

走了12公里山路 清理70公斤垃圾

“黄背包”志愿者 开展“净山行动”



“净山行动”现场。

秋高气爽,正是登山郊游的好时节。日前,来自镇海的13名“黄背包”志愿者错峰而行,赶在周末前奔赴宁波四明山十字裤区域,开展了一场守护绿水青山的“净山行动”。

“其实,我们日常的环保志愿服务主要集中在镇海,这次跨区行动,是因为在网上看到了一条让人揪心的消息。”镇海区九龙湖“黄背包”志愿者协会负责人秦红波说,11月20日,“黄背包”理事会成员王超在群里转发了一条视频,说“大美四明山,秀丽十字裤,垃圾成小山!”十字裤作为四明山的热门徒步点,正被游人不经意间丢弃的垃圾所困扰。画面中的十字裤山林路边,堆满了塑料袋、饮料瓶,与秀美青山形成巨大反差。

这条信息迅速在“黄背包”群里引发强烈共鸣,他们当即决定集结力量,尽快前往十字裤为青山“减负”。13名小伙伴很快报名“成团”,并一致同意选择在工作日行动。毕竟到了周末,十字裤这样的网红点位可全是旅友,甚至还会出现拥堵。

带好手套、垃圾钳、大型回收袋和干粮,25日早晨7点,13人的“黄背包”志愿者分三辆车从镇海骆驼准时出发了。约两小时后,抵达四明山十

字裤。

迎着凛冽山风,踏上崎岖山路,山林垃圾清理战正式打响。北风呼啸中的四明山气温较市区低了不少,但志愿者们热情不减,12公里的山路上,他们每一步都走得“东张西望”,眼睛像扫描仪一样搜索着小溪、路边、山林间的各种残留垃圾。弯腰、俯身、捡拾、堆积……这样的动作重复了不知多少遍。塑料饮料瓶、食品包装袋、废弃杂物,这些自然美景的“破坏者”被一一“缉拿归案”。

上山的路,已不算容易;下山的路程,才真的是“负重”攻坚。六七个小时的工作成果斐然。秦红波清点了一下,整整15大袋垃圾,总重量达70公斤,其中仅塑料瓶就超过500个。志愿者们不得不“接力”战斗,费了九牛二虎之力才把它们全都扛到山脚。

“净山行动”落幕,但志愿者的环保之路仍在继续。秦红波表示期待更多市民加入到守护家园的行列,让每处山林的画卷永不褪色。“美景需要共同维护!我们呼吁:每一位山友都能践行‘文明爬山’,只留美好足迹,不留一片垃圾。”

记者 滕华 通讯员 尚立峰 文/摄

“把家乡特产好好亮出来” “草根大厨”与“未来乡厨”同台炫技

苔菜江白虾鲜爽入味、梅山沙地土豆烤鲜鲍喷香浓郁……11月28日,宁波市古林职业高级中学内烟火满溢,宁波市职业院校技能大赛终身教育赛项“乡味秀村”火热开赛。来自全市33个乡镇的33名“草根大厨”,与24位职业院校“未来乡厨”同台炫技,翻炒地道乡味。田间鲜蔬、海中鲜货、家养禽畜在锅铲翻飞间化作舌尖美味。

裁判令下,选手们即刻投入状态。切配区刀声簌簌不停,青瓜被切成薄片,均匀摆在盘周围;热炒区颠勺翻炒行云流水,腐皮裹着鲜嫩黄鱼肉下锅,“滋啦”声响彻全场,鲜香、油香瞬间漫溢赛场;蒸炖区蒸汽袅袅,东坡肉慢慢渗出透亮油光,诱人馋涎。

根据比赛规则,选手需在80分钟内完成“规定菜”腐皮包黄鱼与“创意菜”两项考核。不同于酒店后厨的标准化操作,选手们的食材充满了“土味”,刚从菜园摘的南瓜、自家种的土豆、刚打捞上岸的鲜带鱼等,全是宁波地标鲜货。这样的赛制既考验烹饪功底,更比拼创意巧思,选手们各

展所长,赛场氛围拉满。

51岁的蔡丹茗,代表宁海县胡陈乡成人中等文化技术学校参赛。作为一名“草根大厨”,她也是选手中为数不多的女性。只见她系上整洁的围裙,手上动作有条不紊。她端出的创意菜“酸汤鲜菇虾球”格外吸睛,洋芋塑成蘑菇形状圆润饱满,鲜嫩青菜点缀其间,鲜绿亮眼就像一幅田园画卷。“胡陈洋芋是我们当地的标志产品,闷煮到粉糯不烂才够味。这门手艺是我在成人学校学的,很想把家乡特产好好亮出来。”她说。

“‘乡味秀村’这个主题特别好,‘乡味’代表地域饮食文化,‘秀’则需要在比赛中用专业技巧与手法,让土特产通过厨师的艺术呈现,更具观赏性与传播性。”宁波市餐饮业与烹饪协会秘书长、宁波菜博物馆馆长李阳辉点评时,充分肯定大赛价值,“今天的自选菜肴环节,不少选手用到小黄鱼、带鱼等宁波特色海鲜,以及奉化芋艿头、胡陈小土豆等本土食材,尽显地域风味。”

记者 樊莹 张培坚
通讯员 杨波 仇杏梅



比赛现场。通讯员供图

祝
福

吾家有女 今满月龄

爱女钱初霁,于公历2025年10月30日(农历乙巳蛇年九月初十)降生,今逢满月之喜,敬告亲友,共鉴成长。

愿女儿平安喜乐,一生顺遂。愿以霁月光风之姿,承岁月之静好;以兰心蕙质之性,享人生之安康。

父钱伟、母唐斯诗 敬告

宁波金融一点通

身处互联网迅速发展的时代,互联网给我们带来极大便利的同时,也存在一定的风险,随意收集、过度使用个人信息的事件时有发生,个人信息保护成了金融消费者非常关心的问题。个人信息一旦遭到泄露或被非法使用,可能对人身安全和财产安全造成侵害。

客户A的女儿在香港留学,收到“某区政府教育局国际交换生委员会”开具的“国际交换生申请表”,需交付保证金300万港元。客户A匆匆赶往中

国银行宁波某支行办理跨境汇款,银行工作人员审核材料时,发现该笔保证金汇往个人账户而非学校账户,且留学保证金金额过高,凭证为“国际交换生申请表”,符合虚假留学保证金材料办理大额购付汇业务的风险特征。工作人员立即劝阻客户A办理跨境汇款,并提示让其女儿尽快联系学校核实真伪,避免资金损失。

为避免发生此类诈骗案件,应采取哪些措施才能有效防范风险呢?中国银行宁波市分行提示:

1. 核实好信息的真伪。诈骗分子利用留学生初到陌生城市,对周边环境不熟悉、社会经验不足、防范意识相对

薄弱的弱点,冒充公检法或者大使馆、华人教授、同乡身份获取留学生信任,虚拟绑架骗局,诈骗学费或奖金,接到可疑电话要保持冷静,莫慌张,不点击任何链接或者下载任何应用(APP),不透露个人银行卡信息、密码、验证码、护照号、身份证号等信息,立即告知家人,通过学校、政府部门等官方渠道核实信息真伪。

2. 保护好个人信息。不要轻易在网络上留下个人信息,不要在朋友圈、微博等社交平台发布有关个人及家庭的隐私信息。一定要从官方应用市场下载相关应用(APP),不在非正规渠道下载应用(APP),对于需提供姓名、身份证件、银行账户、地址等个人隐私的

应用及网站要提高警惕。绝不给任何陌生人或者“安全账户”转账汇款。

3. 养成好的上网习惯。认真辨别公共WIFI的真实性,不轻易连接陌生WIFI,短时间离开电脑要立即锁屏,长时间离开电脑建议关机,手机设置锁屏密码。对于重要的应用(APP)尽量设置不同的密码,密码尽可能复杂和独特,并定期更换。

国家金融监督管理总局宁波监管局温馨提醒,金融消费者要安全文明上网,保护好个人信息,时刻保持警惕,守住自己的钱袋子,远离不法分子的侵害。

记者 徐文燕
通讯员 章敏泗 张宏伟 胡聪平

提升信息保护意识,防范信息泄露风险