

“时间时间像飞鸟，嘀嗒嘀嗒向前跑。今天我们毕业了，明天就要上学校！”毕业季可不只是大哥哥大姐姐们的事情，6月底7月初，许多幼儿园的小朋友也迎来了人生的第一次毕业典礼，领取人生中的第一张毕业证书，经历人生的第一次分别。

在这样的一个特殊时段，许多有心的粑粑麻麻为孩子准备了一个回忆的锦囊，或是一场别开生面的纪念派对，或是一段丰富有趣的毕业旅行。前阵子我们在宁波日报微信公众号“上学talk”发起“萌宝毕业照片大征集”活动，许多热心的粑粑麻麻第一时间来和大家分享自家宝贝的欢乐毕业时光。



用心的父母组织策划了“小蜗牛幼儿园毕业纪念派对”，作为孩子们的毕业礼物。活动最后，小蜗牛们还顶着烈日去道上捡垃圾，用一场有意义的公益活动结束毕业旅行。（照片提供：@nbbly）



再见，幼儿园；你好，红领巾！ 小小的我们毕业啦！

本报记者 王珏 董娜 洪茜茜

谢谢你陪我们一起成长

市机关第二幼儿园大乙班的萌宝也迎来了离别时刻，这是年轻的班主任祝老师带的第一个毕业班。3年间朝夕相处的美好时光，让此次分别显得格外依依不舍。认真负责的祝老师被宝贝亲昵地称为“女神”，当孩子们给“女神”戴上他们送的小礼物——一条精美的粉红色头饰时，都忍不住拍起小手：“今天祝老师比以往任何时候都漂亮！”“谢谢美丽的祝老师陪我们长大！”祝老师也高兴地收下了这份最为珍

贵的告别纪念。

面对这些可爱的“开门弟子”，祝老师眼里满是留恋：“教室里空空的感觉，真让人难过……”家长们也在QQ群里互相交流：“孩子这两天在家特别难过。”“我家宝贝都是流着眼泪睡着的。”虽然孩子们即将与这个温馨的大家庭说再见，班里的宝爸宝妈已经相约带宝贝一起去种树、去钓鱼，正如一位宝妈说：“孩子虽毕业暂别，但感情还一直在路上。”



机关第二幼儿园大乙班的“小博士”们毕业了，孩子们穿着博士服，相拥说再见。（照片提供：@在路上）

“小蜗牛”玩起了毕业派对

宝韵幼儿园的宝贝们好幸福！这一次，用心的父母给孩子们送上一份大礼：毕业纪念欢乐派对！派对名“小蜗牛”，体现了父母给孩子们最深的祝福：希望宝贝们慢慢成长，细细享受生命的每一刻。“小蜗牛”派对从前期会议、策划、踩点、主持、MV制作，到服装造型及甜品烘焙，全由“小蜗牛”的父母亲力亲为，而多才多艺的“小蜗牛”也不辜负父母

苦心，在舞台上争相展示自己的本领：小提琴大提琴演奏、独唱、合唱、舞蹈等表演接连闪亮登场，其中翁禾“小蜗牛”的越剧唱段《我家有个小九妹》，配上妩媚的兰花指，成功引爆全场，收获最热烈掌声！整场毕业派对欢声笑语不断，把别离的伤感抛在脑后。没错，成长的道路上每个人注定披荆斩棘，但是“小蜗牛”的背后一直会有父母最温暖的注视！



阅裕顺幼儿园玉兰班小朋友的毕业活动丰富多彩，除了一场别开生面的篝火晚会，还有才艺汇演。最后大家把鲜花送给父母和三年来的启蒙老师，向他们表示深深的谢意。（照片提供：@隔夜茶）

萌娃的欢乐旅行记

阅裕顺幼儿园玉兰班的小朋友毕业啦！有爱的班主任吴老师和家委会精心组织了一次市内毕业旅行。萌宝“小铜板”的爸爸回想起这次旅行笑着说，孩子们很少有集体出游的机会，所以看到任何事物都



感到特别新奇：“不知哪个小朋友高喊一声‘这里有只水缸！’其余的小朋友马上一股脑儿跑去围观，不一会他们又发现了一条小狗，孩子又迅速涌过去争相抱小狗。”

快乐的时光总是过得飞快，不知不觉到了毕业游最后的环节。在小朋友们期待已久的篝火晚会上，大家玩起了近期最流行的游戏“爸爸在哪儿”。白布蒙住父母只露出双手让孩子辨认。有的宝贝一眼认出了妈妈戴的手链，不禁开怀大笑。还有四个宝贝则一起冲着一只大手奔去，都大叫着找到了自己的爸爸。到第二轮角色互换，有爸爸拉着其他孩子的手当成自家宝贝，布一掀开，发现真相的儿子嚎啕大哭，而后拿到爸爸表示歉意的棒棒糖又破涕而笑……这次离别，没有悲伤，只有快乐。

哈佛牛津推荐：人生必看十大励志电影



《僵尸肖恩》剧照

暑期来临，小伙伴们终于有时间能踏踏实实在家看电影了！这期要隆重推荐给大家的十部励志电影，是来自美国哈佛大学杜恩斯教授与英国牛津大学马德博士的联名推荐，绝对值得你将它们加入暑期观影目录中去。至今已有数十万年轻人声称，看完这十部佳作后就能逆袭成功！所以，抽空观赏几部吧，也许会给你的人生带来很大的转变与益处！

这十部电影涵盖了不同种族、年

龄、职业、社会阶级的平凡人故事。主人公即便在人生糟糕境遇中，仍然坚守着人类最宝贵的品质：怀抱希望、秉持信念、肩负责任、珍视友情……《波拉特》中，被派到美国进行一场“文化之旅”的哈萨克主播波拉特，身处一个光怪陆离的环境，处处碰壁、笑话百出，但他依旧坚持学习美国礼仪，接触美国文化，直到制作了一部完整的纪录片归国；在《僵尸肖恩》里，事业不如意，爱情也不怎么顺心的肖恩，当生活瞬间陷入僵尸的重重包围时拿出英雄气概，去捍卫家人和朋友；而《太坏了》中的塞斯和埃文，尽管不善交际、性格迥异，在高中毕业舞会的那个不眠之夜，也经历着难忘的友情与成长……

十部励志电影，十个人生主题，详细内容请关注 @ 宁波日报官方微博，希望你从中有所收获。

（记者 董娜）



暑期社会实践开“晒”啦

本报讯（记者金雅男）“清晨在诸暨农商银行门口，我们给过往村民讲解如何正确分辨真假人民币的技巧，还给他们普及了一些关于丰收卡、借记卡、小额贷款以及网银、余额宝、支付宝等相关知识……”这两天，浙江大学宁波理工学院经济与贸易学院的“金融知识下乡”暑期社会实践活动正火热进行中。他们还不时发微博 @ 宁波日报，分享他们实践中的点滴收获。

@NIT经贸学院团学社双联合：今天在王家井镇新地村新地社区服务中心，我们放映了一部自己制作的金融影片，用影片来宣传普及金融知识。结束所有人员抱以热烈的掌声，并在之后的采访中表示这次活动很有意义。我们自己也从中学到了很多。

暑假来临，甬城各大高校都组织了主题鲜明、形式多样的暑期社会实践活动。本报推出“暑期社会活动创意主题大征集”活动，欢迎大家一起来分享实践活动的心路历程、点滴收获，展示青春风采。对于优秀的社会实践活动，我们还将通过宁波日报“甬城网事”版面、宁波日报网及宁波日报手机客户端等媒体平台进行推荐展示。



浙江大学宁波理工学院经济与贸易学院的学生在诸暨农商银行门口进行“金融知识下乡”暑期社会实践活动。

- 1.征集内容：暑期实践活动相关的文字、图片。要求内容必须原创，文字、图片主题清晰，内容丰富。
- 2.征集范围：所有在校大学生。
- 3.参与方式：以文字或图片等多种形式，@ 宁波日报（新浪）官方微博并参与评论或转发。

“儿童爱牙课”火热报名中

参与者将免费进行口腔检查

本报讯（记者王珏 洪茜茜）每年一到暑假，就进入了牙齿矫正高峰期。你家孩子牙齿健康状况如何？快来报名参加宁波日报微信公众号“上学talk”推出的“儿童爱牙课”吧。活动当天，宁波协禾口腔医院的专业医生将免费给孩子进行口腔检查并给出治疗建议。

此外，在爱牙课上，专业的口腔医生还将教会大家正确的刷牙姿势，普及日常爱牙护牙知识，让孩子树立口腔保健的正确意识，养成口腔清洁的好习惯。活动现场还设置了抽奖环节，中奖的宝贝能获得牙齿正畸手术优惠。每一位参加活动的孩子都能获得精美礼品一份哦，欢迎家长带着宝贝一同来参加。

活动时间：7月19日上午9:00

活动地点：宁波协禾口腔医院

报名方式：扫描下方二维码关注微信公众号“上学talk”，私信留言：宝贝名字+当日陪同家长姓名及手机号。

请关注微信号“上学talk”

这是我市第一个专门服务教育的细分化微信公众平台，主要由本报资深记者陈敏主持。从小baby的吃喝拉撒到青春期的懵懂，从上幼儿园吃些啥到读完高中志愿怎么填报，都是“上学talk”所关注的。在这个平台上，我们努力做家长的“好军师”，为大家推送最权威、最实用的教育资讯，提供最贴心、最详尽的政策解读，同时积极与网友、读者进行互动，及时为大家释疑解惑，同时还将不定期举办一些与孩子教育、生活相关的活动，欢迎大家关注我们。

关注方法：
1.在微信公众平台中搜索微信号“shangxue-talk”；
2.扫描二维码关注我们。



甬城进行时
http://weibo.com/nbrb

#您播报#

@ 鄞老五：上午开车路过鄞州区古林镇陈横楼村，发现临近机场路口的云林中路上，有一长约5米的竹梯，竟然头顶电缆立于路中，过往市民无不心慌害怕。边上一市民说竹梯立于此已三月有余。坚强的竹梯，不知你还要立多久！



#今日读报#

《176封写给未来的信 存进北仑档案馆》（宁波日报7月10日第2版）
@7815文武：期待未来，20年后再回来看看，打开这份记忆，值得回忆，让我们一起道一声：你好，明天！

《海曙广场舞有了“君子之约”》（宁波日报7月10日第4版）
@ 不要随便说说：相互尊重，互相包容，多些理解，少些冲突，大家都来讲文明，广场舞也可以很优雅。
@7815文武：一方面跳舞的居民要有自律意识，另一方面不跳舞的居民能多多包容，广场舞文明公约的经验值得学习和推广，从而跳一曲和谐的广场舞，成为宁波的又一道美丽风景。

#宁波微影#

@ 天封塔下：又到一年荷花季，日湖公园的荷花吸引不少市民前去观赏。



#微生活#

@ 宁波日报：【缓解偏头痛：热水泡手】犯偏头痛时，把双手浸在一盆热水中（保持水温在60℃左右），一般约30分钟，头痛会减轻或至消失。这是因为偏头痛是由脑血管充血，压迫脑神经产生，当手部血管膨胀，血液流聚于手部，脑血管充血量就相对减少，血管膨胀也减少，压迫减轻，痛感便逐渐消失。

（记者 金雅男 董娜 整理）