

我们的节日



中秋小长假，市民“文化过节”忙

记者 沈孙晖
通讯员 陈莹 陈朔翰

随着现代生活方式的多样化，今年中秋小长假除了近郊游火热外，有许多市民选择伴着书香“文化过节”。
昨天上午，记者在镇海书城二楼、三楼的休息区域，看到不少学生、家长正在阅读和学习。市民绳女士带着上幼儿园的女儿在休息区讲绘本。“女儿平时就喜

欢听我讲故事，现在休息时间不多，亲子时光难得，我就想趁假期带孩子就近来书城看书。”绳女士对记者说。
在三楼另一边的自习区，上小学四年级的汪辰辰正和姐姐一起做作业。她告诉记者，家里还有个弟弟，学习效率比较低，还是书城安静，适合学习。“今天早上9点来的，中午回家吃个饭，下午再来这里自习。”汪辰辰说。

镇海书城工作人员告诉记者，中秋假期的人流量要比平时的双休日多一些，每天下午1点后会出现一波小高峰，他们严格按照防疫要求，查验72小时核酸检测阴性证明和行程卡。
在镇海培菊图书馆，不管是二楼的借阅区还是三楼的自习区，都有不少市民在此“充电”。在自习区学习的岳悦是一名初三学生，她告诉记者，前天已经和家人一起欢度中秋佳节，这两天

她要收心好好学习。“这里不仅学习效率，还能借阅一些资料，安静又方便。”岳悦说。
在借阅区，市民晋如秀刚给孩子“跑腿”借了许多图书，“儿子在图书馆附近上绘画课，我刚好有时间，就帮他来借一些学习上需要的书。”
记者获悉，中秋小长假期间，镇海培菊图书馆的人流量明显高于往常，不管是借阅率还是还书率均有不同程度增长。

太震撼！木星满月同框

本报讯（记者孙肖）前天晚上的满月你可欣赏了？昨晚宁波上空还上演一次与众不同的“木星合月”天象，宁波的天文爱好者在老外滩亲水平台附近携带近20架各式天文望远镜，为市民朋友献上一场天文盛宴。
“太震撼了！”“通过望远镜看到月球和木星都太美了！”“十五的月亮十六圆，不但看到了月亮，还看到了木星，圆满了！”现场观看的市民发出一阵阵惊叹声。这一晚，争相辉映的木星与月亮成为甬城晴朗夜空中难以忘怀的景象。

木星是太阳系中体积最大、质量最重的行星，它还拥有众多卫星，是肉眼最容易观测到的天体之一。当晚，在小型天文望远镜的视野中可见木星的条纹及四颗伽利略卫星。
“木星合月并不罕见。当晚冲日的木星和月亮都非常明亮，两者之间的角距离很近。在天球上，行星和月亮正好运行到同一经度上，两者角距离达到最近，这一天象叫‘行星合月’。当月亮与行星的角距离接近到一定程度，还会发生‘月掩行星’的现象。”宁波市青少年宫天文教师、市天文爱好者协会常务副秘



上图：月木同辉。（姜明敏 摄） 下图：观测现场。（市天文爱好者协会 供图）

书长项仕伟介绍，月球每天升起时间比前一天推迟约50分钟，昨晚两者几乎一起升上地平线，

就上演了一出“木星合月”，入夜后很适合公众进行户外观赏这一现象。

13年捐助1100万元，这个村的企业家们真暖心

记者 郁晶莹 通讯员 朱煜菲

“姜书记，中秋节到了，我们几个趁今天有空，向您家的父老乡亲献点爱心。”9月9日上午，民营企业家庄铮来到余姚临山镇邵家丘村的村委会办公室，向村老年爱心基金会捐款10万元。与他一同前来的还有三位邵家丘村本土民营企业负责人，他们也向老年爱心基金会各捐款了

2万元。
“13年了，你们每年都来，我替村里所有老人谢谢你们！”邵家丘村党委书记姜海军热情地道谢。中秋节前的这段时间，邵家丘村的老年爱心基金会已经收到来自社会各界的爱心捐款35万元。
邵家丘村老年爱心基金会成立于2010年，由村里的10位企业家共同捐款成立，专门服务于该村70周岁以上的老年人。基金会

每年都会给村里70周岁以上的老人发放“敬老红包”，还有中秋送月饼、生日送蛋糕、春节送红包等福利。逢年过节，这些企业家总会不约而同地回到村里奉献爱心。“我们都是土生土长的邵家丘人，家乡养育了我们，我们理应为家乡事业出一份力。”企业家陈根龙说。
据姜海军介绍，目前邵家丘村70周岁以上老人有401

位，还有不少五世同堂、四世同堂的家庭，最多的一户家庭可以同时收到4份“敬老红包”和礼物。收到这些爱心礼物，大家都很开心。
近年来，邵家丘村始终坚持“道德立村”的传统，大力营造文明诚信的道德风尚。从2010年至今，该村老年爱心基金会已累计收到爱心捐款1100万元，越来越多的爱心人士加入进来。

“画”好月圆 南塘老街中秋纳凉晚会让人沉醉

记者 黄银凤

前晚中秋夜，“画好月圆·醉南塘”海曙区第四届美好生活节之中秋纳凉晚会在南塘老街举行。古语曰：“天下中秋皆十五，唯有明州在十六”。舞台上的演员们尽心演

绎，用沉浸式的演出讲述《中秋的故事》，令观众们对这一典故更为明晰。
在徐徐晚风中，一首《凉凉》让听者久久难以忘怀。手扬沙落，挥沙成画，大屏幕中的沙画随曲而动，在光影之下更添意境。
月圆代表的不仅是相聚一

堂，更是浓厚的家国情怀。表演者连诵三首现代诗，与《月亮升起来》一曲共同诉说期盼团圆、共盼美好未来的愿景。
中秋节，自然少不了猜灯谜。现场准备了多个有趣的灯谜，引起了观众的浓厚兴趣，将气氛推向了高潮。
现场还效仿古人进行了一

场热闹的飞花令比赛。远处的三口之家，你一言我一语，猜出谜底的情侣相视一笑……现场观众在一轮轮对答中展现诗词之美。
在婉转的《望月》旋律中，本次中秋纳凉晚会圆满落幕。
值得一提的是，在这个“倍思亲”的节日里，为了让身在宁波的异乡人感受来自海曙的温暖，活动现场特别设置二维码，报名参加活动的务工人员通过扫码可领取一份月饼。

小伙海上赏月被困，海警出手相救 危险！这个网红打卡点常常让人“上得来，回不去”

记者 王晓峰 通讯员 鲍贵阳

对不少人来说，昨晚的月色不容错过。不过，赏月归赏月，安全还是要注意——昨天下午，记者从宁波海警局获悉，有人为了海上赏月，结果被困于灯塔之上，不得不报警求助。
9月10日晚上9点46分，宁波海警局接95110报警，一名男子因为涨潮被困于甬江出海口附近的灯塔上，急需救援。接到报警后，宁波海警局立即启动应急预案，派遣救援艇火速前往救援。
当晚10点，海警救援艇抵达事发海域。此时正值涨潮，离岸水位已上涨60~70厘米，水流较为湍急，原来的“路”不见

了。海警执法人员发现，在离岸不远处的一处灯塔上，一名男子正站在上方，焦急地向海警艇招手示意。
确定被困人员位置后，救援艇立即调整方位，向灯塔旁靠过去。顺利靠边后，男子一跨就上了救援艇，随后在救援人员的护送下成功上岸。
事后了解，该男子趁着落潮时偷偷爬上灯塔观赏海上月景。因对海况不了解，结果他就尴尬了：上得来，回不去了。海水一涨，来的“路”就不见了。
“据我们所知，这处灯塔也是一网红景点，经常有人不顾危险来此打卡，因而时不时发生被困警情。都是当事人不了解海况，来时

有‘路’，涨潮后想回去就难了。”海警执法人员事后也对其危险行为进行了批评教育。当事人也认识到了自身错误行为，表示今后一定吸取教训。
图为网红打卡点海上灯塔。（宁波海警局 供图）



受台风“梅花”影响 宁波本周先雨后晴 宁波启动海上防台风应急响应



本报讯（记者孙肖 通讯员薛国强）据市气象台消息，台风“梅花”今天夜里进入东海南部海面，最强可达超强台风级。由于副热带高压处于调整期，北方有西风槽东移，“梅花”东侧有台风胚胎发展，可能与其形成藤原效应，导致“梅花”后期路径有不确定性，对风雨影响较大。受其影响，我市本周先雨后晴。东海海面今天到15日有持续性大风，沿海海面今天起有大风过程，大风范围大、持续时间长，海上风浪大，请海上船只及时避风。
今年第12号台风“梅花”于9月8日上午8点在西北太平洋洋面上生成，昨天凌晨加强为超强台风级，昨天下午3点中心位于宁波东南偏南方向814公里处，近中心最大风力15级，中心气压940百帕，今天夜里进入东海南部海域。
预计“梅花”以每小时10公里左右的速度向西北方向移动，强度逐渐增强，最强可达48~55米/秒（15~16级，超强台风级或超强台风级）。今晚强度开始缓慢减

弱，并继续向西北方向移动，穿过琉球群岛后进入东海南部海面，逐渐向浙江东部沿海靠近。
受“梅花”影响，预计东海南部海面风力今天增强到8~10级，明天起东海海面自南而北增强到12~14级，台风中心经过的海面15级以上。沿海海面今天到明天上午6~8级，明天下午逐渐增强到7~9级，夜里增强到8~10级，14日到15日11~13级。
据市气象台预报，宁波本周先雨后晴。今天中到大雨部分暴雨，气温22℃至26℃；明天中到大雨部分暴雨，气温23℃至26℃；14日大到暴雨局部大暴雨，气温23℃至27℃；15日大到暴雨局部大暴雨，气温23℃至26℃；16日阵雨转多云，气温21℃至31℃；17日多云，气温22℃至33℃；18日多云，气温23℃至32℃。
又讯（记者荀雯 通讯员沈俊）昨天，记者从市防汛防台抗旱指挥部获悉，根据《宁波市防汛防台抗旱应急预案》，市防指于昨天下午2点启动了海上防台风应急响应。市防指要求，各地各有关部门要密切关注“梅花”台风动态，按预案要求做好相关防御工作。

宁波市民 预防出生缺陷意识提高 今年前8个月全市483人接受孕前基因筛查

本报讯（记者陈敏）今天是中国预防出生缺陷日。记者在采访中了解到，宁波人预防出生缺陷意识正在快速提高，来自宁波市出生缺陷综合防治中心的统计：2021年1月到2021年12月，前往宁波市妇女儿童医院接受孕前基因筛查的不到200人次，但今年1~8月，已有483人接受孕前基因筛查。
每16人就有1人是遗传性耳聋致病基因的携带者，每40人中有1个是脊髓性肌萎缩症致病基因携带者，每55人就有1人是苯丙酮尿症致病基因的携带者……目前已经明确7000多种罕见病，80%是具有遗传因素，且90%以上没有药物可治疗。
据宁波市妇女儿童医院出生缺陷综

合防治中心主任李海波介绍，要预防、减少这些基因缺陷病的发生，一个最有效的手段就是接受孕前基因筛查，也可以称为“基因体检”。
基因检测是通过提取血液、其他体液或细胞里面的DNA后，通过特殊的分子生物学处理，在特定设备上分析基因类型、基因缺陷及基因表达情况是否正常的一种方法。基因检测可以诊断疾病，也可以用于疾病风险的预测。
前几年，宁波民众对孕前基因筛查的重要性普遍认识不足。令人欣慰的是，随着各方的努力，宁波人的预防出生缺陷意识正在加速提高，尤其是今年以来，前往接受孕前基因筛查的市民快速增长。

国科大华美医院 明起开设健康管理门诊

本报讯（通讯员郑轲 记者陈敏）到院体检，对着体检报告单上一长串的箭头，一片茫然，也不知道接下来自己该怎么办。这是很多市民普遍会遇到的问题。对此，中国科学院大学宁波华美医院（宁波市第二医院）明起推出健康管理门诊，门诊时间为每周一至周五下午，半年内在该院体检的市民均可免挂号费就诊。
随着老百姓健康意识的提高，越来越多人接受年度体检，但面对体检报告提示的问题及专科复查随访等建议，仍有不少人嫌麻烦、不重视，没有进一步复查。“健康体检的目的是较早发现疾病或潜在问题，进行早期生活方式干预和专业

治疗。如果发现了问题没有进一步干预，体检就失去了意义。”国科大华美医院体检中心方建飞主任在接受采访时说。
此次，该院体检中心根据健康体检中发现的主要问题及我市人群疾病谱，首批推出了肺结节、甲状腺外科、乳腺外科、妇科、内分泌科、超声介入6个专科健康管理门诊，均由相应专科副主任医师以上的资深专家坐诊。肺结节、甲状腺结节、乳腺结节在体检中最为常见，也是市民最关心的健康问题，首批开设的6个门诊中4个与这三类结节相关，而存在高血压、高血脂、脂肪肝、骨质疏松等代谢性疾病的市民可至健康管理-内分泌门诊就诊。

“花甲奶奶团” 一道流动的人文风景

赵畅
据昨天《宁波日报》民生版报道，鄞州区陆嘉社区“花甲奶奶团”的30名年纪60~80岁不等的老人，平日除了门口执勤，还参与垃圾分类、文明督导、治安巡逻、核酸采样等志愿服务。文明典范城市创建期间，“奶奶团”清理楼道杂物、擦拭小区宣传窗和垃圾箱，甚至钻进草丛深处清理垃圾。
当“花甲奶奶团”志愿服务在社区的方方面面、角角落落时，那银发飘飘、精神抖擞的服务劲儿，不仅令社区因此变得更清洁整齐、和谐美丽，而且她们担当与奉献的行为也成为社区里一道流动的人文风景。
“花甲奶奶团”参与社区志愿服务，其优势显而易见：她们心细、勤快，长期以来形成的这些好品质、好

习惯，让她们在志愿服务这个大平台中大显身手；她们有权威、有号召力，除了她们作为妻子、母亲、奶奶、外婆等女性形象散发出来的特有魅力外，她们无私参与志愿服务的行为本身，就足以让她们在劝导不文明行为中有着无可替代的榜样力量和监督权威；她们热心、有爱，在她们心中社区就是一个大家庭，只有把大家庭建设好了，小家庭才能有获得感、幸福感和安全感。
莫要小觑“花甲奶奶团”的志愿服务，其自觉主动的行为本身，就足以让人共情共鸣、感动感悟。希望有关部门、街道和社区把“花甲奶奶团”的志愿服务经验总结好、提炼好，宣传好这些“最美奶奶”内心的“最美”思想和精神情怀，以激发、砥砺更多的人参与到社区治理、社区服务中来。
（欢迎投稿，来稿请发民生邮箱 1871684667@qq.com）