



5 想让您家的宝贝上晚报吗？ 宝贝爬行大赛和“宁波萌宝”评选活动邀您参加

爬行是最适合低龄幼儿的健康运动，既提升婴幼儿身体素质，又可以让全家老少齐上阵为宝宝加油鼓劲，使亲子关系融洽，家庭和谐。

晚报粉丝节期间，我们准备了两次赛事活动。

9月23日，潮动甬城、童心童趣，宁波市首届全媒体亲子嘉年华——“宁波宝贝超级千人爬爬赛”活动，将在宁波五一广场隆重举行。此次活动将是宁波最大规模的宝贝爬行赛，预计有1000户左右的家庭将带着宝宝参加，给宝宝

们一个赢得人生中第一张奖状的机会。

主办方为此次活动准备了丰富的奖品和礼品。一、二、三等奖的奖品分别为价值1980元的儿童安全座椅、价值999元的婴儿手推车及价值350元的儿童洗护套装，而且每位参加比赛的宝贝都有丰厚的签到礼包。

此外，我们还将举办“宁波萌宝”展示和评选活动。还记得你家宝贝刚刚出生时的模样吗？最开始，他（她）胖胖的，丑丑的；然后，他（她）开始拼命长大，有了好多小表情：嘟嘴、发

呆，生气了还会皱着眉头……我们希望帮您把这些萌萌哒的样子记录下来，留作一份最美的回忆，送给长大后的他（她）。

评上十佳“宁波萌宝”的照片将登上《宁波晚报》，获奖萌宝家庭同时可获得精美大礼包——价值500元的原装进口家庭生活组合套装。

目前，“宁波宝贝超级千人爬爬赛”和“宁波萌宝”报名正在火热进行中。

参与方式：扫一扫下面的二维码，进入链接页面和公众号报名。



6 想感受最新、最炫的演出吗？ 晚报邀您免费看演出、看电影

此次晚报粉丝节期间，还有好戏连连。

晚报粉丝节举行期间，恰逢第四届市民文化艺术节火热举办和第十五届亚洲艺术节在宁波举行，同时天然舞台开业演出季也拉开帷幕。为了庆祝宁波晚报粉丝节的举办，让更多的读者朋友欣赏高层次的文化艺术活动和展演，宁波市演艺集团将免费提供200张不同种类不同场次的演出票。

宁波市演艺集团针对不同年龄阶层市民的

需求，精选了十台大戏供市民观赏，歌剧、音乐会、音乐剧、甬剧、京剧、舞剧、儿童剧、越剧都将悉数登场，并且每场戏为晚报粉丝提供20张演出票。

在一个月演出季期间，不仅有人选第十五届亚洲艺术节展演剧目的舞剧《花木兰》、香港春天实验剧团音乐剧《窈窕淑女》、北京管乐交响乐团音乐会《丝路画语》、京剧名家尚长荣加盟的京剧名家名票专场，还有演艺集团自己

的剧目将缤纷上演，如重新复排的甬剧《雷雨》、新排儿童剧《丑小鸭之成长日记》、“越剧万里行”压轴演出《烟雨青瓷》和《梁祝》等。

此外，粉丝节期间，我们还将邀请读者朋友免费看最新上映的电影。

感兴趣的读者请密切关注宁波晚报官方微信，9月16日粉丝节活动开幕后，将陆续有送票通知公布。

7 想知道怎样科学保健养生吗？ 养生文化节本月22日在鼓楼开幕

养生保健是人们关注的主题。面对愈演愈烈的“养生热”，“知行合一 健康中国”宁波晚报粉丝节之养生文化节，将给读者带来一场健康盛宴。此次活动将于9月22日至9月23日在鼓楼举行。

养生文化节活动现场，分为讲座区和互动区。互动区包括名贵中药材鉴别和展示、养生义诊、现场体验、手工制作等健康服务。来自宁波百年老店寿全斋的药材鉴定大师张国甫，将现场讲授如何鉴别真假虫草，以及铁皮枫斗、燕窝、三参的品质鉴定技巧。至今为止，张国甫接触中药材已有40余年，曾被评为寿全斋传承人。

《宁波老年》养生俱乐部友好合作单位会好

康中医门诊部，还邀请了老中医现场作画，将养生知识与笔墨纸砚相结合，通俗易懂地传播健康理念；宁波壹诺康生物科技有限公司将推出北大荒绿色食品品鉴、氢科技无土栽培家庭菜园生活体验等活动；牙博士口腔医院为读者们免费提供口腔检查。

9月22日上午9点半，来自钟益寿堂的专家将带来一场关于实用养生保健方法的保健讲座。

9月23日上午9点半，镇海骆驼街道社区服务中心孔庆晖主任担任主讲医师，为大家讲解老年疾病的有效预防措施。镇海龙赛医院专家团队也将来到现场提供健康咨询服务，为您的健康保驾护航。

同时，养生节将为老年朋友搭建一个展示自己的平台，打造全新的老年人文化生活舞台。活动期间将在鼓楼古戏台设置两场专场演出，9月22日晚7点—8点半为文艺达人秀专场，9月23日晚7点—8点半为越剧表演专场。

如果您还有与众不同的绝活，想在养生文化节表演舞台上展现个人魅力，可以拨打读者热线87167337报名，才艺征集时间至9月10日截止。

养生节期间，位于鼓楼永寿街6号的报社参茸直营店也将开展中秋佳节大型优惠活动，有兴趣的市民可以关注本报后续报道或拨打热线87167337。

8 想去野外亲近大自然吗？ 本报名记、“拍鸟达人”张海华带你去看鸟

鸟儿，应该是最容易观察到的野生动物了，公园里、小区内、田野中、溪流边、海涂上，这些飞翔的精灵无处不在。但是，你能叫出多少种鸟儿的名字？是不是把小而灰的都叫麻雀？大而灰的就称老鹰？羽毛洁白的便呼白鹭？

其实，在我们身边的城市公园里，就有很多很多可爱的鸟儿，如白头鹎、棕背伯劳、乌鸫、白鹡鸰、黑尾蜡嘴雀、夜鹭、黑水鸡等，只不过大家

平时不注意观察、区分罢了。现在有很多孩子，很少接触大自然，对身边的常见动植物都不了解，对自然之美缺少领悟，这是很可惜的。

本报记者张海华，网名“大山雀”，是宁波的一位自然摄影师，也是一位知名“鸟人”——十几年来，他一直利用业余时间拍摄鸟类，把宁波有分布的大多数野生鸟类都“收入”了镜头。

在此次宁波晚报粉丝节期间，张海华将带大

家去日湖公园观鸟。不过，由于鸟儿生性敏感胆小，不宜太多人一起观看，因此本次活动我们只能先邀请10户家庭（一大一小，共20人，孩子要求小学一年级以上）一起去观鸟，还望大家理解。

活动时间：9月24日（周日）上午。 **地点：**日湖公园。 **报名方式：**拨打晚报新闻热线87777777

注：对预约报名成功的家庭，我们将及时与您联系，确定具体的集合时间与位置。

9 想成为《宁波晚报》的封面人物吗？ “晚报邀你上头版”活动邀请您来参加

宁波晚报粉丝节，是所有粉丝的狂欢。想成为《宁波晚报》的封面人物吗？赶快来参与，当天的主角就是你！

从9月9日到9月16日，扫描宁波晚报官方微信二维码，关注成功后，在对话框输入“上头版”，即可根据系统提示上传自己最满意的照片

和文字，生成个人专属的《宁波晚报》头版画面，成为《宁波晚报》的封面人物。



10 想购置让人放心的红木家具吗？ 宁波晚报首届红木文化节带您品鉴红木

9月9日，2017年宁波晚报首届红木家具文化节将在宁波亿彩国际购物中心隆重举行。本次文化节将结合上下游链条，力邀宁波与东阳红木产地优秀家居工厂、书画艺术家、收藏爱好者，通过文化艺术节的形式，弘扬中式家具及艺术品发展文化，提升宁波市民的艺术鉴赏能力，同时为广大艺

术收藏品爱好者提供放心可靠的购置平台。

2017宁波晚报粉丝节之宁波书城红木家具文化节

时间：9月16日上午9:30—9月17日晚上9点

地点：宁波书城

内容：1.红木家具展示

2.红木厂家直销、特卖等系列活动

粉丝节分会场之红木家具收藏投资品鉴会

展会时间：2017年9月9日—10月30日

营业时间：上午10:00—晚上9:00

展出地址：宁波亿彩国际购物中心负1楼。