

3月1日起正式启动！ 宁波市区企业职工 免费体检来了

宁波市区参保企业职工专属健康福利来啦！记者从宁波市医保局了解到，3月1日起，市区企业职工免费健康体检正式开启，不仅全程免费，还可就近选择体检机构，极大便利退休职工参与。本次体检期将持续至2027年1月31日，市医保局特别提醒，符合条件的退休职工请合理安排时间，切勿错过，逾期未参检将视作自动放弃。

那么，哪些退休职工可以享受这份惠民福利呢？据了解，本次免费体检覆盖五类人群，具体包括2026年12月31日前退休并享受市区企业退休医保待遇人员、享受市区企业退休医保待遇的离休干部无固定收入的配偶及遗孀、六级及以上伤残退休军人、支援外地建设企业退休回甬定居人员，以及移交宁波社会化管理服务且在异地享受医保待遇未在异地参加体检的省部属企业退休人员。

除了覆盖人群，体检标准和具体项目也是退休职工最为关心的问题。记者留意到，本次体检标准为每人300元，个人无需支付任何费用。体检项目兼顾全面性与针对性，涵盖基础检查、腹部彩超、胸部正位片、心电图、生化筛查及肿瘤标志物检测等，全方位为退休职工的身体“保驾护航”。

去哪体检更方便？记者了解到，本次体检由全市96家定点医疗机构共同承担，退休职工可根据自身居住地址就近选择，有效减少奔波。至于具体定点机构名单，市民可登录宁波市医保局官网（<http://ybj.ningbo.gov.cn>）查询，也可关注“宁波医疗保障”微信公众号，输入“体检”即可快速获取相关信息。

明确了体检地点，预约方式也十分便捷。其中，普通受检人员凭本人医保电子凭证或社保卡，通过电话预约即可；而支援外地建设企业退休回甬定居人员、移交宁波社会化管理服务且在异地享受医保待遇未在异地参检的省部属企业退休人员，只需先到户籍所在地级医保经办机构领取体检证，再凭体检证预约体检即可。

值得一提的是，异地居住的参保退休职工也能同步享受这份福利。这类人群可选择在异地医保定点机构完成体检，之后凭全额自费、仅包含体检项目的独立发票，于2027年3月31日前到宁波各区医保经办机构按300元标准报销，超支部分由个人自理。最后提醒广大退休职工，各定点医疗机构每日体检人数有限，为避免跑空，务必提前预约、准时参检，合理安排好自身体检时间。

记者 庞锦燕
通讯员 贺佳贝



微信扫二维码，可检索全市96家定点医疗机构。

福彩开奖信息

3D第2026049期 1 1 0
6+1第2026020期 6 0 1 4 8 7 免
15选5第2026049期 03 05 06 08 12
快乐8第2026049期
01 06 07 08 11 17 28 35 36 39
41 42 44 48 53 60 61 69 72 75

体彩开奖信息

大乐透第26020期
01 10 21 23 29 10 12
20选5第26049期 07 09 10 12 20
排列五第26049期 5 9 2 5 9

(均以公证开奖结果为准)



宁波植物园早樱绽放

2月28日，随着气温回暖，宁波植物园内的福建山樱花、河津樱、大渔樱等早樱品种渐次开放，粉艳的花瓣缀满枝头，如云似霞，为市民游客送上了一份春日限定的浪漫惊喜。走进宁波植物园，春风拂过，早樱枝头便泛起层层粉色涟漪。作为早春的“信使”，早樱以先花后叶的姿态绽放，花瓣或淡粉、或绯红，质地轻薄，微风掠过，落英纷飞，形成浪漫的“樱花雨”，氛围感拉满。

除了早樱，宁波植物园内的各色郁金香也有部分已经盛开，与樱花交相辉映，为市民游客呈现更加丰富的春日景观。

记者 郑凯侠 摄

沉浸式解锁机器人科技 江北外滩街道科协开展科普活动

2月27日下午，江北区外滩街道区科协在浮石社区党群服务中心开展“遇见未来：机器人”科普活动。

活动伊始，“数字炸弹”破冰游戏迅速点燃现场氛围。孩子们在轻松的互动中打破陌生感，在欢声笑语中迅速融入集体，为后续的科普探索营造了积极投入的氛围。

在科普讲解环节，老师通过生动的PPT演示，带领孩子们穿越时空，了解机器人从早期雏形到现代智能的发展历程。从工业生产中的机械臂，到服务场景中的酒店机器人，再到陪伴生活的智能伙伴，大家系统学习了机器人的不同种类，以及它们在医疗、服务、工业等领域的广泛应用，深刻认识到科技如何改变生活、赋能未来。

最受期待的手工DIY环节，孩子们化身“小小工程师”，在志愿者和工作人员的指导下，专注地拼装“吞币机器人”。从拼接木质零件到连接电路，从对照说明书到反复调试，大家一步步将零散的材料组装成能“吞币”的趣味机器人。当自己亲手制作的机器人成功运转时，孩子们脸上洋溢着满满的成就感，也在实践中加深了对机械结构和电路原理的理解。

此次活动不仅让青少年们在趣味中学习了机器人知识，更激发了他们对科学探索的兴趣与热爱。

通讯员 张超蓉 文/摄



活动现场。

宁波慈善之声

“奇点空间” 把空间交给孩子

2月28日下午，宁波市北仑区大碇街道富春社区“新隆·奇点空间”正式开放。该空间由浙江新隆慈善基金会发起、宁波市甬尚慈善社工服务中心执行，是一处由孩子全程参与设计的青少年成长综合服务阵地。

“新隆·奇点空间”以“激发无限可能”为理念，最大亮点在于设计阶段充分吸纳儿童意见。自2025年12月起，“奇点共创营”项目通过三期活动，邀请社区孩子担任“小小规划师”，参与功能分区、色彩搭配、家具摆放等环节设计，让空间真正贴合青少年需求。

开放日当天同步启动了“奇点体验馆”活动，设置体验、手工、放松三大主题站点，吸引近百名青少年及家长参与。现场，孩子们展示自带玩具并讲述故事，与家长一同参与软弹射击、书写“福”字共绘“百福马”、10秒大笑挑战等活动，在互动中增进亲子交流、释放身心压力。家长李先生笑着说：“平时工作忙，很少有这样的机会和孩子一起在社区里玩，今天不仅孩子玩得尽兴，我也跟着放松不少，这样的社区活动特别有意义。”

浙江新隆慈善基金会相关负责人表示，孩子不是社区服务的被动接受者，而是社区美好生活的参与者和创造者，“新隆·奇点空间”是探索“青少年探索+家庭赋能+社区共建”模式的起点，希望能撬动更多家庭参与社区建设，让社区成为孩子成长的沃土。

据了解，“新隆·奇点空间”将常态化开展艺术疗愈、家长课堂等服务，关注青少年心理健康，助力和谐亲子关系构建，并计划培育家庭互助队伍，形成“服务—参与—反哺”的良性循环。家长陈女士对此十分期待：“现在特别关注孩子的心理健康，社区能有这样的专业服务，帮我们家长解决了不少后顾之忧，也希望能加入互助队伍，和其他家庭一起交流学习。”

记者 王世勤 通讯员 林芝羽