



“共享食堂”开张 村民“以菜换餐” 一碗牛肉面的 “土”交易

“杏飞，我又拿来一些自己种的花生和玉米。老样子，换一碗牛肉面。”

18日上午，奉化区萧王庙街道79岁居民骆国银来到棠云村“棠云栖江·共享食堂”吃饭。

进门后，他放下刚在地里采收的“宝贝”，喊来“女掌柜”——江杏飞，准备与其进行一次“以菜换餐”。

“骆叔，这些东西的价值已经超过一碗牛肉面。多出来这些，是折算成钱给您呢，还是在牛肉面里加点点？”江杏飞将花生、玉米称重估价后，提出两种交易方式。

骆国银见状，摆了摆手，笑着说：“不用另外算钱，等会多加点牛肚，我爱吃。”

记者 陈章升 通讯员 郑行娜 景士杰

A 价格亲民，一大碗牛肉面只要20元

像这样的场景，近段时间在棠云村已经上演多次。

每天，来“棠云栖江·共享食堂”打卡的村民，既能以“亲民价”解决自己的“一日三餐”，也能用同等价值的农副产品抵餐饮费用。

“这个食堂由萧王庙街道、棠云村和我们乡村运营团队共同打造，分上下两层，从上周起对外营业。”江杏飞说，这里不仅服务全体村民，还能为游客提供平价餐饮服务。

江杏飞今年56岁，是当地小有名气的“农创客”。2022年，在外闯荡多年的她回到家乡，在棠云村租了近千平方米的闲置老房子，带领村民建起“江阿婆”共富工坊。

“杏飞是个‘热心肠’。回到棠云村后，她还组建了乡村运营团队，建起‘棠云栖江·共享小院’‘共享小卖部’，不仅让大家享受到‘一站式’服务，也‘唤醒’了棠云村的闲置资源。”村党委书记江明辉说。

正如江明辉期待的那

样，江杏飞及其团队成员在棠云村打造乡村公共服务空间，引入新项目、新业态，激活乡村振兴“一池春水”。

“这些共享空间不仅拓宽了村民农副产品的销售渠道，为村庄增添了消费场所，也提高了游客的体验感。”江明辉告诉记者，以前棠云村餐馆数量少，游客想吃农家菜找不到好地方，现在这个状况得到明显改善。

“棠云栖江·共享食堂”由一幢老房子改建而成，可同时容纳近70个人就餐。为了让村民和游客享受到星级餐饮服务，江杏飞在食堂装修布置方面花了不少精力。

记者看到，这个“共享食堂”内设餐饮、休闲、农副产品展示等功能区，大家可以在这里吃饭、看电视，还能喝茶聊天。

“一大碗牛肉面只要20元，一杯土烧酒、一盘椒盐小溪坑鱼38元就能搞定，‘以菜换餐’积存的农副产品向大家平价供应。”食堂工作人员黄莉莉介绍。



“以菜换餐”的村民。(陈章升 郑行娜 摄)

B 打造乡村公共服务空间 让村民游客共享

今年84岁的村民鲍林花是“棠云栖江·共享食堂”的常客。上周以来，她已经来此消费多次，对“镇店美食”更是如数家珍。

“这里免费供应米饭，光招牌菜就有10余道。”鲍林花说，“共享食堂”开业后，村里老人如果错过老年食堂用餐时间，或不想在家烧菜做饭，可以来此解决“一日三餐”。

爱心共享，用心传递。为了给村民和游客营造舒适的就餐环境，江杏飞及其团队成员在食堂内摆放了许多花草盆景和老物件。

“里面展陈了老式储物柜、瓷罐，装修布置很有年代感。”公交车司机汪师傅告诉记者，“棠云栖江·共享食堂”离217路公交车终点站很近，最近他和同事经常来“打牙祭”。在这里，他们感受到了家一般的温暖。

让村民和游客吃好喝好，有宾至如归的感觉，这是江杏飞打造“棠云栖江·共享食堂”的目标。

“地处山区的棠云村风景秀丽，历史文化底蕴深

厚。”她说，近两年，来村里的游客越来越多，大家希望挖掘整合村庄文旅资源，以共享经济赋能村民共富，助力村集体增收。

江杏飞是这样想的，也是这样做的。近段时间，为了确保“共享食堂”运营有序，她每天要在店里忙碌10多个小时。

“江姐做事认真，从食材品质把控，到收集客人的反馈信息，一直亲力亲为。有时，我们问她往食堂贴了多少钱，她总说‘大家满意就好’。”黄莉莉告诉记者。

如何因地制宜打造乡村公共服务空间？这也是江杏飞时常思考的问题。这两天，她在忙完工作后，经常会去“共享食堂”附近的小山坡逛逛。

“我想利用那边一幢房子屋顶的闲置空间，打造一家‘共享咖啡馆’，名字暂定为‘星空咖啡’。”江杏飞向记者透露，以后，村民和游客在“棠云栖江·共享食堂”打卡之余，可以到那里喝咖啡、仰望星空，共享乡村休闲时光。

七旬老人意外落水 警民合力上演生死营救

暖新闻

本报讯(记者王晓峰 通讯员罗校校)“最近几天我们一直在联系老人家属。获悉老人已脱离危险，醒了过来，我们总算放心了!”昨晚，余姚公安通报了一件关于“救命”的暖心事——老人意外落水，门卫马上跳水救人，群众及时伸出援手，民警持续进行心肺复苏，合力上演了一场生死营救!

事情发生在6月14日19点左右，在余姚泗门镇湖心江路附近，一名七旬老人在路边摘菜时不慎落水，命悬一线。

“有人落水了!大家快来帮忙!”正在值班的泗门派出所门卫诸建平听到河边传来的呼救声，他急忙跑过去查看，发现一名老人正在河里扑腾。

诸建平立即跑到河边，纵身跃入水中，朝着落水老人方向奋力游去。与此同时，周围热心群

众也伸出了援手。

拽住对方后，诸建平又努力往岸边游，并将老人托举上岸。岸上群众也一起发力，一托一拉，合力将老人救上了岸。

“可能是落水时间有点长了，当时老人的情况非常不好，气息十分微弱。我们真担心出现意外!”诸建平说，派出所就在附近，得到消息的增援力量很快赶来。

时间就是生命。民警单飞夫发现老人情况不妙后，第一时间为其进行心肺复苏。经过几分钟的紧急救援，老人开始慢慢恢复自主呼吸。

随后民警将老人抬上警车，在车上持续为其进行心肺复苏。同时，由同事驾车，拉响警笛，一路向医院疾驶而去。

所幸救援给力，并且送医及时，目前老人的情况正在好转。



扫码看视频

我们的反诈必修课

暑假将至 家长请收好这份“反诈指南”

本报讯(记者王晓峰 通讯员顾蔚 林梦娇 何嘉莹)暑假即将到来，一方面，孩子使用手机上网设备的时长及频率会大大增加;另一方面，“家长忙孩子空”的现象突出，安全监管难免出现漏洞。因而，每逢假期，涉及孩子的电诈总会多发。

比如，“五一”假期中，宁波多地就出现孩子遭遇游戏交易诈骗的警情。

以镇海为例，11岁的小吴(化姓)在玩手机时，看到一主播说可以“免费送游戏皮肤”，于是，小吴私信联系对方。对方知道他是未成年人后，就开始吓唬他。孩子被吓坏了，为了“保护”父母，在对方的指示下扫码，欲将奶奶银行卡里的钱转出。所幸第一时间被发现，祖孙俩立刻报案。

“涉诈电诈最近几年多了起来，对孩子来说，最危险的是游戏交易诈骗。”反诈民警说，除此以外，还有红包返利陷阱、实体卡片赠送骗局、追星(冒充公检法)诈骗等。

特别需要注意的是，骗子以

“追星”等为诱饵，忽悠孩子。在此期间又会冒充公检法进行诈骗——先是“律师”出场吓唬孩子，然后“民警”上场教操作，最后让其使用父母手机转移钱财。这是新出现的电诈，专门针对孩子!

宁波公安相关负责人告诉记者，骗子之所以盯上未成年人，一方面是随着支付习惯的改变，孩子的“小金库”也转移到了网上。他们中不少人还知道爸妈的手机支付密码;另一方面，与孩子自身防范意识薄弱密切相关。

“反诈防骗教育，同样应是孩子的必修课!”反诈民警说。

一方面，学校及家长平时就要给孩子上反诈课，进行多方位提醒——不要轻信网络上的陌生人，不要轻信“免费领取”“大额返利”等说辞，不要轻易添加陌生人为好友，不要轻易点击网站链接或下载App等。

另一方面，家长一定要设置安全性较高的支付密码且定期更换，不要轻易向孩子透露。一定要取消“免密支付”，这是在“物理”上反诈。



宁波公安举行反诈宣教活动。

(资料图)

在宁波，看见文明中国

自带垃圾袋、守序不喧哗 文明旅游为夏日惬意“保鲜”

记者 俞家嘉

烈日逼近，何以避暑?6月，市民游客纷纷走出家门，亲近自然、玩水嬉戏，在文明游玩中感受夏日的清凉与惬意。

“夏日的九龙湖，碧波荡漾、青山环绕，非常适合避暑纳凉。”6月18日，市民罗平一家来到九龙湖旅游度假区游玩，“我注意到，景区的道路和草坪都保持着洁净与整齐，大家没有乱丢垃圾或踩踏花草，表现得相当文明”。

该景区负责人沈菲君表示，景区在出入口、游客服务中心、绿地等地张贴文明标语、设置提示牌，并利用电子屏、宣传栏等深入宣传文明旅游知识，切实提升游客文明意识，营造良好的文明旅游氛围。

位于东钱湖镇的城杨村，是这几年新晋的网红村，穿村而过的清澈亭溪不仅让整个村庄的风景更为灵动，还成为戏水好去处。

在享受乐趣的同时，大家也始终严守文明底线。记者看到，前来溯溪的游客大多自备了垃圾袋，将饮料瓶、食品包装袋和果皮残渣等垃圾细心分类，投入垃圾桶。

如今，在我市各大景区，游客自觉排队、爱护环境、文明礼让的场景随处可见，文明旅游正逐渐成为一种新风尚。宁波文旅部门相关负责人表示，良好的旅游环境，需要大家一起营造。未来，将继续强化文明旅游宣传引导，持续提升游客的文明素养，共树文明形象、共展文明风采，让文明旅游成为城市最美的风景。

青春放歌 启新程

“故事的小黄花，从出生那年就飘着……”昨日，宁波大学2025届本科毕业典礼暨学位授予仪式以一场盛大的青春合唱开场，毕业生们用最热烈的嗓音为四年本科时光画上句号。在师长们饱含深情的临别寄语中，这群怀揣梦想的年轻人，正以昂扬之姿，开启崭新的人生一页。

图为宁波大学本科毕业生合影。(陈结生 黄合 郑俊朋 摄)

