

“广场舞小公主”

不跳舞的时候,是个腼腆的小姑娘
音乐响起,她的身体就像摁下开关

身穿背带裤,左右摆胯,伸手扩胸,面带微笑……近日,9岁小女孩“C位”跳广场舞的视频在网络走红。视频中,女孩跟随动感音乐,领跳广场舞,动作有范、活力满满。

“跳得非常松弛感”“民间舞蹈家”“跳得非常有力”……评论区,众多网友留言点赞。

小女孩名叫赵小贝,家住鄞州区中河街道东裕社区,今年上小学二年级。小贝妈妈李女士告诉记者,小贝从2020年8月开始在东裕社区居委会门口的文化广场跳广场舞,至今已有近4年。

不跳舞的时候,小贝是一个比较腼腆的姑娘,见到陌生人问话,总是抿着嘴笑笑,不说话。但当音乐声响起,她的身体就像摁下了某个开关,站在舞蹈方阵的“C位”,全身扭动起来,活力四射。“感觉就像变了个人。”李女士说,大概是跳舞让小贝有了自信和成就感,这些年来,小贝的舞也越跳越好了。

李女士说,小贝从小就特别喜欢节奏感强的音乐。“一周岁刚学会走路的时候,听到爸爸手机里在放DJ舞曲,就会突然兴奋起来,小手小脚不停地随着节奏摇摆。后来我发现,只要是欢快的音乐,她都会跳得很起劲。”

起初去广场跳舞,是和邻居小伙伴约好一起去的。刚去的时候,小贝有点胆小,站在队伍的后面,跟着叔叔阿姨们跳。看到队伍里来了小可爱,还跳得这么认真,舞蹈队伍里的老师就会上前指导。后来慢慢熟悉了动作,小贝

越跳越顺,如今一个新舞,她跟着跳一遍基本就会跳了。

看到小贝越跳越好,指导老师就索性让小贝站在“C位”领舞。让大家没想到的是,平时腼腆的她,跳起舞来竟然一点也不怯场,动作还很放得开。于是,叔叔阿姨们也乐意跟着她一起跳。

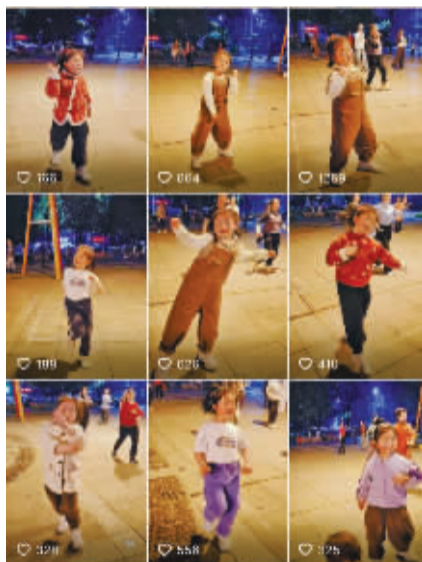
“在跳舞的时候我很开心,而且还能锻炼身体。”这些年来,刚开始一起去跳的小伙伴都放弃了,但小贝一直坚持去跳。只要天气好,她就会出现在社区广场,一跳就是1小时。有时回到家,小贝还会跟着视频学习,现在她已经会跳300多首曲子了。

平时,李女士还会将小贝跳广场舞的视频上传到社交媒体平台。时间久了,也积攒了一批忠实粉丝。在视频中,小贝跳得十分投入,每一个动作都充满了力量和节奏感。许多网友纷纷留言称赞小贝的舞姿和表现力,亲切地称她为“广场舞小公主”。

当问及跳舞对小贝有什么改变时,李女士表示,自从开始跳舞以后,小贝身体好了不少,很少会有头疼脑热的。“现在有了学习任务,每周只出来跳4天,不过,只要她喜欢,我会让她一直跳下去。”李女士说。



生活中的小贝。



小贝妈妈将小贝跳广场舞的视频上传到社交媒体平台。



改造前的河埠头。



改造后的河埠头。

河埠头“焕新” 居民幸福感“旧”地升温

河岸边打造了一面长约11米的文化墙,由泡沫箱堆积而成的杂乱“小菜园”被一排好看又好闻的花箱取代,居民们结伴而来,坐在休闲凳上拉拉家常,欢声笑语,好不惬意。4月25日,北仑区大碇街道太白社区三江口小区里的河埠头全新亮相。

三江口小区始建于上世纪80年代,位于岩河流域,每年汛期,河水会从地势低洼的河埠头涌入低层住户的储藏室和车棚。

“我在这个小区住了20多年,年纪大了,住在一楼确实方便,就怕刮台风,有一年家里进水,水漫到大腿,损失不小。”在每周五的“居民说事日”上,居民虞丽君提出了自己的苦恼。

清理无主杂物、拔除自种蔬菜、搬离泡沫箱和花盆……4月上旬,河埠头改造工程正式动工。值得一提的是,本次微营造还巧妙地打造了长达11米的廉洁文化墙。据介绍,下一步还会通过选聘河埠头“埠长”,实现河埠头自治管理。

“变化还是蛮大的,以前这个河埠头旁边要么种菜,要么晾衣服,环境脏乱差不说,台风天,大水还要漫到家里。”对于家门口的变化,於师傅为之点赞。

记者 陈烨 通讯员 孙淑婷

记者 王悦宁 通讯员 舒佳乐

甬城献血

2022-2023年度全国无偿献血奉献奖开始申报了! 来看看你上榜了吗?

记者从宁波市中心血站了解到,2022-2023年度全国无偿献血表彰申报工作已经开始,献血者可申报或确认自己的拟表彰信息,有疑问可及时反馈。

据介绍,为方便献血者便捷进行申报查询和确认工作,本次申报工作在微信的“全国电子无偿献血证”小程序中(微信搜索“全国电子献血证”),新增推出了“表彰申报”和“表彰查询”两大功能。

通过“表彰申报”功能,献血者可以查询是否在本次拟申报名单中。如对拟申报或获奖情况有疑义的,可以联系献血所在地采供血机构,或通过

“全国电子无偿献血证”中的“意见反馈与反馈”功能,选择相应采供血机构,线上反馈。

通过“表彰查询”功能,献血者可以查询本人曾荣获过的全国无偿献血奉献奖奖项。

宁波市中心血站还公示了宁波地区符合申报2022-2023年度全国无偿献血奉献奖的献血者名单,公示时间为2024年4月24日-4月30日。2022-2023年度,宁波地区共有4303名献血者拟申报全国无偿献血奉献奖,其中终身荣誉奖87名、金奖914名、银奖923名、铜奖2379名。

据介绍,献血者对宁波地区拟申报



终身荣誉奖

金奖

银奖

铜奖

名单有疑义的,可以通过以下方式反馈:

(1)献血服务热线:

拨打献血服务热线:87848410进行反馈。

服务时间:周一到周五(工作日) 8:00-11:15;13:30-16:30。

(2)线上反馈:

通过支付宝或微信的全国或浙江电子无偿献血证小程序中的“意见反馈”功能,选择“其他意见反馈”一栏,在“意见建议”中标明“无偿献血奉献奖申报”进行反馈。(注:扫描识别二维码可查看具体名单)

记者 孙美星 通讯员 周颖