

“我们是friends!”

中塞青少年联谊活动走进少儿图书馆

赠送塞尔维亚图书、学习制作宁波非遗剪纸……8月14日，宁波少年儿童图书馆迎来百人规模的塞尔维亚青少年研修营，精美的中国传统工艺和有趣的互动体验让远道而来的客人不舍离去，“我是一名中国文化爱好者，我们是friends（朋友）！”塞尔维亚青年亚历山大说。

“山与山不相见，人与人常往来”。活动伊始，来自中国和塞尔维亚的两位主持人对塞尔维亚青少年研修营到访宁波，表示了热烈欢迎。

随后，塞尔维亚青少年研修营代表，向宁波少年儿童图书馆捐赠了12册精美的塞尔维亚语和英语原版少儿书籍，内容包括塞尔维亚经典民俗故事、童话故事等。宁波图书馆馆长徐益波向塞尔维亚青年代表颁发了捐赠证书。此次捐赠，不仅丰富了宁波少年儿童图书馆的外文原版藏书，也促进了多元文化的交流。

活动现场，宁波少儿图书馆还为这群来自异国的青少年准备了具有宁波特色的节目表演。在甬剧改编歌曲《声声慢》中，宁波小朋友携手塞尔维亚青年共同合唱，动听的歌声，向观众展现了文化交融之美。传统平衡木表演环节，塞尔维亚青少年被中国技艺的惊险巧妙所吸引，他们对演员们的精湛演出报以热烈的掌声……其间，塞尔维亚篮球体育教授Steph，还向现场的塞尔维亚青年“传授”了宁波话，现场氛围热烈而融洽。

塞尔维亚的青少年们还在活动现场欣赏了书法、剪纸、茶道表演等中国传统非遗文化项目，并在老师的指导下学习了锦灰堆扇面制作、书法、剪窗花和泡制中国茶。精美的中国传统工艺和有趣的互动体验引得大家流连忘返。

“我是众所周知的中国文化爱好者，我要感谢我的家人、政府和国家。”塞尔维亚青年亚历山大对记者表示，如果要用一个词来概括这场活动，那就是“friends”，“塞尔维亚爱中国！”

宁波市外办相关负责人表示，此次文化联谊活动为中塞青少年提供了良好的交流平台，架设起两国青少年的友谊之桥、心灵之桥。在加深两国青少年相互了解和增进友谊之际，也促进了双方文化交流互鉴和共同发展。

记者 施代伟 实习生 瞿含茵 文/摄

应氏杯决赛 谢科再失一局 一力辽拿到赛点

8月14日，第十届应氏杯世界职业围棋锦标赛决赛第二局在重庆结束，宁波棋手谢科九段在一度局面占据明显优势的情况下，被日本棋手一力辽九段逆转。由此，谢科在五番棋决战中以0比2落后，连胜两局的一力辽率先拿到了赛点。双方决赛从第三局开始将于9月份在上海举行。

本届应氏杯决赛之前，谢科对一力辽的交手纪录是四战全胜。其中，上届应氏杯半决赛，是一力辽首次打进世界大赛的半决赛，结果以0比2不敌谢科。

不过，此次决赛落子后，一力辽连续两次战胜谢科。8月12日进行的首局，一力辽的“大龙”在谢科的“围剿”下一度险象环生，不过最终还是逃出生天，一力辽也赢得对阵谢科的首次胜局。

昨天第二局较量，谢科执黑先行，开局后即占优，进行到70手的时候胜率已经接近90%。这种情况下，执白的一力辽只能对中间的黑棋发起攻击。这和双方第一局的情形相似，不同的不仅是黑白形势互换，还有双方的可选择性：第一局谢科并非只有“屠龙”一条取胜之道，第二局一力辽把自己带到了只能“屠龙”争胜的境地。

双方在中腹展开精彩的攻防大战。局面领先的情况下，谢科再次下出致命随手棋，被苦苦等待的一力辽抓住机会，扭转局势。看到形势有变，谢科心态受到打击，失去了冷静。一力辽则越战越勇，最终白棋在超时被罚4点的情况下，仍赢了9点，拿下应氏杯决赛第二盘。

至此，一力辽在五番棋决战中取得两连胜，拿到了本届应氏杯决赛的赛点。据了解，决赛的后三局按计划将于9月8日、10日、12日在上海举行，一力辽只需再赢一局即可捧杯。谢科则已无退路，要想夺得冠军，后三局必须全胜。

记者 戴斌 通讯员 曹汝旭



联谊活动现场。

灵芝孢子油品鉴 免费试吃3瓶 品牌工厂定制批发 实测总三萜超40%



想吃灵芝孢子油又嫌太贵，来《宁波晚报》养生汇。门店委托浙江老字号厂家定制了一批灵芝孢子油，实测灵芝总三萜超过40%，工厂建议零售价22.6元/粒，优惠后实际到手价低于9元/粒，常年客户直接享受批发价。

定制的灵芝孢子油品质看得见，尝得出。故门店暂定推出20个品鉴名额，凡读者出示有效证明，门店即赠三瓶试

吃装(12粒/瓶)。

孢子油生产厂家是始创于1796年的浙江老字号——处州生生堂药业。公司在丽水市乃至浙江省中医药行业内享有盛誉。

公司灵芝团队深耕行业已有30多个年头，拥有灵芝菌种选育、椴木栽培、灵芝孢子粉加工和灵芝孢子油萃取一整条质量可控的完整产业链。工厂设备先进，尤其是新升级投用的灵芝孢子油生产线更是受到诸多大型药企的认可与垂青。

定制的灵芝孢子油灵芝三萜含量超过40%，为什么能这么高，技术人员透露，需要同时具备几个条件：

1. 菌种好。生生堂选用丽水深山老

灵芝菌种，虽然孢子粉产量低，但生长周期长，灵芝总三萜等含量是普通商用品种的三四倍。

2. 生长环境佳。好山好水好空气才能孕育好灵芝。生生堂选用海拔500米以上，常年湿度在75%~90%，空气中富含氧离子的高山灵芝。

3. 椴木栽培。生生堂灵芝选用40年金刚木栽培，每根直径在30cm以上，欢迎大家前去基地考察。

4. 精选精筛。生生堂只选用特定时期的灵芝孢子粉，加工前进行多轮精筛，滤掉瘪壳和空壳，只留下饱满的灵芝孢子粉。

5. 技术工艺优。高品质的灵芝孢子油

是良好农业与先进工艺的结晶。生生堂先采用CO₂超临界萃取，然后再分离去除灵芝孢子油中占比约30%左右的饱和脂肪酸，从而让实测灵芝总三萜含量超过40%。

新品上市，养生汇推出品鉴活动，读者凭2023年以来任何品牌灵芝孢子油消费凭证和灵芝孢子油产品到店，可申请品鉴活动。门店暂定20个品鉴活动名额，参加活动读者将先后获赠3瓶试吃装(12粒/瓶)。具体参与方式及新品上市优惠政策，欢迎来电垂询。

电话：0574—87228361

地址：海曙区永寿街6号