

# “走出去”实践活动最受欢迎

## 还未报名“百家社区暑期社会实践计划”的赶紧来



仅暑期开始后这段时间,宁职院无人机科普实践教育基地已经迎来五六拨小客人。

漫长的暑期如何度过?宁波日报报业集团都市报系社区中心联合联盟社区发起的“百家社区暑期社会实践计划”,给全市中小學生提供了更多的选择。

7月7日,“百家社区暑期社会实践计划”第一期实践名额上线甬上商城。这一期的暑期社会实践计划名额主要集中在中心城区的各个社区,实践形式很丰富,包括公益服务类、手工编织类、非遗体验类、科普实践类等。

记者查看了当前后台报名详情,发现家长和孩子更喜欢“走出去”的活动。尽管正值酷暑,但“我是小导游”、垃圾分类督导等室外服务性质的实践很受欢迎。此外,沉浸式体验的名额抢得也很快。比如,北仑大碇街道学苑社区联合共建单位宁波职业技术学院推出的5个“无人机+非遗体验”名额,最先被“售空”。

家住北仑大榭的钱女士家有两个孩子,女儿上高一,儿子读小学二年级。“昨天晚上是看到女儿登录甬上APP,在填报报名信息,我就顺便给儿子也报了一个。主要是看中了无人机体验,觉得挺洋气的,应该蛮有意思。”

得知“无人机+非遗体验”

名额被抢完,社区坦言“看来名额给少了”。工作人员随即与宁波职业技术学院联系,又争取来一些名额,预计将于7月下旬或8月“返场”,再次上线甬上商城。

高新区聚贤街道菁华社区推出的“垃圾分类之旅”人气也很高。社区将于7月12日带着孩子们参观姜山可回收资源中心、洞桥生活垃圾焚烧厂。这不,赵先生一口气就给两个儿子、一个外甥报了名。“我家就住菁华社区,平时孩子们就在家门口参加垃圾分类志愿服务,刚好有这样的机会,带他们去见识一下也好。”

根据实践时间安排的先后顺序,“百家社区暑期社会实践计划”分4期推进,目前推进的第1期,时间安排在7月15日前,接下来7月下旬还有1期,8月份还有2期。

暂时没有抢到中意的实践名额,也不要着急。本报会根据实践项目的“热度”情况,与社区及时沟通,争取更多的“返场”名额。

目前,“百家社区暑期社会实践计划”还在征集中,欢迎更多的社区加入,提供更多更好、更创新、更有趣味的实践活动。

记者 陈烨 文/摄

## 7天11起事故 交警:暑期请重点关注孩子交通安全!

暑假期间,孩子们外出的机会增多,在车水马龙的街道上,涉及这一群体的交通安全话题也备受关注。

### 后怕 15岁少年违法骑行载人

7月3日,宁波象山交警在靖南路与东谷路交叉口执行安保勤务时,发现一辆电动自行车行驶速度较快,骑行线路歪歪斜斜,车上还搭载了两个人,驾乘人员均未佩戴头盔且违法载人。

民警当即拦下检查,发现3人均是未成年人,驾驶人是一名学生,今年才15周岁,当天是和同学约好一起去拿成绩报告单的,因此顺路“捎”上了两名同学。

民警随即对其未戴头盔、违规载人、未及年龄骑车等问题进行了教育,并现场联系家长过来“领人”“领车”。待家长赶到现场,民警也对其也进行了一番交通安全知识科普教育。

记者7月8日从市交警部门了解到,仅7月1日至7月7日,全市已发生涉及少年儿童的道路交通事故11余起。

### 分析 暑期交通出行风险上升

针对儿童暑期的交通安全问题,交警表示,低龄儿童交通风险突出表现在独立行走和活动的增多,特别是在小区出入口、停车场、路边停车位、国道公路附近等区域单独玩耍逗留时,存在安全隐患。

12周岁及以上的少年儿童,独立意识和自主意识进一步增强,交通工具会选择自行车、电动自行

车,活动范围更大,活动地点选择性更广。部分少年儿童缺乏安全意识、自我保护意识,骑行时存在未戴安全头盔现象,道路交通风险也随之上升。

此外,由于私家车的普及和暑假亲子短途自驾游热度上升,少年儿童乘车时也有不少安全隐患。

### 提醒 家长们更应把好“第一关”

交通安全意识提高一分,生命保障就多一层,全市公安交警部门未雨绸缪,积极在事故预防、宣传警示等源头工作上狠下功夫。6月底,海曙、江北、鄞州交警走进辖区幼儿园、小学,提前打起了暑期“预防针”;7月2日,象山一初中安排学生们上路跟交警学习指挥、分发宣传资料;7月7日,宁海交警进社区为孩子们现场讲解交通安全常识;7月8日,东钱湖交警入村为孩子们上了上一堂“暑期交通安全科学”课……

但孩子的交通安全问题,需要全社会的共同关注。同时,家长作为监护人,更应该把好“第一关”,以身作则严格遵守交通法规,也要时常向自己的孩子灌输这些提醒信息:步行过马路,不要横冲直撞、忽然加速猛跑或中途折返,特别是在没有斑马线的国道沿线和村镇道路,要做到“一停二看三通过”且通过时要举手示意;结伴出行,不要在道路上嬉戏打闹、互相追逐、不要结伴穿行高速公路;骑车出行,未满12周岁不要骑自行车上路、未满16周岁不要骑电动自行车并非法载人。切记,暑期放假,交通安全不放假。

记者 王思勤  
通讯员 陆明光 徐莹莹 方丹茜

# 海参,你吃对了吗?

海参吃了2000多年,非常靠谱。

自古以来海参就被誉为“海洋八珍之首”。近几年,海参逐渐走入寻常百姓家。

什么成分让海参这么神奇?

尽管海参的价格昂贵,还是受到很多人的追捧。那海参究竟有什么好处呢?

现代科学研究发现,海参营养非常均衡,低脂、低糖、不含胆固醇,而且富含50多种天然营养成分、18种氨基酸、丰富的微量元素和矿物质以及多种高效活性营养成分。男女老少,四季皆宜。

活性海参·东方神进行了长达18年的海参研究,广东海洋大学药物研究所宋采团队于2017年,在全球首先发现了海参重大活性物质——海参纤溶活性蛋白酶,对人体健康有着重大价值,并且在高倍显微镜下可见。

海参怎样才能吃到活性?

传统吃法虽然吃了2000多年,但不科学。

活海参分子结构复杂,人体内缺乏消化海参的酶,很难被人体直接消化和吸收。

干海参、即食海参等需经过反复的高温蒸煮、泡发,活性成分遭到严重破坏。

海参吃不到活性,白花了钱,更浪费了时间。

海参,现在开始喝着吃,才能吃到活性。

海参正式进入高效利用的“2.0时代”

2021年4月21日,汇聚18年科研成果、经过十代更新、近百名专家倾力付出的活性海参·东方神诞生,标志着海参“2.0时代”的来临。

它运用独特的三大核心技术,科学加工海参。

除害化技术去除了海参表面的重金属和卤素、降解农药残留,海参变得更安全。

控制酶解技术解决了海参不易消化和吸收的难题,把大分子变小分子,充分释放海参活性物质,不用消化,直接吸收。

低温复合灭菌技术不破坏海参活性,实现不添加任何防腐剂、添加剂,可以常温保存18个月,活性物质照样存活。

每一滴活性海参·东方神,放在显微镜下都能够清晰地观察到海参的活性成分,数量非常多,活力非常足。

吃海参方便了,不用泡发,开瓶就喝,出差也能带。这给原本不会泡发海参的内陆人群带来了福音。

吃了2000多年的海参,从此进入了方便、科学、高效利用的“2.0时代”。



## 活性海参来宁波, 阿拉市民有福了! 上市免费体验报名中……

每天30个体验名额,  
请先电话报名确认位次,额满为止!  
每天体验价值57.9元  
可连续免费体验5天  
活动日期:即日起至7月15日  
地址:海曙区鼓楼永寿街6号  
报名电话:87288906