的产品非常‘百搭’，这已经是我第四次参加社区的‘拼单团购’了。”宁波市弘博胶粘科技有限公司总经理张广云表示，为了更好地展示诚意，公司拿出了最为优惠的价格。

宁波克震服饰有限公司则是在另一家企业的推荐下，慕名而来的。“可以借助这样常态化的平台，多认识一些新的企业，抱团取暖，互帮互助，挺好的。”该公司总经理张艳说。

为了达到更好的对接效果，大港工业社区在产品推荐前还有试用环节，在确保价格优惠的同时质量过硬，最大限度实现企业间的共赢。

据了解，类似的“拼单团购”活动还将在工业社区范围内定期举办，围绕某一行业的“痛点”，帮助中小微企业特别是外贸企业打开内销市场，通过行业的产业链、供应链对接，加强配套合作，推动本土产品实现“国内国际双循环”。

宁波首个建筑(装修)垃圾 在线监管平台上线

本报讯（记者张凯凯 通讯员范奕齐 江一舟）城市装修垃圾因其体大量重、人工分选难度大、处置成本高等原因，已经成为城市发展及管理过程中的“老大难”问题。日前，宁波国家高新区正式上线全市首个建筑（装修）垃圾在线监管平台，为装修垃圾规范化处置添加了“数字引擎”。

“该平台的投入使用构建了一个全域化、信息化、规范化、高能级的清运处置模式，实现了来源可溯、去向清晰，为助力我市垃圾源头分类减量、资源化利用提供了新‘样板’。”市分类办相关负责人表示。

昨日中午，高新区蓝庭花园小区物业经理刘胡顺就体验到了建筑（装修）垃圾在线监管平台带来的便利。掏出手机，打开“宁波建筑垃圾清运”小程序，拍摄上传一张装修垃圾现场照片，并确认了

清运地点和现场联系人后，刘胡顺便开始“坐等”接单。15分钟后通知显示“接单成功”，不到半小时，清运师傅和车辆便抵达了现场。

刘胡顺说：“以前都是电话联系清运公司，清运时间没法把控，一旦收运不及时，垃圾就会满溢。现在有了这个小程序，小区里的装修垃圾堆放点一直都保持着干净清爽的状态。”

目前，该平台已经在高新区59个小区全面推广，各小区可以在手机小程序端下单、查看、评价订单；各清运单位可以在后台接单、派单，查看订单信息。同时，清运单位32辆运输车也统一加装了卫星定位系统。在将装修垃圾运往处置消纳场的过程中，系统可全过程实时掌握车辆所在位置和运行轨迹，全程监管垃圾的收集和运输。



位于高新区的装修垃圾堆体处置设备。（张凯凯 江一舟 摄）

市精卫办和市教育局对1843名中小學生开展的一次调查显示， 16.5%的学生睡眠质量不好——

睡眠障碍人群呈年轻化趋势

新闻聚焦

记者 陈敏 通讯员 李湘兰

世界睡眠日来临之际，为了解我市中小學生睡眠现状，市精卫办和市教育局对我市部分中小學生开展了一次睡眠质量调查。结果显示，1843名被调查的中小學生中，睡眠质量差的学生有305人，占总人数的16.5%。

高二女孩失眠近一年

表情沉重，面色苍白，浓重的黑眼圈，身体单薄得似乎一阵风就可以把她吹走。面前的女孩让康宁医院睡眠诊疗中心主任刘之旺吃了一惊。

又是一个失眠的学生。女孩小新（化名）告诉刘之旺，她今年读高二，已经持续一年没有好好睡觉了，特别是最近四天，每天凌晨一点还不能入睡，五六点又醒了，下星期有一项很重要的考试，“我这个状态，能考好吗？”说着，小新忍不住呜咽起来。陪同前来的妈妈说，女儿原本成绩不错，可一段时

睡眠质量差跟学业压力密切相关

本次接受调查的中小學生共计1843人，其中男生948名（51.44%），女生895名（48.56%）；小学（含5-6年级）281名、初中（含7-9年级）278名、高中1284名。

调查结果显示：睡眠质量好的学生331名，占总人数的18.0%；睡眠质量一般的学生1207名，占

总人数的65.5%；睡眠质量差的学生305人，占总人数的16.5%。

其中，小学生睡眠质量高者55人（19.6%），睡眠质量一般者210人（74.7%），睡眠质量低者16人（5.7%）；初中生睡眠质量高者51人（18.3%），睡眠质量一般者196人（70.5%），睡眠质量低者31人（11.2%）；高中生睡眠质量高者225人（17.5%），睡眠质量一般者801人（62.4%），睡眠质量低者258人（20.1%）。

从调查情况看，年级越高，睡眠质量差的比例也越高。业内人士分析认为，这跟学业压力密切相关，初中生、高中生面临中考、高考，学习压力明显增加，睡眠质量差者所占比例较小学生有显著提高。

调查还显示，女生发生睡眠质量低的风险是男生的1.403倍；使用电子产品发生睡眠质量差的风险，是不用电子产品学生的1.153倍；完成家庭作业时长超过1小时的学生出现睡眠质量差的风险，是低于1小时学生的1.337倍。

失眠呈年轻化趋势

刘之旺介绍，随着学业压力加

大、电子产品普及，以及生活节奏加快、睡眠节律紊乱等诸多因素的影响，这几年睡眠诊疗中心年轻患者的面孔越来越多，失眠问题呈现年轻化趋势。据了解，相比于前几年，目前康宁医院青少年失眠人群的门诊数量明显增加。

中小學生睡眠质量差并非宁波独有。早在2016年，浙江省教育质量的报告显示，睡眠是中小學生发展指数中较低的一项，在被调查样本中，小学四年级学生仅有五成每天睡眠时间在9小时及以上。

有关专家指出，睡眠在青少年成长发育期具有关键作用，长期睡眠不足，可导致学习能力差、注意力不集中和行为问题，影响生长发育，罹患精神疾病和心血管疾病的风险增加。国外一项睡眠剥夺实验的结果表明，睡眠不足的青少年可能会出现迟到次数增多、学业成绩变差，增加患抑郁症的可能性，出现成瘾行为等。

刘之旺在接受记者采访时提醒广大家长，青少年睡眠质量差有其一定的特殊性，往往是心理障碍的首发症状，睡眠质量差的背后，往往隐藏着情绪问题、心理问题，因此一定要引起高度重视，及时就诊，早诊早治。

震裕科技在深交所挂牌上市 宁海梯队培育 助力企业“抢滩”资本市场

本报讯（记者孙吉晶 宁海县委报道组蒋攀 通讯员林吉）昨天上午，宁波震裕科技股份有限公司在深圳证券交易所创业板正式挂牌上市，成为宁海县第7家上市公司。

震裕科技是一家专业从事精密级进冲压模具及下游精密结构件的研发、设计、生产和销售的高新技术企业。公司拥有丰富的精密级进冲压模具开发经验和完整的制造体系，以精密级进冲压模具的设计开发为核心，为全球范围内的家用电器制造商及汽车、工业工控制造商等提供定制化的精密级进冲压模具。

近年来，宁海县大力开展“凤凰凤雏凤来巢”三凤行动，高度重视企业上市工作和本土企业发展，全面实施“215”工业企业培育工

程，为企业提供更大力度的上市激励政策，更专业的定制服务；同时，借助创业板和新三板改革契机，着力解决企业上市过程中的问题和困难，及时掌握县内重点企业发展状况，构建潜力巨大的上市企业培育梯队。

宁海按照“企业为主、政府推动、中介尽责”的原则，结合县内规上企业、高成长型企业、科技型企业名称，以“金融办工作人员+乡镇联络员+券商+企业”开展团队服务，筛选出一批“既有意愿又有条件”的企业，建立分层次、分类别、分梯队的后备资源库，并开展“量身定做”和“精心培育”，全县上下已经形成支持上市、服务上市、踊跃上市的浓厚氛围。截至目前，已有30家企业被纳入上市梯队培育库。