

制作米鸭蛋、做艾枕……

“小候鸟”上了一堂非遗课

“童心有色彩”

关爱“小候鸟”

8月3日,2026年宁波市“童心有色彩”关爱“小候鸟”系列活动第五站,走进三关六码头农场非遗研学堂。这座青砖黛瓦的老建筑,如今已是宁波非遗活态传承的重要阵地,60余位非遗传承人常驻于此,87项老手艺在此活化。

来自安徽、四川、江西等地的“小候鸟”们化身小小食匠,逛非遗市集、学古法技艺,亲手制作宁波传统非遗点心米鸭蛋与艾草养生枕,在舌尖与指尖的双重体验里,感受甬城非遗的烟火温度。



“小候鸟”展示自己制作的艾枕。

宁波特许捕捞开捕延后

8月3日,记者从宁波市海洋与渔业执法队获悉,受13号台风“白海豚”影响,浙江省渔业应急处置指挥中心发出《关于做好第13号台风“白海豚”防御工作的通知》,原定8月5日4种作业专项捕捞渔船集中出海将推迟。

指令海上渔船于8月5日18时前到港避风,休闲渔船停止营业,海上养殖人员撤离上岸。各地要加强渔船动态管控,引导渔船安全有序回港避风,确保转港渔船一次转移到位。

对于市民关心的8月5日4种专项捕捞作业渔船集中出海时间也将推迟,具体出海时间根据台风变化情况综合研判后,再予以明确。

记者 陈善君 通讯员 俞迪 张骏

1 逛非遗市集,解锁甬城美食密码

活动伊始,讲解员带着孩子们漫步“看见非遗”主题展区,一场关于“舌尖上的非遗”互动问答,瞬间点燃了全场气氛。

“你们知道中国有哪些非遗美食吗?”

“金华火腿”“油焖笋”……孩子们的抢答声此起彼伏。

讲解员顺着大家提到的宁波非遗美食一一讲解。奉化油焖笋要靠大火大灶烘烤8小时才够入味;番薯烧则是番薯酿制的特色酒品……这

些平日只在餐桌上出现的味道,此刻都成了刻着地域记忆的文化符号。

谈及宁波人最熟悉的年糕,孩子们更是打开了话匣子。“我家常吃炒年糕!我特别爱吃。”一位小朋友说。

讲解员则笑着补充,除了这些家常吃法,还有年糕汤、年糕饺,各有风味,如今还衍生出了“脏脏年糕饺”等新花样。冬天气温低,年糕不易发酸,因此过年打年糕、磨豆腐,一直是宁波人代代相传的民俗记忆。

2 手作米鸭蛋,咬一口软糯清香

最让孩子们期待的“体验非遗”环节,莫过于亲手制作奉化非遗小吃——米鸭蛋。

“大家猜猜,米鸭蛋是什么?”“皮蛋?”“鸭蛋做的!”

孩子们的答案逗乐了在场的工作人员。讲解员笑着揭晓谜底:米鸭蛋并不是鸭蛋,而是一款糯叽叽的点心,因为外形椭圆、外皮带着艾草的青绿色,模样酷似鸭蛋而得名。作为奉化地区的传统小吃,它从明清时期传承至今已有数百年历史,过去是清明祭祖的供品,也是农

忙时农民下田的便携干粮。

听完讲解,孩子们戴上一次性手套,讲解员将提前准备好的艾草糯米团分发到每个人手中:“用掌根像搓衣服一样反复揉压,搓长了就叠起来再揉,直到面团变得光滑柔软。”孩子们站起来使劲揉搓,教室里满是艾草的清香。

揉圆、捏窝、填馅、收口,最后在松花粉里滚上一圈。孩子们低着头认真制作着,指尖沾了粉、鼻尖浸了汗,却个个眉眼弯弯,满是成就感。

3 自制艾香枕,把安康揣进怀里

除了舌尖上的非遗,孩子们还解锁了艾草的另一种打开方式——手工制作艾草养生枕。

讲解员讲解道,艾草是温性的中药材,有温阳散寒、抑菌除螨的功效,是古人传承千年的养生智慧。用艾草做的枕头,还能帮助提升睡眠质量。

捧着亲手填充的艾草枕,孩子们凑到鼻尖闻了又闻,清冽的草木香里,藏着夏日里的一份安康

心意。讲解员边走边叮嘱,枕头平时两周晒一次,可以防螨虫,3个月后可以更换内袋,持续使用。

“这是我第一次体验做米鸭蛋,黄豆馅特别香!艾草枕也很好闻,我要带回去给奶奶用。”11岁的叶钰溪说。她来自安徽,开学就要上六年级了,今年已是她在宁波过的第八个暑假。听讲解、做青团、制艾枕,一天的体验满满当当,也让她对宁波的非遗文化有了更真切的感觉。

4 报名参与防溺水安全实训课

据悉,2026年宁波市“童心有色彩”关爱“小候鸟”系列活动由宁波市文明办、团市委、宁波市关工委、宁波市慈善总会主办,宁波晚报承办,宁波市体育彩票管理中心全程支持。活动为公益活动,均免费参加。

目前,拟于8月初举行的“青春自护”防溺水安全实训课堂尚有名额。

报名可下载甬派客户端,进入客户端页面下方的“服务”栏目,找到“最新活动”中的2026年宁波市“童心有色彩”关爱“小候鸟”系列活动报名,或拨打活动专线0574-87685778(工作日9:00-12:00,14:30-18:00)报名。

名额有限,报满即止。

如果您想帮助“小候鸟”,宁波晚报联合市慈善总会共同设立了宁波市慈善总会流动儿童关爱基金,微信扫描二维码可签约月捐(每月捐赠30元即可参与)。

您还可以通过银行转账的方式支持,户名:宁波市慈善总会,账号:3901 1100 0900 0120 345,开户行:工行鼓楼支行(捐赠时请备注流动儿童关爱基金)。期待您能够加入我们,一起帮助“小候鸟”和困境儿童。

记者 徐嘉胤/文
崔引 蒋晗忻/摄扫码
签约月捐

中小微出口信用险统保平台正式投用

8月3日,宁波市口岸办联合宁波市商务局,依托中国(宁波)国际贸易“单一窗口”,建成的中小微出口信用险数字化统保平台(以下简称平台)正式投用,为全市约2.6万家中小微外贸企业开拓国际市场筑牢风险屏障。

据宁波市口岸办相关负责人介绍,该平台精准破解中小微出口企业普遍存在的风险保障不足、融资增信偏弱、办事流程繁琐三大难题。

主要实现以下功能:一是,打通数据通道,实现“一网通办”。平台首次完成与中国信保、中国人保、中国太保三家机构的系统直连,依托“单一窗口”贸易大数据,企业授权后可自动匹配参保资质,一站式线上投保、核保进度查询、电子保单下载,破解多头申报、重复投保难题,有效降低企业制度性交易成本。

二是,深化部门协同,构建服务生态。平台融合口岸数字化改革与商务稳外贸工作职能,统筹归集政务、保险、风控、融资服务资源,建立跨部门、多保险机构协同服务中小微外贸企业长效机制。

三是,创新政险供给,推动政策直达。平台同步上线政策性、商业两类信保产品,依托平台数据精准筛查中小微出口主体,主动推送参保提醒与政策红利,保障普惠政策应享尽享,提升中小微外贸企业开拓国际市场抗风险能力。

记者 严瑾 通讯员 涌口岸