

宁波今年将配午休装备4.65万套 到2027年，“午休躺睡”工程将在全市中小学校落实推广

民生关切

记者 沈莉萍

新学期伊始，宁波多所学校启用“可躺式”课桌椅，让学生实现了午休“躺睡”自由，着实让人羡慕不已。

近日，在鄞州区第二实验小学教育集团南校区，孩子们吃过午饭后准备午休。教室里摆放着一排排崭新的课桌椅，看上去与普通桌椅并无太大区别。摸开开关、抬桌板、抽拉小搁板、压下椅背……经过孩子们一番简单操作，课桌椅立马变成了一张张“小床”。孩子们盖上小毯子、闭上眼睛，很快安静地入睡了。

鄞州区第二实验小学教育集团副校长胡春颖说：“这种课桌椅最大的功能，就是在有限的空间里让孩子能够躺下来，让他们的大脑得到休息，有助于孩子身体发育。”

新学期，该教育集团采购2800套“可躺式”课桌椅分别投用到东校区、西校区和南校区。目前，全校一年级到四年级的孩

子，均已用上了“可躺式”课桌椅。

据了解，鄞州区教育局今年推进“午休躺睡”工程，在4所学校进行试点，一批“可躺式”课桌椅、午休垫进入校园，使近7000名学生实现了“躺睡”自由。

另外3所试点学校，宁波艺术实验学校共采购1900张午睡垫，方便学生午休时使用；鄞州区存德学校采购1300把午睡椅；鄞州区江东中心学校江南校区小学部、初中部的全体学生，也均已使用上了“可躺式”课桌椅。

对于“可躺式”课桌椅进校园，家长们纷纷点赞。家住鄞州区的李女士表示，之前孩子总是趴在课桌上休息，长时间保持这样的姿势，容易使眼部受压、手臂酸痛。现在有了“可躺式”课桌椅，孩子们午睡舒服多了，下午的精神状态也更饱满了。

据了解，各区都在为学生的健康午休而努力。今年，奉化区经过公开招标采购了2182套“可躺式”课桌椅，在奉化区崎山小学、班溪小学、裘村中心小学、白杜小学4所学校进行试点。



北仑区霞浦学校学生试用“可躺式”课桌椅。(资料图片)

早在两年前，北仑区霞浦学校三年级6个班、顾国和中学小学部一年级6个班就开始试点投用可调节的午休课桌椅，使500名学生率先实现了午休“躺睡”自由。今年，该区在全省义务教育均衡发展现场推进会上表示，将逐步更新“可躺式”课桌椅，先让一年级学生基本实现午休“躺

睡”。在不久前举行的宁波市推动大规模设备更新和消费品以旧换新政策吹风会上，市教育局相关负责人提及，在民生实事“午休躺睡”工程装备配备方面，我市今年将配备午休装备4.65万套，到2027年，“午休躺睡”工程将在全市中小学校落实推广。

说说身边事 给你提个醒

吃蟹正当时，问题来了—— 过期“蟹卡”还能兑换吗？

记者 王嘉彬 通讯员 陶颖

中秋节将至，吃蟹季也随之到来。然而，消费者在买螃蟹或用券兑换螃蟹的过程中也会遇到各种各样的问题。主要问题集中在螃蟹兑换券（俗称“蟹卡”）日期“过期”或“不明”，导致消费者即便有券在手，也无法顺利吃到螃蟹。

记者昨天从市消保委了解到，前不久消费者李女士投诉，称她持兑换券找商家兑换螃蟹时遭到了拒绝，理由是券已过期。商家表示螃蟹兑换券具有时效性，无法延期使用。对此，李女士表示不认可，她认为，虽然自己疏忽导致螃蟹券过期，有一定的责任，但商家直接拒绝消费者延期的请求，不合理。

那么商家销售的螃蟹券“过期”之后，到底还能不能兑换？市消保委公益律师魏紫惟一认为，螃蟹券设置有效期，声明过期作废，是典型的格式条款，根据消费者权益保护法规定，“经营者在经营活动中使用格式条款的，应当以显著

方式提请消费者注意商品或者服务的数量和质量、价款或者费用、履行期限和方式、安全注意事项和风险警示、售后服务、民事责任等与消费者有重大利害关系的内容，并按照消费者的要求予以说明”。由于螃蟹等产品具有较强的季节属性，商家需要明确提示螃蟹券的有效期。若消费者未能在指定时间提货，应当承担违约责任，积极与商家协商解决。

但现实中更多的纠纷则出现在商家未将提货有效期标注明确，仅标注“有效期一年”等内容，无法确认提货截止日期，商家需要对此承担责任。

为此，市消保委提醒广大消费者按需购买消费券，谨慎购买金额过高、使用时间过短的消费券。购买螃蟹券时要仔细核对相应的产品规格，注意券上注明的有效期和使用条件，尽量在有效期内提货。如果螃蟹券过期，消费者可与商家协商解决，建议商家积极处理，如向消费者兑换同等价值的其他商品或者按一定比例折价退款。

一个返乡“00后”的“文保梦”



柴云龙(中)在“四普”现场记录测量数据。(宁海水文所供图)

凡人星事

记者 黄银凤 通讯员 张雅雯

“第四次全国文物普查”（简称“四普”）眼下正进入第二阶段，在这场大规模的文化探索与保护行动中，一群宁波“00后”外专业人员以其青春活力和丰富的专业知识，成为普查一线队伍中的一道亮丽风景线。去年毕业于北京电影学院现代创意媒体学院文物保护与修复专业的柴云龙，就是其中的一员。

“因为学习文物保护专业，所以我一直想深入地了解家乡的文物，参与家乡的文保工作，正好毕业后赶上了‘四普’，圆了我的‘文保梦’。”柴云龙说，“我是从今年7月份开始参与调查的，暑期天

气酷热难耐，普查文物经常需跋山涉水，我每天汗流浹背，这和我在学校里学习是完全不同的体验。”

在参与这项工作之前，柴云龙从没想到“四普”的工作内容如此庞杂——早上要与当地的管理人员对接确认普查时间，如果是以前登记的文物，要确认是否需要维修，再进行数据采集、拍照；如果是新发现的文物，还要进行更详细的信息记录和背景调查。除了测绘工作，他还要参与前期的文物史料搜集、后期的文物信息数据整理。

“虽然我读的是文保专业，但是很多事情对我来说是第一次实践操作，要重新学习的知识非常多。不过，在这个过程中，对于‘文物记录过去、映照当下、启迪未来’这句话，我有了更深刻的理解。”柴云龙感慨道。

18年爱心义剪暖人心



记者 许天长
通讯员 张中月 李姣飞

前天是“芊丝美发”慈善义工队每周三的义剪日，爱心理发师们在店里忙着为老人们理发。这支队伍的创始人蔡新军，是一位来自陕西的新宁波人。

蔡新军于2006年来到鄞州区下应街道东兴社区创业。在创业期间，他得到了很多热心人的帮助。门店生意稳定后，他开始回报社会，着手组建义工团队，开展公益活动。

18年来，蔡新军和他的团队始终坚守承诺，开展爱心义剪活动。他们不仅服务社区的老年人和残疾人，还将爱心行动延伸至姜山镇、东吴镇，以及江北、奉化等地的敬老院。

如今，“芊丝美发”慈善义工队已有在册义工15名。蔡新军和他的团队赢得了社会广泛赞誉，先后获得“鄞州好人”“先进慈善义工分队”“鄞州区志愿服务行动优秀组织奖”等荣誉。

图为蔡新军在开展爱心义剪。(许天长 摄)

宁波银行专栏

用心普及金融知识，永葆为民初心 ——宁波银行全面开展“金融教育宣传月”活动

9月，宁波银行全面开展以“金融为民谱新篇 守护权益防风险”为主题的2024年“金融教育宣传月”活动，其间同步开展“担当新使命 消保县域行”专项活动，通过多形式、多平台、多类别的金融知识普及与宣传教育，当好金融消费者的“倾听者”、金融知识的“传播者”和金融消费合法权益的“守护者”。

倾听金融消费者心声

保护金融消费者权益，就是维护人民群众的切身利益。宁波银行通过活动，深入了解大众的“急难愁盼”问题，提供更加专业、精准的优质金融服务。

9月1日，宁波银行象山支行走进石浦海峡广场，参加象山金融教育宣传月启动仪式，并与金融同业共同开展宣传活动。银行工作人员从身边的案例入手，用通俗易懂的语言揭示电信

诈骗典型手段，讲解如何保护个人信息、养老诈骗典型案例及防范知识，增强市民金融安全意识，远离投资养老等诈骗陷阱，回答现场市民有关金融消费、投资理财等问题，用心解答消费者疑问、回应消费者关切、解决消费者需求，展示金融新风尚，推广为民办实事举措。

传播金融知识

本次“金融教育宣传月”活动期间，宁波银行将走进农村、社区、校园、企业、商圈，重点向老年人、青少年、新市民、乡村居民等群体普及金融知识，促进大众“学金融、懂金融、信金融、用金融”，增进社会各界对金融的客观认识。

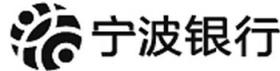
宁波银行还将开展“担当新使命 消保县域行”专项活动，面向慈溪、余姚、奉化、象山、宁海五个区(县、市)，开展“乡村大喇叭”“我为群众送台戏”“我为村民刷面墙”“金融知识赶大集”“为群众送知识”金

融知识课堂”“金融知识宣讲团”等多种金融知识普及活动，打通金融教育活动“最后一公里”。

守护金融消费者合法权益

金融来之于民，服务于民。宁波银行将持续深入做好金融教育工作，深化创新金融教育内容和形式，开展差异化、层次化、立体化、全方位的金融教育活动，践行“金融为民”服务理念，守护金融消费者合法权益，提振金融消费者信心，助力构建和谐金融环境。

今年上半年，宁波银行共计开展线上线下金融教育活动1291次，累计发放宣传材料18万余份、发送反诈短信77.5万余条，拒面成功劝阻遭受电信诈骗客户共13人，为客户挽回资金损失680万元。



兴业银行宁波分行优化金融服务，助推跨境贸易投资便利化

“现在一次就能办好，我们办理外债再也不用来回跑，实在是太方便了！”宁波一家企业的财务负责人感慨道。近日，兴业银行宁波分行了解到这家企业办理了外债相关登记手续，全程通过专业的政策讲解及业务指导完成业务高效落地。

该企业主要从事城镇建设、投资、开发、经营等业务，有两笔境外债务将于一年内到期，准备发行外债进行融资。兴业银行宁波分行了解到企业需求后，主动上门拜访，充分介绍了当前的

政策红利，并协助企业对登记材料进行预审，将外债登记时间缩短至2小时以内，大大提升了业务办理时效，节省了企业的“脚底成本”。

据了解，今年2月2日，国家外汇管理局宁波市分局正式发布《国家外汇管理局宁波市分局关于扩大跨境贸易投资高水平开放试点的通知》，其中“部分资本项目外债登记由银行直接办理”政策的实施区域扩大至宁波全市，进一步提升了高水平对外开放。通知发布后，宁波地区符合条件的

非金融企业借用外债，无需先到所在地外汇管理局办理外债登记，而是可以直接到银行办理全流程手续，大大提升了业务办理效率。兴业银行宁波分行第一时间完成了高水平开放试点银行资格备案，梳理最新外债签约登记流程，并积极向符合条件的企业宣传贯彻高水平开放试点的新政策。

下一步，兴业银行宁波分行将继续聚焦政策传导落实，加大跨境贸易投资便利化政策宣传力度，切实提升跨境贸易投资便利化服务水平，推动便利化政策惠及更多经营主体。

平安产险宁波分公司：推出“朋克养生节”平安好车主十周年感恩回馈活动

为了满足广大用户对美好生活的向往，平安产险借助集团领先的科技优势，聚合广泛优质的车生态服务资源，打造“平安好车主”平台，为超130万的宁波用户提供线上车险报价、优惠加油、便捷洗车、极速代驾等车保险、车服务、车生活一站式线上化服务。

本月，平安好车主APP即将迎来十周年庆典，为感谢广大市民长期以来的关注和支持，

同时传递平安“省心、省时、又省钱”的服务理念，平安产险宁波分公司将于9月15日至9月17日在宁波来福士广场为全体市民带来一场盛大的“朋克养生节”活动。公司特邀宁波名中医现场坐诊，免费为市民的健康“把脉”，另外还有健身挑战赢好礼、国潮中秋音乐会等活动。

多年来，平安好车主持续秉持“科技为民，金融为民”的理念，采用“电子签名+人脸识别+

CA认证”等技术，简化投保流程、提高理赔时效，同时还为老年人定制推出了“关怀版”APP，界面更简洁、字体更清晰、操作更便捷，真正实现将科技赋能于金融，使保险变得更简单、更贴近消费群众的日常生活。今年，已为7.7万宁波本地客户提供线上报价服务，有近2万客户完成线上车险自购，另外累计为超27.6万客户提供健康服务。

邮储银行宁波分行创新“邮爱驿站” 打造金融知识普及新阵地

近日，邮储银行宁波分行宣布已在辖内成功建设推广了35家“邮爱驿站”，这些驿站不仅为户外劳动者提供休息、饮水、充电等便利服务，还成为金融知识教育宣传的新平台，旨在提升公众的金融素养，保护消费者权益。

据了解，“邮爱驿站”作为邮储银行宁波分行的一项创新举措，旨在打造一个有温度、可持续的爱心

公益平台。在这里，户外工作者如外卖快递员、环卫工人、市政维修工人等，不仅能享受到一系列的便民服

务，还能通过公益讲座、清凉一夏等活动，学习到金融消费者八项权益、防范非法集资等基础金融知识。

邮储银行宁波分行表示，通过“邮爱驿站”与网点“公众金融知识教育宣传区”的联动，已开展了多场集中宣传、员工领学、布设展台等形

式的金融知识教育宣传活动，有效助力金融惠民。

未来，邮储银行宁波分行将继续扩大服务范围，为更多人民群众提供多元化暖心服务。同时，积极普及金融知识，宣传贯彻新市民服务、农业农村金融服务，并揭示非法金融、非法集资等不法行为的手段和特点，以提升金融消费者的风险防范意识，切实保护金融消费者权益。

邮储银行象山县支行“金融知识大喇叭”公益活动助力乡村振兴

近日，邮储银行象山县支行启动了“金融知识大喇叭，守护大海，守护你”的公益活动，旨在提升当地渔民及农村居民的金融素养，增强金融风险防范意识。该活动是邮储银行响应国家乡村振兴战略的创新举措，已在丹西街道、石浦镇、东陈乡等多个乡村地区展开，受到广大村民的热烈欢迎。

活动通过乡村广播系统，将金融知识以通俗易懂的方式传递

给村民。内容涵盖存款保险、反假币识别、防范电信诈骗、小额贷款申请流程、消费者权益保护等实用金融知识。特别针对渔民群体，活动还介绍了海洋渔业保险、渔船抵押贷款等特色金融服务，帮助渔民抵御海上风险，保障生产安全。

自活动开展以来，村民们纷纷表示，这种形式的金融知识普及既方便又实用，使他们在日常生活中就能学到很多有用的知识，增强了自我保护能力。特别是在防范电信

诈骗方面，许多村民表示受益匪浅，成功避免了经济损失。

邮储银行象山县支行相关负责人表示，未来将继续深化“金融知识宣传”活动，不断创新宣传方式，拓宽传播渠道，将更多贴近民生、贴近实际的金融知识送到群众手中。同时，加强与地方政府、社区组织的合作，共同构建全方位、多层次的农村金融教育服务体系，为乡村振兴贡献更多金融力量。