

“东道主选手”冲刺家门口腰旗橄榄球国际赛事

记者 沈晓萍 王林威
通讯员 周力

昨晚,2025雪窦山IFAF亚洲大洋洲腰旗橄榄球锦标赛在奉化开幕。赛前,有一位“东道主选手”正以“新奉化人”的身份,在“家门口的赛场”书写备战故事,她就是奉化中学的体育教师冯慧婷。

这名1998年出生的广东佛山姑娘,在宁波工作期间与腰旗橄榄球结缘,凭着一腔热爱与持续训练,最终叩开国家队大门。早在宁波工作时,冯慧婷偶然接触到腰旗橄榄球,这项兼具速度

与战术的运动瞬间点燃了她的兴趣。从最初的业余参与,到主动加入训练队打磨技术,再到后来在地方赛事中崭露头角,对橄榄球的热爱成了她坚持的动力。今年4月,凭借扎实的功底与稳定的发挥,她成功通过国家队选拔跻身中国女子腰旗橄榄球队集训名单,此后便全心投入赛事备战。

“我们队里的口号就一个字——‘干’!”训练间隙,冯慧婷抹着额头汗水说道,这个简洁有力的字眼,既是球队每次战术演练前的默契呐喊,更是她从宁波初遇橄榄球,到一路训练、冲击国家队的精神支撑。无论是反复打磨传接配合的细节,

还是突破体能极限的耐力训练,这个“干”字始终让她顶住压力、专注目标。

今年暑假,冯慧婷正式入职奉化中学。得知她将代表中国女队在家门口参赛,学校全力支持她的备战计划,成为她坚实的“后盾”。“在宁波与橄榄球结缘,又在奉化迎来洲际赛,这种缘分很奇妙。刚入职就赶上这么重要的比赛,既能代表国家参赛,又能以‘奉化人’的身份在家门口作战,特别有力量。”

作为即将亮相国际赛场的“东道主选手”,冯慧婷的“出战”不仅牵动着国家队教练组的心,也让奉化中学的师生充满期待——大家早已

约定,比赛时要到现场为她加油。“现在是我为‘家门口的比赛’拼尽全力的时候,等赛事结束,再好好站上讲台,把这段参赛经历和运动精神分享给孩子们。”谈及未来,冯慧婷眼中满是期待。

昨天早上,冯慧婷正随中国女队进行最后的赛前冲刺训练,腰间的腰旗在一次次跑位中跃动,每一次传球、每一次防守演练,都朝着“展现中国女队拼劲”的目标靠近。这名因热爱与坚持圆梦国家队的奉化中学教师,正以运动员的热血与专注,在赛事开始前,为“新家乡”提前注入属于腰旗橄榄球的激情。

■我们的节日·重阳 慈善义工赴东山村开展便民服务

本报讯(记者 康诗文)昨天上午,区慈善总会义工分会便民服务大队走进溪口镇东山村,开展“迎重阳·送温暖”主题公益活动,30余名志愿者为村民提供理发、磨刀、家电维修、配钥匙、一寸照拍摄等便民服务。理发区,志愿者熟练使用剪刀、推子,为老人修剪利落发型;磨刀摊位前,义工们配合默契,砂轮与菜刀碰撞出清脆声响;家电维修

区,义工蹲身检修电饭煲,认真登记待修电器信息。据统计,当日共服务村民130余人次,发放宣传资料50余份。

“今天的活动不仅是服务,更是传递尊老理念。”区慈善总会义工分会相关负责人表示,本次活动特别增设安全宣传环节,志愿者在服务时同步讲解防诈骗、用电安全知识。未来,区慈善总会将联合更多社会组织,推动“慈善+养老”服务模式向偏远山区延伸,让每位老人都能感受到“家门口的幸福”。

非遗长桌宴 敬老情意浓

本报讯(记者 李露 何腾涛 王红雨)10月22日,西坞街道庙后周村热闹非凡,区非遗产业推广协会志愿者和村干部将各式非遗美食带进村,用一场长桌宴为村中老人们提前庆祝重阳节。

当天,奉化和乐舞台文化惠民活动走进庙后周村,戏曲演员身着华丽戏服逐步轻移,水袖翻飞间,一段缠绵悱恻的梁祝故事娓娓道来,最妙的是非遗“走书”助兴,周仁娟用一段精

彩表演,引得台下老人的阵阵掌声。在文艺演出后,非遗美食手艺人大展厨艺,古法豆腐、千层饼、酱猪头、桃酥等美食被端上餐桌,让老人们大饱口福。此外,还专门为90岁以上的老人们送上寿桃蛋糕。

据了解,此次“情暖金秋 非遗长桌宴”活动是2025年奉化区非遗产业推广协会重阳节公益行系列活动之一,庙后周村有250位老人参加,年龄最大的一位有101岁。

交管部门严查电动四轮车违规上路

本报讯(记者 单晓峰 通讯员 王幸腾)近日,奉化交管部门在视频巡查时发现,一辆外形酷似保时捷的电动四轮车多次违规上路,且司机经常做出闯红灯、违停、逆行等违法行为。

在锁定嫌疑车辆停放点后,交警立即将司机王某带回调查。“商家说不用考驾照,没想到后果这么严重。”原来,司机王某曾多次参加机动车驾驶证考试,但连科目一都未能通过。后来,他在网上看到有商家“无需驾照”的宣传,便购买了一辆作为日常代步工具。最终,他因无证驾驶及车辆未悬挂号牌,被依

法处以行政拘留及1200元罚款的处罚。

记者搜索部分网络平台发现,不少商家用“免牌免证免保险”等误导信息销售此类电动四轮车,价格从几千元到一两万元不等,消费者需提高警惕。

据了解,此类电动四轮车的使用场景仅限于景区、园区、厂区等封闭区域。由于没有车辆保险,上路行驶时一旦发生交通事故,将面临高额经济损失。10月以来,奉化交管部门对电动四轮车违法上路行为开展专项整治行动,目前已累计查获相关车辆10辆,处罚10人。

开启文化与自然交融之旅 金牌导游推荐三条奉化入境游精品线路

本报讯(记者 李露 何腾涛 王红雨)昨天下午,在“奉化·越来越欢喜”宁波市奉化区入境旅游推进大会上,第六届全国导游大赛英语组金牌得主金东昇用英语给国际友人推荐了三条奉化入境游精品线路,涵盖山古镇、非遗体验与山海探秘,向世界展示了奉化的多元魅力。

首条线路以“应梦名山”雪窦

山为核心。金东昇建议首日从雪窦寺启程,沿三隐潭,登千丈岩,站在崖顶看瀑布“飞流直下三千尺”,随后到妙高台凭栏远眺。次日逛弥勒圣坛,读懂“乐善好施”的弥勒精神,最后一站来到蒋氏故居,穿过丰镐房、玉泰盐铺,在白墙黛瓦间听一段近代的风云往事。

第二条线路聚焦我区三项国家级非遗。金东昇推荐在乡村近距离

体验非遗的活态传承,亲手参与各项非遗项目的制作。而在三里长街,游客可以穿上由红帮裁缝制作的旗袍或中山装,开启一场沉浸式旅拍,亲身感受民国风情的独特韵味。

第三条线路则展现奉化的山海魅力。首日深入商量岗景区,夏可漫步林海避暑纳凉,冬可驰骋雪场体验滑雪,随后前往徐凫岩,体验瀑布布拉达的惊心动魄。次日转向蔚

蓝海岸,在宁波湾欣赏湖海相连的壮丽景色,待潮水退去,在滩涂上体验渔民“赶小海”的乐趣。

“这三条线路分别代表了不同的风格,非常具有代表性。国际友人其实对我们中国的文化非常感兴趣,这些线路是展示中国文化的一个非常好的途径。”会后,金东昇表示,奉化美食、美景多,文化深厚,是个很值得游览的地方。

奉台融合展新意 “欢喜十碗”惊艳亮相广受好评

本报讯(记者 毛超峰 邢昊臻 通讯员 周钰莹)昨天下午,“欢喜十碗”美食品鉴会举办。活动以美食为纽带,展现了两岸文化交流与互鉴的丰硕成果。

奉化依山傍海,物产丰饶。本次品鉴会精选奉台两地特色食

材,融合两地烹饪技法,打造出10道富有奉台特色的创意料理。一道道菜肴上桌,勾起了许多台胞的乡情。宁波台协奉化联络处主任委员钱家华表示:“菜脯蛋是极具台湾特色的一道菜。这次厨师用笋干替代传统萝卜干,既保留了台湾风味,又融入了奉化特色,让我印象深

刻。”

活动还邀请了来自宁波诺丁汉大学和宁波财经学院的部分留学生代表参与品鉴。对不少留学生来说,品尝鱼头需要一些勇气,但当享下湖鱼头端上桌时,扑鼻的香气让来自宁波诺丁汉大学的亚美尼亚留学生欧布忍不住动筷尝试。“这是我

第一次品尝奉化菜,新奇又有趣。特别是刚上桌的鱼头,咸甜交织的浓郁风味让我难忘。”欧布说道。

“欢喜十碗”美食品鉴活动旨在深入挖掘并创新地方名肴特色,进一步提升“奉化·越来越欢喜”的品牌感染力,扩大“奉化十碗”美食的知名度。

优质晚稻新品种暨秸秆综合利用现场观摩会举行

本报讯(记者 王怡宁 王林威)昨天,我区优质晚稻新品种暨秸秆综合利用现场观摩会在江口街道周村拉开帷幕。各镇(街道)农办代表、种粮大户等齐聚一堂,以“田间观摩+集中研讨”的形式,沉浸式感受良种良技为晚稻生产带来的新活力。

上午9时许,在江口街道周村晚稻新品种展示基地内,20余个优质晚稻品种整齐排布、长势喜人,金黄的稻穗饱满沉实,在秋风中形成层次分明的“金色浪潮”。农技人员手持稻穗样本现场讲解,种粮大户们驻足观察,不时用手机拍摄植株照片,并围绕田间管理等问题展开热烈讨论。

在相邻的秸秆打捆离田现场,一场农机“接力赛”正在上演。只见秸秆打捆机忙碌作业,将收割后的秸秆快速拾、压缩、打捆,一个个紧实规整的秸秆捆整齐排列在田间,等待后续运输处理。

随后,集中研讨会召开。农技专家围绕本次展示的优质晚稻



品种,系统讲解品种选育背景、推广价值及栽培技术要领;结合近年我区水稻生产实例,阐释引进优质新品种对“稳产量、提品质、增效益”的重要作用。

“既要让农户种出‘好稻子’,也要让农业走稳‘绿色路’。”区农业农村局副局长表示,下一步将持续加大优质晚稻新品种引进与推广力度,通过技术培训、示范种植等方式,

引导农户优化种植结构;同时深化秸秆综合利用,完善“田间收集—集中处理—市场转化”产业链条,推动绿色发展理念融入农业生产全流程,助力全区农业高质量发展再提速。

简讯

“聚奉缘·共未来”青年联谊交友活动举行

本报讯(记者 康诗文 通讯员 王琳琳)近日,由区妇联主办的“聚奉缘·共未来”青年联谊交友活动在锦屏街道外应村晴天小院温馨举行,吸引来自区内新兴领域、创业青年及机关事业单位、社工等不同行业的30名单身青年参加。

活动伊始,大家根据被贴上的独特图案,组成3个初始小组。在轻松愉快的氛围中,开始自我介绍。随后,3个初始小组兴致勃勃

地穿梭于现场4个“游戏角”之间,依次参与“爱的甜甜圈”“123木头人”“沙包投掷”“爱的本垒投”等互动游戏。夜幕降临,开放式的“点歌台”成为众人瞩目的焦点,有人一展歌喉,有人欢呼鼓掌。在轻松愉快的氛围中,现场青年们自由交换联系方式,最终活动成功促成了4对青年男女牵手,为这场青春邂逅画上圆满句号。

区残联举办公益观影活动

本报讯(记者 康诗文 通讯员 陈玲红)近日,由中国狮子会联合明州服务队与区残联联合举办的“明州狮爱·助残观影”公益活动在博纳国际影院奉化店开展,明州服务队狮友、区残联爱心人士以及我区50余名残障人士齐聚一堂,一同

观看反诈题材电影《震耳欲聋》。影片真实且深刻的情节引发了在场残障人士、服务队狮友及爱心人士们的强烈共鸣,让全体参与者深受触动。除了对影片情节的共鸣,不少残障人士还从电影中收获了实用的反诈经验。

最高补贴14万元

国四非营运中、重型货车淘汰置换正当时

本报讯(记者 孙申磊 通讯员 江嘉俊)“这项政策很及时!我们公司有三辆国四非营运货车符合条件,正在安排分批淘汰更新。”我区一家包装印刷公司负责人告诉记者,他算了一笔账,淘汰一辆采购于2016年的国四重型货车,可获得提前淘汰奖励4.5万元,加上购买4轴新能源货

车的9.5万元新能源替代奖励,累计可获14万元补贴,大幅减轻了企业车辆更新的资金压力。

近日,市生态环境局等五部门联合印发《宁波市国四排放标准非营运中、重型货车提前淘汰及新能源替代奖励实施细则》。自10月13日起,我区正式实施国四非营运中、重型货车提前淘汰及新能源替代奖

励政策,单车最高补贴达14万元。目前,我区共设有2个申请受理点,分别为宁波宏森汽车报废回收拆解有限公司和宁波市鄞州汽车回收有限公司奉化分公司。

据悉,该奖励政策执行期截至2026年10月31日,全市共安排奖励资金5000万元,根据“总额控制、先到先得、补完为止、逾期不补”的

原则,资金剩余额度不足以支付奖励资金时,奖励政策提前终止。

“目前各区(县、市)车主淘汰更新意愿较强,建议有意向的车主尽早办理。”区生态环境分局相关负责人提醒道,“车主可以联系指定受理点或拨打区生态环境分局电话(0574-89281363)了解具体信息。”