

“五一”假期不用远行!

## 宁波高新区15座公园藏着家门口的诗与远方

“五一”假期,不必奔赴人山人海的远方景区,家门口的公园就藏着诗和远方。日前,记者从宁波高新区建设和交通运输局获悉,位于高新区的15座各具特色的公园已铺展开春日最美的画卷。



大东江公园。记者 周科娜 摄

### 沿江揽胜:在水韵风光里邂逅春日盛景

滨江水韵公园是高新区规模最大的滨江公园群,沿甬江南岸延展6.3公里,它分为7期,总面积近49万平方米,如同一条绿色的丝带,沿着甬江从世纪大道一直延伸到剑兰路。

位于创苑路以东、光华路以北的大东江公园,是高新区夏日赏荷的标志性地点。这里还拥有一片

“滑板天地”,喜爱滑板的市民可以前去体验。

院士路以东、新晖路以南的中央商务区公园,公园最具辨识度的景观是位于甬新河中央的一座天然小岛,岛上保留了原生植被,树木茂密、花草丛生,通过一座木质园桥与岸连接,是城市中难得的“生态小岛”。

### 亲子趣玩:在自然乐园里解锁欢乐时光

位于明珠路以南、沧海路以西的明昕公园,有开阔的阳光草坡,大型的儿童活动区,孩子们可以在上面放风筝、踢足球、搭帐篷,尽情释放天性;有蜿蜒的漫步道,适合推着婴儿车散步;还有专门的运动休闲区域,配备了健身器材,以及一个约1200平方米的儿童游乐区。

2024年建成的氧气公园,则是高

新区公园中的“新晋网红”。它位于和美城西侧、通途路北侧,虽然面积不大,但设计精致。公园同样融合了自然生态与亲子互动、运动休闲功能,不仅有开阔的大草坪和漫步道,儿童游乐场占地面积约900平方米,还加入了特色灯光设计,夜晚的公园灯火璀璨,别有一番风味。

### “森呼吸”:在幽深绿意中治愈身心

科技公园建成于2001年,园内拥有2片篮球场。园内植物经过20多年的生长,早已枝繁叶茂,形成了一片郁郁葱葱的城市森林。

同样适合“森呼吸”的还有凌云公园,它是高新区面积最大的公园之一,拥有总长约4公里的彩色塑胶漫步道。

2023年建成的菁华创梦公园,位于宁波市游泳训练基地东侧,依万里河

而建,打造了蜿蜒曲折的沿河步道系统。步道两侧种植了四季花卉和乡土乔木,形成了“春有花、夏有荫、秋有叶、冬有绿”的景观效果。

位于江南路以南、聚贤路以西的科技广场公园,总面积3.3万平方米,经过2020年和2024年的两次全面升级改造,景观绿化和配套设施都得到了很大提升。

### 街角拾趣:在社区公园里遇见小确幸

位于百合路以北的百合公园,面积1.2万平方米,公园内种植了大量的百合花,每年春天,洁白的百合花盛开,吸引了不少市民前来观赏。星海公园位于华商大厦以北,面积1.6万平方米,虽然即将进行改造,但现有的绿地依然是周边上班族午休散步的好去处。明珠公园位于世纪大道以西、明珠路以北,面积虽小,但环境整洁,绿树成荫。

还有梅墟公园和云杉公园,这两座

公园都位于梅墟片区,面积分别为2225平方米和4602平方米。对于住在这些公园附近的市民来说,“五一”期间不用走远,下楼就能走进自然,享受春日的美好。

从2001年建成的科技公园,到2024年刚开放的氧气公园,宁波高新区的15座公园,见证了城市的发展,也承载了市民的幸福。

记者 周科娜 通讯员 杨璐菁 黄哲良

### 外交部领事保护中心提醒:

## “五一”假期出境中国公民加强安全防范

“五一”假期,外交部领事保护中心提醒出境中国公民树牢安全意识,防范各类风险,平安顺利出行。

### 了解海外安全形势

提前通过中国领事服务网、“领事直通车”新媒体平台、中国驻外使领馆网站等渠道,了解目的地风险提示信息、涉外国人管理法规、人出境要求等,特别注意关于禁止、限制携带物品、药品、现金等事项要求,事先确认护照、签证等有效期,留存重要旅行证件复印件。避免前往安全风险高、社会治安不靖以及近期发生过恐袭、骚乱或大规模游行、示威的国家和地区。当前,中东地区军事冲突延宕,伊朗安全形势仍然复杂严峻。再次提醒中国公民暂勿前往伊朗,仍在当地中国公民坚持底线思维,加强安全防范,避免靠近军事等敏感设施,尽快转移至安全地区。

### 强化安全风险意识

增强自身“海外安全第一责任人”意识,提升安全风险防范应对能力,及时配置海外出行所需保险。遵守当地法律法规,尊重当地宗教信仰和风俗习惯,文明参观游览,避免前往未开发、缺乏安全保障、有禁令标识区域。提前了解并严格遵守当地拍照、录像或使用无人机规定要求,不在敏感区域拍摄“打卡”。妥善保管个人证件,警惕防范财物盗抢和银行卡盗刷,不明显佩戴贵重首饰。参加高风险旅游项目应严格接受培训,并在专业人士指导和陪同下进行。

### 注意出行交通安全

严格遵守当地交通规则,密切关注当地政府网站和媒体消息,及时获取重大突发事件、天气预报、道路交通状况等信息。海外部分国家和地区交通规则与国内有较大差异,自驾请提前了解当地行车规定,携带当地承认的合法驾照。租车请选择资质信誉好的租车公司,认真阅读合同和保险条款,仔细检查车况。乘车出行请选择正规出租车或网约车。驾驶或乘车均要全程系好安全带,避免超速、酒驾、闯

红灯、疲劳驾驶。

### 谨防电信网络诈骗

当前海外电信网络诈骗手段花样翻新,请务必提前多渠道了解反诈防骗常识,掌握常见诈骗手段套路。高度警惕假冒中国驻外使领馆、国内公检法机关等名义的电信网络诈骗,务必做到不转账、不付款、不透露个人信息,及时通过官方渠道核实情况。如遭受损失,请立即联系银行或支付平台等冻结款项,尽快报警并向驻外使领馆寻求咨询协助。请勿轻信“优惠换汇”或私下换汇信息,应通过银行等合法渠道换汇,避免遭受财产损失。

### 防范遭遇自然灾害

海外出行前,应充分考虑目的地自然条件和状况,结合自身可能面临灾害风险做好应急预案。密切关注当地气象灾害预警,避免在极端天气出行或途经灾害波及区域。如突遇灾害,请全力保持联络通畅,遵从当地官方指引及时转移避险,注意防范次生灾害。加强健康监测,如有不适尽快就诊,如出现传染病症状,请在回国入境时向海关主动申报。

### 妥善意外突发事件

海外旅行过程中,如与当地执法人员、旅行社、航空公司等发生纠纷,请注意保留证据,通过协商或法律途径理性维权,避免过激言行。如遇盗抢、车祸等突发事件或其他人身危险,务必冷静应对,首先确保自身安全,及时向当地警方报案,并联系中国驻当地使领馆寻求协助。

### 掌握应急求助电话

了解掌握当地报警、急救电话和驻外使领馆领事保护与协助电话等应急联系方式。定期向亲友“报平安”,防止造成“人为失联”。外交部全球领事保护与服务应急热线(+86-10-12308或+86-10-65612308)24小时在线,为海外中国公民提供全天候服务。 记者 滕华