

与城市发展共“跃动” 特色跑团将体育精神融入日常

本报讯(记者 王巧丽 虞金辉 通讯员 周梓萱 俞丹斯玲 李淑钰)春风拂桃李,奔跑正当时。3月21日,中交城投·欢喜雪窦山·2026海峡两岸(宁波)乐跑嘉年华鸣枪开跑,5000名跑者共赴春光之约。其中,高校跑团、人才跑团、劳模跑团等多支特色跑团惊艳亮相,成为赛道上最动人的风景线。

当天上午,一抹整齐的橙色身影步伐稳健、口号铿锵,来自浙江药科职业大学的47名教职工放下教案、换上跑鞋,从三尺讲台奔赴浪漫赛道。这支在2024年集结成军的校园跑团,虽是赛场“新兵”,却凭着饱满的精气神,尽显“厚德厚朴,励志远志”的浙药大风骨。教职工们在赛道上彼此加油、结伴前行,不仅丈量着奉化的春日美景,更诠释着团队齐心、把体育精神中的坚韧,揉进教书育人的日常。“教职工奔跑的身影,是生动的教材。”跑团核心成员、该校原副校长许莉勇目

光坚定地表示,“一所充满活力的大学,跳动着城市发展的脉搏;一座拔节生长的城市,是教育扎根的沃土。此刻奔跑在奉化赛道上,深刻感受到教育与城市的同频共振,浙药大将以奔跑之姿,持续为地方高质量发展注入教育活力。”

本次赛事中,人才跑团堪称赛道上的“智慧担当”。这支近百人的精锐之师,集结了高校院所、重点科工单位、高新技术企业等领域的高层次人才。大家卸下科研压力、暂放忙碌工作,身着统一跑服并肩前行,在春日赛道上勾勒出“智”汇奉化的跃动剪影。他们既是科技创新的中坚力量,又是城市发展的亲历者、建设者,在奔跑中,近距离感受奉化这座城市的生态之美与发展之速。宁波联光光子技术有限公司总经理俞旭辉表示,平日忙于企业经营和技术研发,大多时间扎根在实验室和车间,这场马拉松让他跳出工作场景,全方位触摸奉化的发展脉搏。“高端人才不仅需要优质的创新创业平台,也需要有温度、有活力

的城市归属感。像马拉松这样的文体盛会,看似是一场体育赛事,实则是凝聚人才、留住人才的暖心纽带,让我们真切感受到城市对人才的重视与礼遇,坚定我们扎根奉化、深耕实业的决心。”他感慨地说。

现场,一支由75名人大机关干部和人大代表组成的“奉化人大奋进跑团”引人注目。他们脱下正装,换上运动装,与数千名跑友一同冲出起跑线,在奔跑中展现新时代人昂扬向上的精神风貌。此次参赛的人大代表来自各行各业,有基层一线的村社工作者,也有企业负责人和专业技术人员。他们不仅用脚步丈量城市发展的日新月异,也将结合参赛体验开展相关调研。“人大代表奔跑在前,既是响应全民健身的号召,又是更好倾听民声的生动实践。”一名人大代表表示,将以此大赛为契机,把运动激情转化为履职热情,积极建言献策,助力我区各类产业高质量发展。

赛道上,15名劳模组成的跑团格外耀眼。他们是各行各业的标杆

典范,用坚守与担当书写不凡,用奔跑传递劳模精神。队伍中,有扎根田间地头近20载、荣获全国先进工作者的陈妙金;有匠心筑梦的“浙江工匠”周英芳;还有二十岁出头、斩获世界技能大赛特别赛重型车辆技术与维修项目金牌的“00后”小伙蒋昕祚。不同年龄、不同岗位,却有着同样的坚守与韧性。这群最美劳动者并肩奔跑,用实际行动诠释了“劳动最光荣、奋斗最幸福”的时代内涵。“马拉松赛道和技能赛场一样,都需要坚持不懈、永不言弃的精神。我要把劳模的坚守与韧性带到赛道上,更带到今后的工作中,传承工匠精神,勇攀技能高峰。”蒋昕祚笑意盈盈地表示。

桃香满径,步履不停。特色跑团虽身份各异、初心不同,却在乐跑嘉年华的赛道上汇聚奋进合力。他们用奔跑传递健康理念,用拼搏彰显时代风采,让乐跑嘉年华不仅是一场体育盛宴,更成为凝聚人心、激发活力的生动载体,为奉化高质量发展刻下昂扬向上的奔跑印记。

台湾同胞来奉交流侧记 ——一口乡味承载用心

记者 康诗文 何腾涛 俞晖

桃花灼灼,春意正浓。3月20日起,我区接待了来自台湾的青年商会代表、创业青年等台胞一行,他们将在奉化开启为期5天的参访交流,内容涵盖体育、创业、寻根等领域。

3月21日早上,中交城投·欢喜雪窦山·2026海峡两岸(宁波)乐跑嘉年华鸣枪开跑,台湾同胞与大陆跑友并肩冲出起点,穿梭于青瓦古村与烂漫春花之间。赛道上,来自台湾的陈先生与大陆跑友结伴而行,交流着跑步心得:“我们虽然来自不同地方,但对跑步的热爱让我们走到一起。这种跨地域的交流,不仅是体能的切磋,更是快乐的共鸣。”

一路的春日美景让来自台湾的王先生惊喜不已:“希望每年都能举办这样的赛事,我回去后,会邀请更多台胞朋友来奉走走、跑跑。”台湾跑友许宗贺则举着完赛奖牌兴奋地说:“我只花了25分钟就跑完了全程5.8公里,这块奖牌非常漂亮,意义非凡!”

同日下午,两岸青年创业经验交流分享会在溪口镇举行,台青代表受邀体验第三外卖平台的接单与配送流程,亲身感受大陆数字经济的便捷与高效。分享环节中,两岸青年围绕乡村新业态、品牌运营、市场开拓等话题畅所欲言,现场金句频出,掌声不断。

在我区深耕多年的台胞曾俊源受邀参加活动,他动情地说:“在奉化创业这些年,我深切感受到家一般的温暖。这里不仅有良好的创业环境,更有浓浓的同胞情谊。今天能和这么多两岸年轻人围坐在一起,让我特别感动。我们同根同源,只要心往一处想、劲往一处使,就一定能在一片热土上实现梦想。”

同一天下午,裘村镇马头村迎来一群特殊的客人——嫁到台湾的奉化籍“大陆新娘”袁世波及亲友一行。当天,最受欢迎的是特色糕点制作体验活动。揉粉、包馅、压模……现场,姐妹们的欢声笑语、乡音俚语交织在一起,气氛温馨。当热气腾腾的萝卜团出锅,软糯香甜的滋味在舌尖化开,袁世波眼眶泛起暖意:“就是这个味道,是小时候过年才有的幸福感,无论走多远都忘不了。今天带着大家来这里,就是想让大家亲眼看看家乡的变化,亲手摸一摸老墙,亲口尝一尝家乡的味道。无论走得多远,我的根永远在这里。”

记者注意到,在此次参访活动进行的过程中,每名台胞手中都拿着一份特别的手绘行程表——从每日时间安排到地点标注,字迹工整、配图可爱。这份行程表是台胞陈国璋精心绘制的“走亲备忘录”,一笔一画,尽显对此次大陆之行的珍视与期待。

行程表记录了各种安排,乐跑嘉年华、数字经济体验、雪窦寺参访、蒋氏故居探访、天妃湖采风、风筝彩绘放飞……从接到到送机,每一天的行程都标注得清清楚楚。陈国璋指着行程表上的手绘插图笑着说:“我连餐厅用餐和休息时间都标注得清清楚楚,因为真的很期待这次交流。”行程表最后,卡通人物挥手道别,表达着“期待下次再相会”。

从乐跑嘉年华的并肩前行,到创业分享的思想碰撞,从古村寻根的乡愁滋味,到手绘行程的真挚期待,一场场活动、一次次交流,让“两岸一家亲”的理念在融融春意中更加深入人心。

奉化特色美食受到外地跑友点赞

本报记者(记者 毛超峰 邢昊臻 通讯员 陈科佳)3月21日、22日,2026海峡两岸(宁波)乐跑嘉年华、2026奉化马拉松连续两场赛事吸引大批外地跑友来奉参赛。3月20日至31日,区市场监管局特别推出“3·15放心消费嘉年华——桃花马拉松专场”消费折扣活动,吸引70余家商户参与,涵盖餐饮、住宿、休闲体验等多个板块。

金钟广场是海鲜大排档的聚集区。3月21日晚,大批跑友慕名前来品尝美食。“中午吃完牛肉干面,晚上一定要尝尝大名鼎鼎的海鲜排档。”从北京来奉化参赛的吴先生

和妻子颜女士报名本次2026奉化马拉松“桃花见证·情定今生”项目。赛前,吴先生专门制作了奉化美食攻略,计划在完赛后尝试咸豆浆、米馒头等特色小吃。

奉化冷饮作为我区一张闪亮的美食名片,早已收获无数跑友的点赞。3月21日晚上7时,阿嘉冷饮店内人头攒动,欢声笑语一片。来自上海的王先生今年首次参加马拉松赛事,激动之余,他想用一顿奉化冷饮为自己加油鼓劲。“今晚和我同奉吃饭的都是刚刚认识的跑友,感谢奉化马拉松和奉化美食,让我们跨越空间距离成为了朋友。”王先生说道。

花海赛道见证成长

本报讯(记者 沈晓萍 王层裕 王红雨 通讯员 周力)3月21日,在中交城投·欢喜雪窦山·2026海峡两岸(宁波)乐跑嘉年华赛道上,近千组亲子家庭快乐出发,穿行于桃花满枝的春日盛景中,在奔跑中感受自然之美、体验运动之乐、共享亲子温情。

本次亲子跑赛道串联城市风光与乡村景致,沿途风景优美、氛围热烈,吸引众多家庭踊跃参与。赛道上,小小跑者们朝气蓬勃、步伐坚定,在家长的陪伴下,或稳步前行,或驻足打卡,欢声笑语洒满沿途。

当天,不少小选手展现出超越年龄的毅力与坚持。刚满7周岁的小选手杜豆脚早早完赛,在终点等着父母:“我很喜欢跑步,今天跑得特别快,爸爸妈妈都被我落在后面了。”

带着儿子连续跑了3年的范斌杰表示,活动不仅让孩子在奔跑中锻炼意志、收获快乐,也让家长在陪伴中增进与孩子的情感交流,是一次十分有意义的亲子体验。“在花海中奔跑,一路风景一路欢笑,这样的活动温馨又难忘。”本地参赛家庭选手赵超婷说道。

近年来,我区持续开展全民健身活动,不断丰富群众体育文化生活。本次亲子跑以体育为载体、春光为底色,让运动融入家庭、让陪伴更有温度,进一步营造了全民参与、乐享健康的良好环境,充分展现了奉化的城市活力与人文魅力。

春风相伴,奔跑不止。一个个温暖的奔跑身影、一张张阳光的笑脸,定格成奉化春日里最美的画面。

亲子乐跑欢乐无限



声脉相承 情系家国 香港奉化文化交流音乐会举行

本报讯(记者 康诗文 通讯员 沈璐)3月21日晚,“声脉相承·情系家国”香港奉化文化交流音乐会在锦屏街道外应村温情上演,来自香港的“舞动音乐”文艺团体与外应村村民携手,用音乐架起了一座跨越千里的友谊之桥,在桃花盛开的春日,共同谱写一段“银发逐梦、两地同心”的佳话。

音乐会在外应村村民带来的开场歌舞《开门红》与欢快的腰鼓舞中拉开帷幕,热闹喜庆的氛围瞬间点燃全场。随后,香港“舞动音乐”的团员们轮番登台,从经典粤剧《帝女花之香天》到振奋人心的《勇敢的中国人》,从温婉的《万水千山总是情》到表达感恩的《世界赠予我的》,展现了

香港中西文化交融的独特魅力。“舞动音乐”是由香港各界退休人士组成的业余文艺团体,成立于2018年,团员平均年龄已过花甲。“我们这群老友虽然已经退休,但心不老。我们希望通过这种民间的文化交流,让香港与内地的情谊像今晚的歌声一样,绵绵不绝。”团长应美琪说。

区委统战部相关负责人表示,奉化始终秉持“两岸一家亲、甬港一家人”的理念,积极搭建各类民间交流平台,吸引“舞动音乐”这样的团体自发来奉互动。这类活动不仅丰富了老年人的精神文化生活,展现了“老有所乐、老有所为”的积极风貌,更在润物无声中增进了港胞对国家的情感认同。

上接第1版①

一场马拉松的圆满,是千万人同心筑梦的结果;一座城市的崛起,是全体市民并肩作战的荣光。3000余名志愿者的暖心守护、公安干警的日夜坚守、医护人员的全程护航、沿街市民的呐喊助威,让赛事充满温度,更彰显了奉化“心往一处想、劲往一处使”的城市品格。设区十年,正是这份协同之力,让党委政府的部署要求落地生根,让企业的创新活力充分迸发,让社会各界的智慧力量有效汇聚。从部门联动到政企同心,从城乡

协同到全民参与,每一份付出都凝聚成闯关夺隘的磅礴动能,每一次携手都书写着“上下同欲者胜”的治理答卷。向心力,是奉化最坚实的底气,是无往不胜的保障。

“奉”行实干,锤炼“久久为功求实效”的硬作风。

十年奉化马拉松的口碑,源于对细节的极致打磨——从赛道升级、奖牌文创到线路优化,处处彰显城市用心;十年奉化的蝶变,成于久久为功的实干担当。从“十四五”的圆满收官到“十五五”的扬帆起航,这座城市始终锚定高质量发展首要

任务:兴产业不搞“花架子”,抓项目不做“虚把式”,优民生不搞“一阵风”,以“功成不必在我”的境界和“功成一定有我”的担当,让经济能级与幸福指数同步攀升,让城乡面貌与治理效能双向提升。新征程上,这份“踏石留印、抓铁有痕”的硬作风,将继续支撑奉化扛起宁波都市圈增长极的使命,在现代化滨海大都市健康美丽示范区的建设中步履铿锵。

一次次坚守信念,一程程勇攀高峰。从赛道上的携手同行到发展中的并肩奋进,“奉”勇争先的马拉

松精神早已深度融入奉化的城市发展脉络和精神血脉。站在设区十年的新起点,“当仁不让做闯将”的进取心不会褪色,“百舸争流千帆竞”的精气神不会停歇,“同心同向一盘棋”的向心力不会减弱,“久久为功求实效”的硬作风不会松懈。让我们以奉化马拉松精神为引领,把赛道上的执着转化为发展中的坚守,把奔跑中的激情转化为奋进中的动力,在“十五五”的新征程上,跑出更快速度、更高质量、更暖温度,让激荡在城市发展中的奋进力量,续写属于奉化的新时代荣光!

上接第1版②

动能转换,构建多元发展体系。重点板块崛起是冲刺未来的“战略引擎”,宁南新城、宁波湾、雪窦山三大板块立足禀赋、错位发展,形成“产城融合、生态赋能、文化铸魂”的多元动力格局。既有中交·壹里科创云廊等高端产业平台汇聚创新动能,又有兼具观赏性与沉浸式的度假新选择,还有一张连接古今、沟通世界的“雪窦名山”金色文化名片。

十砺奋进:
从十年蝶变到久久为功的精神传承

一场马拉松的十年蜕变,一座城市的十年跃升,本质是“赛事”与“城市”的深度交融、共生共荣。这种交融,是精神内核的同频共振,发展路径的协同而行,最终凝聚成奉化一往无前的奋进力量。

过去十年,奉化跑出昂扬曲线:地区生产总值从2016年的505.36

亿元跃升至2025年的1105.23亿元,连跨六个百亿台阶,更在2024年强势“冲线”浙江千亿县榜单。

春潮涌动,生机勃勃。站在“十五五”开局的新起点上,从生产车间到田间地头,从建设工地到未来社区,奉化全域已展开一幅“起步即冲刺”的奋进画卷。随着《浙江省扩大有效投资“千项万亿”工程2026年实施计划第一批重大项目清单》发布,我区共13个总投资约212.4亿元的“硬核”项目入围,战略布局覆

盖制造业、数字经济等多个关键领域。这不仅是奉化积极融入全省发展大局的具体行动,更是撬动2026年全区高质量发展的关键支点与强劲引擎。

奔跑是城市的永恒姿态,奋斗是时代的不变底色。奉化的下一场“马拉松”,注定是更壮阔的征程、更卓越的超越。这座与奔跑共生的城市,终将以永不懈怠的劲头、一往无前的姿态,跑出更强劲的加速度,绘就更璀璨的新篇!

“世界水日”话节水

本报讯(记者 王林威 王怡宁 通讯员 林琳)昨天是第三十四届“世界水日”。3月18日,区水务公司携手葛岙水库、锦屏街道锦轩社区,以“珍惜点滴,共筑蓝色未来”为主题,开展“世界水日”行动。

当天上午9时,“知识课堂·水润万家”在社区活动室开课。宁波市葛岙水库开发有限公司总经理董向伟讲解水库建库史与移民故事,区水务公司工作人员现场演示混凝过滤实验,直观展现水从浑浊到清

澈的处理全过程,让居民对饮用水净化流程有更加清晰的认知。

同时,社区中心广场的宣传资料发放区同步开展活动。工作人员向过往居民派发《节水知识手册》《阶梯水价指南》等宣传资料,并耐心讲解日常节水技巧及水务相关常识。

活动还设置了专家咨询、便民维修预约、节水主题手工创作及葛岙水库寻访等环节,为居民解决实际用水难题,进一步推动节水护水理念传播。

我区举办“世界口腔健康日”活动

本报讯(记者 虞金辉 郑连乔 通讯员 陈怡 孙银洁)3月20日是“世界口腔健康日”。连日来,我区组织开展形式多样的口腔健康宣传服务活动,将优质医疗资源和科学护牙知识送到群众身边。

日前,奉化区口腔疾病防治临床指导中心联合区中医医院,走进萧王庙街道前葛村,开展主题宣讲及义诊活动。区中医医院口腔科医生施锡辉为村民带来一场通俗易懂的口腔健康讲座,普及相关知识。

随后,医务团队搭建起临时义诊台,为闻讯赶来的村民提供血压血糖检测、口腔检查和健康咨询服务。

与此同时,另一场关于口腔健康的守护行动也在进行。区妇幼保健院口腔科团队走进尚田实验幼儿园,为孩子们带去一堂别开生面的儿童口腔科普课。通过了解牙齿模型、参与互动游戏,孩子们在欢声笑语中学会了“圆弧刷牙法”,爱护牙齿的种子在幼小的心灵里悄然种下。