

今晚，“图书馆之夜” 邀请爱好阅读的你共同参与

本报讯(记者 俞素梅 通讯员 刘燕) 即将到来的4月23日,是第23个“世界读书日”。宁波市图书馆为此准备了一系列阅读活动,其中有“致未来的一封信——图书馆之夜”、浙江省第二届阅读马拉松挑战赛、图书打包大比拼、“遇见莎士比亚”主题英语沙龙等。喜欢阅读的你,不妨走进市图书馆,和众多爱书人一起共享快乐阅读。

今天晚上,80后女作家、老舍文学奖得主文珍,将和宁波作家赵淑萍、宁波电台主持人凌丽等相聚市图书馆,参加“致未来的一封信——图书馆之夜”活动,朗读一封手写的书信。这些书信由市图书馆前期向读者征集而来,有的写给未来的自己,有的写给未来的子女,有的写给未来的城市,甚至有读者写给了未来的市图书馆新馆。他们在写信的同时,还会推荐一本自己喜欢的书。

“亲爱的自己,人的一辈子,其实可以分为两部分,前半生为社会、为家庭付出更多的责任与义务,后半生在老去的那段光阴里,可以从容地听从内心的呼唤,为自己而活。而读书写作,就是我内心的选择……”志愿者和受邀嘉宾将深情地朗诵这些书信,在“图书馆之夜”分享浓浓的书香和对未来的憧憬。

另外,今天晚上,在市图书馆的少儿阅览室,还有一场“书香之旅”少儿体验活动,内容为诵读经典比赛、图书打包比拼、图书上架比拼,让孩子们通过亲密接触书籍、体验图书馆工作,培养阅读兴趣。

而在白天,从10:00~16:30,整整6个多小时,阅读马拉松挑战赛将在市图书馆的报刊阅览室再次“开跑”。

所谓阅读马拉松挑战赛,就是全体选手共同挑战阅读同一本书,读完后将通过手机完成答题,结合阅读时间、答题准确率等,最终确定比赛的名次。本次比赛是浙江省第二届阅读马拉松挑战赛的其中一站,所以选手的排名分浙江排名和宁波排名,而且,所有完赛选手均能获得全省统一的比赛T恤、完赛证明、奖牌及比赛书籍,特别有纪念意义。

值得一提的是,本次比赛的挑战书籍《人工智能会抢哪些工作》刚刚新鲜“出炉”,尚未正式对外发售。据了解,目前已有近300名读者报名参赛。

另外,宁波新华书店集团在4月18日至23日期间,天天在其微信平台发放“世界读书日”微信红包,4月21日下午2点,还邀请了畅销书作家丁丁张来宁波书城举行新书《只在此刻的拥抱》分享会。

“国家百万公里健身步道”启动仪式在甬举行 “宁波健身步道在全国做出了榜样”

本报讯(记者 戴斌 通讯员 徐迪) 昨天,国家百万公里健身步道发布启动仪式在我市举行,出席仪式的国家体育总局登山运动管理中心主任、中国登山运动协会主席李致新表示:“宁波健身步道率先在全国做出了榜样。2009年宁波宁海建成我国第一条登山健身步道后,不但吸引了周边城市的大量户外爱好者来登山健身,而且作为示范工程,为全国登山健身步道的普及推广做出了重要贡献。”

昨天启动仪式上,宁波市体育局首次正式发布了《2018年宁波登山健身步道手册》,手册收录了12条登山健身步道:宁海县龙宫-温泉步道、杜鹃山-许家山步道、慈溪市栲栳山步道、方家河头步道,余姚市大隐天芝步道,镇海区九龙湖步道,江北区云湖步道(公有-南联段),海曙区绿谷龙观步道(大松湾段),鄞州区松亭步道,北仑区虹霞龙潭步道,奉化区雪窦山蜘蛛林步道,象山县林海步道。市体育局相关负责人表示,今后将每年发布一批登山健身步道。

据了解,目前宁波境内登山健身步道总长达2000多公里,其中国家级为545公里,各类自发及有组织的登山活动层出不穷。昨天,就有一项旨在支持贫困地区留守儿童体育设施建设的“河畔毅行”活动在海曙区龙观乡进行,来自全国各地及英国、法国、马来西亚、丹麦等多个国家的300余名爱心人士参加毅行,并筹集善款40971.59元,将全部捐赠给公益体育支教项目——“传球计划”,今年暑假“传球计划”预计在贫困地区建造20座足球场,通过体育支教的模式改善留守儿童的身心健康。

这个周末,甬城足球氛围浓厚

本报讯(记者 戴斌) 昨天,2018年浙江省社会足球启动仪式暨省五人制足球冠军联赛(海曙赛区)开幕式在宁波市老年体育活动中心笼式足球场举行。该项联赛海选赛于4月至6月陆续在全省各地展开,大区赛将于7月份在宁波、湖州、金华、台州四个大区陆续开踢。

据统计,2017年我省开展社会足球项目共28项,涉及农民、社区居民、职工、军警等各个行业人群,直接参与省级活动4600多人,辐射影响参与人数近3万人。为了进一步把社会足球活动纵深推广,今年我省推出五人制足球冠军联赛(五冠联赛),目前已有40个赛区申办海选赛,报名队伍已达600多支。

宁波民间足球氛围浓厚,各类足球赛事丰富多彩。本周末同步上演的还有甬超联赛和江北区“慈孝杯”第二届足球联赛等。甬超联赛昨天完成半决赛,大树银博队和杭州湾绿澄联DP队分别战胜北仑飘逸队和奉化南方机械队。共有12支球队参赛的江北“慈孝杯”赛,前三名队伍依次是慈城联队、漈浦兴业队、铭亚机械队。“我们球队从2004年开始参加各类草根比赛,多数成员已经坚持了十几年。我们追求兄弟足球、快乐足球,更重要的享受踢球的过程。”慈城联队领队兼队员顾向科说。

宁波美术馆再获全国大奖

本报讯(记者 陈晓旻 通讯员 徐良) 日前,国家文化和旅游部办公厅公布了2017年度全国美术馆评选结果。经文化和旅游部审核与公示,共评出53个优秀项目。宁波美术馆展览“融通与原生——2017·第二届全国(宁波)综合材料绘画双年展”获得优秀展览提名项目,这是全国(宁波)综合材料绘画双年展继首届展览荣获2015年度全国美术馆优秀展览项目之后的又一殊荣。

“融通与原生”综合材料绘画双年展于2017年11月至2018年1月在宁波美术馆展出,共展出了由2300余件来稿中评审出的约180件作品。这些作品题材涉猎广泛,内容刻画充实,技法形态各异,反映了艺术家关注当下、关注现实生活的态度和热忱。



换书阅读

为了迎接第23个“世界读书日”,昨天上午,第三届招宝蒲公英千人换书大会在镇海区招宝山“古宅群”世博之家举行,现场五千余册种类多样的书籍供书友交换。

记者 徐文杰 摄

福彩开奖信息

6+1第2018045期:
1 5 9 4 2 4 生肖码:羊
15选5第2018104期: 01 05 06 10 12
3D第2018104期: 7 1 7

体彩开奖信息

大乐透第18045期:02 05 20 30 35 05 09
20选5第18104期:08 12 15 16 20
排列5第18104期:7 6 7 4 6

(均以公证开奖结果为准)

静脉曲张 告诉您一个方

静脉曲张多发生在小腿内侧,早期往往不被重视,患处青筋凸起,蚯蚓团状,任其发展会痒痛、胀痛、还会疼痛溃烂。静脉曲张,脉管炎千万拖不得。静脉曲张,脉管炎现在可以试试冷敷理疗的外用新方法,就是用【脉力健】牌消痛冷敷凝胶,静脉曲张、脉管炎、老烂腿均可放心使用,只需在患处一涂一抹,简单方便。

【脉力健】牌消痛冷敷凝胶,新一代静脉曲张外用产品,专为静脉曲张,脉管炎人群研制,

它巧妙运用了外敷理念,通过体表涂抹、皮下吸收、靶向渗透,简单方便!静脉曲张,告诉您一个小方法:【脉力健】牌消痛冷敷凝胶,一涂一抹,方便真好!

目前,【脉力健】全国市场正在热销,宁波信谊药店(解放南路55号、外运大厦南100米)现已到货,买三送一。
青医核广审(文)第2017080005号
健康咨询:400-9189-889(免费送货,货到付款,地址发送13758958115)

60岁以上来电领取多功能老花镜

“珍爱视力 爱护眼睛”爱眼工程在行动

来电检测视力+申领价值398元多功能老花镜

注意事项:

- 1、每人限领一份,重复无效;
- 2、领取时请携带本人身份证,退休证等有效证件;
- 3、由于领取人数较多,领取前请务必来电核实身份信息并预约申领时间。

申领条件:仅限年满60周岁以上的中老年人朋友!

领取地址:东海曙光大厦18楼A1(解放军113医院旁)

坐车到杏阳小区公交车站下车,地铁:江厦桥东站A出口出站。

【申领热线】

18058510623 18058511959

(报名后方可领取)

阳光消费百城行动领衔“健走生活百岁人生”大型公益活动开始啦!

398元夏季足力健热能鞋免费领!

首创“7大按摩环,46个按摩触点”3D鞋垫 夏季足力健热能鞋:走路就像做“足疗”

足力健夏季热能鞋,是由孝夕阳联合国内多位知名制鞋及养生专家,依据老人脚型特点为,采用“五维一体”的老人鞋设计标准,最新推出的一款走路就像做“足疗”的鞋。老人穿上夏季足力健热能鞋,在走路的同时就感觉像在做“足疗”,“3D足疗鞋垫”走路刺激脚底经络穴位,让老年人愿意出门、多走路、爱运动!

领夏季足力健热能鞋的老年朋友请注意!
报名成为会员,立即**免费**领取!

- 1、每位报名参加“健走生活、百岁人生”的老年朋友,即可成为“阳光消费、百城行动”宣传大使会员,免费领取足力健夏季热能鞋!
- 2、每人限领1双足力健夏季热能鞋,仅限本人前来领取,不能帮领、代领
- 3、所有领取人员先打电话报名,然后到指定地点进行申领登记姓名、

鞋码大小,待鞋到达后统一时间、地点、分批发放。

- 1、所有人员必须是60岁以上退休人员
- 2、所有申领人员需携带身份证和退休证办理
- 3、本次活动限额200名,送完为止,请勿重复报名
- 4、凡是报名登记的会员可免费获得彩色颈项多普勒检测一次。

报名热线:0574-83039023 18312981821