



67岁老人陈仰洲

专职为志愿者拍摄 在拍照时他也是名志愿者



陈仰洲参与小区防疫拍摄。受访者供图

两组照片，一组记录一名志愿者度过的一天，一组定格了志愿者为革命老战士画肖像。自9月24日由宁波市文明办主办，宁波晚报、甬上APP、宁波市摄影家协会承办的“在宁波，看见文明中国”摄影作品征集大赛启动以来，我们收到了200余幅作品。其中来自67岁的陈仰洲的这两组作品，十分抢眼，他用相机将活跃在这座全国文明城市的志愿者们生活做了还原。

“我本身就是志愿者，是多个志愿团队的队员，这些年来我一直在拍志愿者们……”昨日，在接受记者采访时，陈仰洲说。

为志愿者拍摄的时候，他也是名志愿者

2015年7月从国有企业退休后，陈仰洲开始学习摄影，目前是中国摄影著作权协会会员、中国化工摄影家协会会员、宁波市摄影家协会会员。

“退休后，时间比较充裕，我就加入了余姚市四明

红心志愿服务队，别的队员参与志愿服务，我就用相机拍摄、记录，我算是一个特殊的志愿者吧。”陈仰洲说，“退休6年多，差不多一共拍了超400场次的公益活动照片。全部摄影作品中，有七八成是记录志愿者（活动）的。”

“从最初的半画幅相机到现在的全画幅，如今我有3个相机、6个镜头。在做公益摄影的道路上，我其实也在锻炼身体。我们的志愿者们每天都在为这个城市付出，能以这样的方式为他们记录，我深感骄傲。”陈仰洲笑着说。

记录“余姚好人”杨亚芹的一天

陈仰洲这一次向大赛投稿的作品，分别记录了来自黑龙江的志愿者杨亚芹的一天，以及四明红心志愿服务队成员、画家张钟与团队其他队员一起，看望余姚市革命老战士许炜、丁云德，并为两位老人画水墨肖像的过程。

杨亚芹于2003年来余姚定居，是2021年第二季度“余姚好人”。今年6月17日，陈仰洲跟随杨亚芹，记录了她和她的“杏林阳光（奶奶）志愿队”“凤山社区爱心助老小分队”在余姚市中医医院门诊大厅导医服务和照顾凤山社区

孤寡老人的感人场面。

每一件事、每一个时间点、每一个细节的抓拍，都体现着陈仰洲的用心。“画面可能不是特别美，但很真实，我觉得杨亚芹的行为，代表了宁波文明城市的形象。”陈仰洲说。

拍摄志愿者为革命老战士画肖像

2021年8月27日，画家、企业家张钟看望了革命老战士许炜、丁云德，并为两位老人画水墨肖像。

许炜，曾赴朝参加抗美援朝战争，荣获朝鲜民主主义人民共和国军功章2枚，荣立三等功一次；1947年参加革命的丁云德，亲历了辽沈、平津、塔山、衡山等战役（战

斗），曾荣立7次战功，荣获解放奖章。

为表达对两位老战士的由衷敬意，四明红心志愿服务队连续多年上门看望慰问，向他们送上社会的关爱。

这一次，张钟想通过为他们画肖像的形式，为老人们留下珍贵的记忆。得知此

事后，陈仰洲便决定用相机记录这件美好的事。

在他投稿的8张照片里，有张钟画画的，有老战士凝视画成的肖像的，还有张钟、志愿服务队队员们和老战士合影的……一组照片饱含了志愿者们对老战士的敬仰，也传达了这些热心公益人士的爱心。 记者 朱琳



管晨辰回到宁波体育运动学校后，立即打卡校门口的冠军墙彩绘，与自己的卡通形象合影。

记者 胡龙召 摄

奥运冠军管晨辰

回甬打卡母校——

“我会继续加油， 为母校、为宁波争光！”

本报讯（记者 戴斌 通讯员 陈皎宇）昨日下午，东京奥运会体操女子平衡木冠军管晨辰回到宁波。她的行程第一站是打卡母校——宁波体育运动学校。“阿拉是宁波人！”活泼俏皮的管晨辰抵达母校立即冒出了宁波话，不过随后也严肃地表示，“我会继续加油，为母校、为宁波争光！”

管晨辰今年是第一次参加奥运会，与美国选手拜尔斯等众多世界顶级体操名将同场竞技勇夺金牌。

今年对于国家队运动员们来说都非常辛苦，他们在东京奥运会之后立即就投入了全运会。“奥运会回来后隔离21天，所以训练很不系统，感觉马上投入全运会是有点匆忙，节奏特别紧。”管晨辰表示，接下来到年底没有大赛任务了，需要把伤病养好，然后全身心重新投入训练。

成为奥运会冠军之后，管晨辰的一言一行都广受关注。由此管晨辰也坦言，接下来自己的调整将是全方位的：“我不会总是想着自己是奥运冠军，我想说的是，其实我只是一个17岁的体操运动员，所以平时还是要时刻做好自己。”

管晨辰告诉记者，这次有10天假期。“作为运动员，每年能休息的假期很少。我的印象里，上一次放10天左右的长假已经是四五年前了。”管晨辰说。

记者问她假期最想做的是做什么？她又给出了俏皮的答案：“最想去游乐园、欢乐谷、密室、‘鬼屋’这些地方玩。”

假期里就彻底“放飞”了么？管晨辰说不是。“体操运动员如果真的10天不练习，身体感觉是会有很大变化的。所以即使技术动作没法练，体能也还是要保持。”她告诉记者，一般自己在家会参加跑步，做一些跑跳动作和腹背肌小力量训练，“一般每天会用一两个小时进行练习”。

“这次休假之后，归队就进入下一个训练周期了。明年就亚运会，我会继续加油，为母校、为宁波争光。”管晨辰说。

5条绿道获评“宁波最美绿道”

“十一”假期出游走起

本报讯（记者 周科娜 通讯员 张彩娜）昨天，记者从市住建局获悉，第三届“宁波最美绿道”评选工作已经落下帷幕，5条绿道获评“宁波最美绿道”，分别是江北区荪湖绿道、北仑区新路溪生态绿道、鄞州公园绿道、环象绿道亚帆路段、环梅

山湾慢行系统绿道。

截至目前，全市累计建设各级各类绿道超过1500公里，已有4个绿道项目获评“浙江最美绿道”。

今年绿道建设纳入省政府民生实事工程。市住建局相关负责人表示：“绿道贴近

群众、贴近生活，对改善城市生态环境、提高居民生活品质、丰富旅游资源具有重要意义。”下一步，市住建局将积极凝聚市区两级部门力量，加强与交通、水利、文广旅游、体育等部门沟通，统筹整合资源，合力推进绿道网建设。