



宁波晚报和甬上APP 推出9项活动 国庆七天乐 我们包了

到了假期，唯一的忙，就是忙着“慢下来”，去体验、去感悟、去经历。

这个国庆长假，甬上APP和宁波晚报共推出9项“慢节奏”的活动，但足以承包您七天的快乐，更有机会当上宁波“锦鲤”，你的账单，我们买单！

记者 王心怡

所有活动的参与总入口如下：



1. 下载甬上APP并注册账号



2. 在首页轮播图的位置找到活动专题，并点击进入



3. 在专题中寻找您感兴趣的活动，点击即可获取该项活动的详情、参与方式等信息

1

一到假期，大家的“购物车”里可是五花八门、样样都有，唯一的缺点可能就是金额高吧！不要紧，甬上“十一黄金周账单”清空计划这就安排上了！

10月1日-10月7日，在天一广场（包括酷购、国购）、和义大道、杉井奥特莱斯、鄞州万达、鄞州印象城、宁波万象城、宁波万象汇、北仑富邦城共8个指定商业体的任一商户内消费，可将消费账单（限单一商户提供的单次购物凭证）拍照上传至甬上APP，同时鼓励大家讲出自己的消费故事。

10月8日后，我们将通过抽奖产生2名“甬上锦鲤”消费者，其上传账单中的消费金额将予以全额报销（账单金额限1万元以内）。

2

吃饱喝足后，可不能眼睁睁地看着自己肥上一圈，我们联合宁波市第二医院推出“甬上宁波二院减肥圈”营养早餐大赛，上班族平时没空给自己做美味早餐，国庆七天长假可以一试身手。

不论您是正在减肥的小伙伴，还是美食爱好者，或是烹饪达人，只需要动动手指，为每天的早餐拍张照，投稿“甬上宁波二院减肥圈”，即可参与活动。我们将邀请宁波市第二医院营养科的医生，从营养均衡等方面进行评价。

最终，从所有参赛者上传的早餐中选出具有代表性的，评选出“最佳早餐奖”“花样早餐奖”“减脂必吃早餐奖”等奖项，各位甬上用户也可以为参赛的营养早餐“点赞”，助其成为“人气早餐奖”，这些奖项都能得到一份大礼。

A 包你吃吃喝喝 “养膘”也不忘健康

1

今年国庆长假恰逢重阳节，我们向新老宁波家庭发出邀请，请您和父母一起前往田园郊外，体验丰收的快乐；走进影院，一同观看新上映的大片《搜救》，在光影中感受父母对孩子那份不离不弃的爱。

位于江北区慈城镇的毛利农场，占地600亩，依山傍水，生态环境很好，农场里种植了130亩蜜橘，已经成熟丰收。此外还有在宁波很少看到的冬桃50亩，也已硕果累累。

电影《搜救》由甄子丹领衔主演并监制，韩雪、贾冰、唐旭等联袂主演。影片讲述了一户游客家庭自驾到长白山旅行，8岁儿子不幸走失，所有搜救人员仍不离不弃，坚守生命奇迹的感人故事。

B

包你走走停停 开启久违的亲子时光

2

趁着秋高气爽，绿色出行，和家人一起来一次单车旅行，或约上三五好友骑车逛街，休闲健身两不误，也是个不错的选择！

9月29日起至10月8日0:00，我们联合美团单车，送出总共1000张美团单车7天免费骑行券，先到先得、抢完为止。只要下载或打开甬上APP，进入领券页面，参与抽奖，就有机会获得美团单车骑行券1张，我们将通过电子优惠兑换码的方式，将这张骑行券发送给您。

宁波银行专栏

宁波银行：聚焦“一老一少”，普及金融知识

2022年9月，在“金融知识普及月 金融知识进万家 争做理性投资者 争做金融好网民”活动开展之际，宁波银行走进乡镇、社区、学校，聚焦“一老一小”重点人群，普及金融知识，帮助金融消费者守住“钱袋子”。

“金融课堂”进校园

宁波银行各支行结合开学季，主动对接中小学校，通过现场授课，开展防范电信网络诈骗、防范非法校园贷等主题教育活动。

9月22日，宁波银行咸祥支行行长为咸祥中学高二师生带来一场丰富的金融知识讲座。他通过银行网点真实发生的

案例，层层揭开网络诈骗的面纱，然后剖析了P2P骗局、校园网贷、电信诈骗三类常见诈骗及相应套路，揭示金融诈骗的严重后果，提醒同学们树立正确的消费观念，提高个人意识，防范金融风险。

9月23日，宁波银行梁弄支行走进梁弄镇初级中学，为同学们带去一场生动活泼的金融知识普及课，宣传防范电信诈骗要点，介绍反诈防骗小窍门，推荐下载“国家反诈中心APP”，发放反诈宣传手册。

9月26日，宁波银行附海支行走进东海小学，从“时空穿越”这一新奇视角切入，介绍了货币起源、演变和人民币的发展历史，让小朋友对金融知识有了初步了解。

致信老人守护“夕阳红”

9月，宁波银行宁波地区95家网点开展了“金语助老年，守护夕阳红”厅堂活动，通过“给老年朋友的一封信”等形式，将实用的金融知识带给老年用户。

9月26日，恰逢宁波银行潘火支行“老年科技体验区”成立第二年，支行组织开展了一场别开生面的宣传活动。银行人员准备了枸杞花茶、当季水果以及“纷享欢乐”小乐团，让每位到场的老年客户感受到关爱。潘火支行行长向每位老年朋友赠送了“给老年朋友的一封信”，讲解电信网络诈骗的形式、特征及规避方式。支行还利用网点自助设备，展示手机银行

大字版操作指南、便捷功能等，手把手教会老年人独立使用智能机进行转账、查询等常规业务。活动中，老年朋友纷纷通过微信朋友圈给活动点赞。

9月26日，宁波银行宁海支行运营分管行长在厅堂内和员工一起热情迎接客户，向老年客户送上“给老年朋友的一封信”，向他们讲解了非法集资、电信诈骗等知识，提醒他们要提高自己的保护意识，守好自己的“钱袋子”。

宁波银行在各级监管部门指导下，将常态化开展各项金融知识普及活动，提升大众金融素养，提升风险识别防范能力，让群众更好地共享金融改革发展成果，满足美好生活需要。

