

2025宁波
网络文化互动季

晒出“小确幸” 分享“小美好”
话题阅读量突破2亿次

全网绽放！宁波有朵温暖的“花”

记录日常微光，传递城市温情。

通过微博、小红书等平台#2025宁波网络文化互动季#、#交换美好生活时刻#、#传递城市正能量#三个话题，今年的宁波网络文化互动季活动甫一启动，便成了一场全民参与的“美好生活交换之旅”。

截至11月13日，三大话题吸引网友参与分享3000余条，图文、短视频分享占比超过90%，话题阅读量突破2亿次，互动与讨论量突破7万次。

此次话题互动从“城市温暖”和“幸福瞬间”两个维度切入，形成联动效应，构建起一张覆盖网络空间的宁波“温暖网”。这场以温情为底色的网络盛宴，不仅让“美好生活”从一个抽象概念和个体孤立的感受，转化为无数市民和网友可参与、可感知、可分享的真实行动，也让发生在宁波的暖心善举被更多人“看见”，像一幅温暖画卷，铺展在无边的网络世界中。

以下精选自网友的真情分享，正是这幅温暖画卷的生动缩影——

记者 仇龙杰 方琴

城市漫步：
于山海烟火间，
邂逅宁波韵味

网友们的镜头与笔触，深情描绘了宁波独具特色的城市风貌与惬意生活。

@老方家的 Panda_ 的分享，如同一篇城市散文：宁波的美好，藏在彼此滋养的时光里。清晨在孝闻街接过热乎的油赞子，交换一份老街坊的熟稔笑意；午后坐在松兰山礁石边，让海浪与咖啡香交换片刻惬意；傍晚遇“共享奶奶”牵着孩童，把善意化作日常的温暖……我以真心拥抱这座城的山海与烟火，宁波便用藏古今的书香、通天下的包容，交换给我满溢的生活小确幸。

@DS 北风 邂逅了绝美秋

景：宁波镇海招宝山生态湿地公园，秋意渐浓，现在正是来这里走走的最好时节。树叶染上了秋色，湖光潋滟，在凉风拂面中，感受属于秋天的宁静之美。

@余迪热情推荐了宁波的“0号公路”：周末了，来宁波吧，打卡“0号公路”，尽享江南风光！这条风光纽带串联全城美景，让山海之韵、人文之美全景铺展，解锁宁波全域漫游新体验！

社区温情：
于邻里节拍中，奏响和谐乐章

社区作为城市的基本单元，其间的欢声笑语是美好生活最直接的珍藏。

@守弄筑梦记录了社区的活力瞬间：韵律飞扬的活动室内，潘火街道王家弄社区的居民在老师的指导下，热情洋溢地拍打着非洲鼓。从最初的手忙脚乱到最终汇成一片充满欢乐的鼓点合鸣，一曲活力四射的社区交响曲就这样谱写而成。

@roc8238发布的关于宁海“路廊”变身基层治理暖心驿站的内容引发广泛关注，宁海县将千



王家弄社区居民学习拍打非洲鼓。
图片来源@守弄筑梦



秋雨中的古镇。
图片来源@不再撒野的阿小飞



镇海招宝山生态湿地公园。
图片来源@DS北风



五乡派出所辅警朱宏伟为安徽李师傅寻亲。图片来源@鄞州发布

心灵栖息：
于自然静谧处，收获内心安宁

许多网友分享了他们在自然与独处中获得的治愈力量。

@桔绿从骑行中找到慰藉：海边骑行，真的超治愈。吹吹海风，烦恼一下子就没。这种“小确幸”时刻，就想随手拍张照，发个动态记录一下。

@李彬茹的分享充满哲思：心灯不借他人火，自照乾坤步步高。唯有不断悦己，阅己，越己，才能活出生命的真正意义，过自己想要的生活。

@不再撒野的阿小飞发布了一组图文微博：秋雨中的古镇，时间

仿佛慢了下来。撑伞走过被雨水洗得发亮的青石板路，踏上那座古老的石桥。在桥边一家临水的咖啡馆，来一杯热美式，看着雨滴在水面漾开圈圈涟漪，咖啡的香醇与空气中湿润的草木泥土气息混合，成了独一无二“秋日限定香氛”。在这里，发呆也成了正经事。只听雨声、品咖啡，便觉岁月安然。宁波的秋日浪漫，就藏在这杯桥边的咖啡里。

这条微博收获了大量本地网友的共鸣，有网友在评论中感慨：“宁波古镇的秋日限定香氛，是岁月安然的味道呀！”

微观洞察：
于琐碎日常里，发现诗意光芒

活动的魅力更在于引导人们重新审视并热爱每一天的平凡生活。

@甬江月光写道：生活里那些闪着光的“小确幸”，从来都不需要刻意寻找。它是清晨咖啡杯里升起的第一缕暖香，是楼道里邻居

那句熟悉的“吃了吗？”，也是毛孩子用它的小脑袋蹭你手心的柔软瞬间。这些微不足道的日常，正是生活赠予我们最温柔的礼物。

@井底之水煮鱼感慨：细碎的美好，像点点星光汇聚成星河。平凡的日子没有惊天动地的故事，却在互帮互助、彼此陪伴中，藏着最动人的温度。

@姚波66感悟于日常的温馨：晨光爬过窗台时，咖啡正香；三两老友相聚，是闲暇漫步的时光；门前的广场上，笑声唱响的是幸福安康……原来最动人的美好生活，就藏在平常的点滴微光里。

暖心守护：
于平凡善举中，
传递城市温度

提醒过吗？

网友“小爬藤”在小红书上分享了电梯里的温情一刻：当她拎着菜走向电梯时，住在三楼的阿姨特意按住电梯门，笑着说：“等你们呢！”几秒钟的等待，承载的是满满的邻里人情味。

一则由@鄞州发布官方账号发布的微博引网友点赞，微博讲述了宁波五乡派出所辅警朱宏伟，14年收获72面锦旗。近日，他接到安徽李师傅求助，仅凭“鄞县茅山乡红叶村”这条旧线索，帮其寻回失散近70年的亲人。原来李师傅父亲早年离乡，寻亲成三代人心愿。朱宏伟通过查证地名变更、翻阅旧档案等线索，促成失散的亲人在重阳节以视频连线方式相认。

@晴雨西子感慨：为身后的人扶一下门，主动让座，对快递员、服务员说声“谢谢”，随手捡起垃圾扔进垃圾桶……传递正能量就藏在“不经意”的瞬间。

正如@火龙果小胖墩的留言所总结：网络不仅有流量，还有这么多温暖。

这正是#2025宁波网络文化互动季#、#交换美好生活时刻#、#传递城市正能量#三个话题的核心价值所在。它们以低门槛的互动方式、高情感共鸣的内容，成功激发全民参与分享与传播的热情，为网络文化建设提供“美好”接力的鲜活样本。

当一座城市懂得倾听并放大市民的声音时，它所焕发的网络文化生命力将是无穷的。网友们分享的每一个“美好”，记录的每一次“正能量”善举，如同涓涓细流，都将汇聚成展示宁波城美乡兴、人善景秀的全域文明画卷。

随着互动的持续，越来越多网友在分享中发现生活的美好、感受城市的温度，这种“看见美好、传递美好”的浓厚氛围，正日益成为构建和谐社会、培育积极心态的重要网络力量。

记者 余建文

图片除有标注外，均为余建文摄

数字经济浪潮奔涌，网络大V带来的粉丝文化和大流量，已成为塑造公众认知、引领价值风向的重要力量。

2025宁波网络文化互动季的一个重要主题，就是如何用好网络大V的力量，使之成为清明网络空间的建设者，成为城市的“代言人”和“推荐官”，把宁波的好声音传播得更广、更远。

如何让流量向上向善，将宁波厚重的城市文化、奋进的城市精神、温暖的市井故事，转化为一个个有温度、有网感的精彩叙事？让我们听听网络大V怎么说……

自媒体博主“宁波倪少”：我比较关注的是宁波本地的新闻和资讯，像民生类的新闻，以及有趣的事、凡人善举“正能量”等。我组了一个协作群，里面有本地20多家媒体公众号及30多个自媒体大V号的负责人，遇到好的题材，大家联动推送到各大平台进行传播，效果就比较好，而且往往会上热搜。加强协作，共同传递宁波正能量，这也是我们自媒体人的社会责任。

“宁波人物”微信公众号创始人秦涛：我从10年前开始做“宁波人物”这个题材的网络创作，展现宁波的名人、企业家以及各行各业有意思的人物的故事，不仅是为

大V说：让流量向上向善，传递“宁波温度”



宁波倪少



秦涛



DS北风



牛八



西门叮吃在宁波



公交阿宽

了给大家提供知识信息，更重要的是想通过社群平台，“多快好省”地进行传播。最初我们用图文等素材来创作，后来加入了音乐、短视频等元素，并利用表情包、快闪等多元方式来呈现，以适应网民的需求。例如对于王阳明、邵逸夫等宁波名人，我们创新使用了嘻哈说唱的方式来讲述他们的故事，就很抓眼球。另外，我们也关注草根人物，比如有想法的程序员、特立独行的创业者等，通过与他们的接触，记录下一个个“小人物”的高光时刻，展现他们身上独一无二的气质。在这一过程中，我们收获了很多，也把这份真诚传递并“感染”到更多的网友。

军事博主“DS北风”：受父亲的影响，我从小就喜欢阅读军事

类杂志，制作军事装备模型，成了一个军迷。后来，通过网络向大家讲解各类武器装备的知识。宁波是全国双拥模范城市，可以通过讲座等形式，选择合适的题材进行推广宣传，多维度呈现宁波城市的特点。

视频号“牛八的视角”主理人：我以前是拍照片的，从2020年起拍视频，看宁波风土人情、民俗非遗，结合本地风光美景，进行二次创作。宁波人文底蕴深厚，可讲的故事很多，比如我们制作的《二十四节气中的宁波》《当鄞州遇见中国传统色》等短片，传播量和好评度都很高。要讲好“宁波故事”，做有影响力的视频，需要有良好的创意，以及好的策划、制作团队，让作品得到最大限度的传播。最近我们在拍四明山，不

光有美景，还有“唐诗之路”等文化元素，可创作的点很多，值得深度挖掘。

自媒体博主“西门叮吃在宁波”：最初我做这个账号的定位是区域公共服务平台，想帮助生活在宁波的每个人，不管是分享地道美食、助力寻找丢失的爱宠，还是对

接工作机会，都是围绕生活里的点点滴滴展开的。每一次和网友的真实互动，本质都是在传递宁波真实的人间烟火。宁波这座城市藏着两大鲜明特质：一是充满爱心，总能在细微处让人感受到温暖；二是踏实勤奋，这是刻在城市基因里的底色，就像宁波美食，向来追求食物

华东物资城王家弄市场(钢材)价格行情				
物资名称	规格型号	产地	价格(元/吨)	联系电话
镀锌板	2.0mm	江苏	4100	13906682187 87403456
镀锌板	0.5mm	江苏	4200	
热板	5.75mm	宁钢	3550	
304不锈钢板	1.5mm	德龙	13700	
铝板	1.0mm	河北	25500	宁波超御金属制品有限公司(八旗钢铁)

角钢	125×80×10	济钢	3700	87805217 宁波市鄞州紫星钢铁有限公司
角钢	160×100×12	鞍钢	3750	
钢轨	50公斤	鞍山	3950	
工字钢	10#	唐钢	3450	
槽钢	40#Q235	包钢	3750	
圆钢	A3, 直径12	富钢	3730	
方管	100×50×4	无锡	4180	

因行情变化，以当日报价为准
地址：宁波市鄞州区金达路789号 电话：87403188
2025年11月13日