

“阿县”请客 | 卖豆腐起家的他摆下感恩宴 接连9天邀老街坊一起吃

记 者 王博
通讯员 徐波 王璨

昨天中午，素香斋忆江南店内暖意融融。店主陈县自发举办感恩宴，邀请邻里长辈进店免费吃午饭。据介绍，此次设宴从9月22日开始，持续至9月30日。

陈县祖籍台州，从小在忆江南村长大，没读过多少书，早年靠卖豆腐起家。生意最红火的时候，他一天可以卖掉各类豆制品两万多斤。打拼多年后，他在忆江南小区附近开了一家名为“素香斋”的素食餐厅。多年前，忆江南小区还未

村改居时，被称为忆江南村。陈县一直住在这里，在周边菜市场里卖豆腐。

“这家餐厅是我人到中年开启的全新事业。之所以把餐厅开在这里，一来离家近，做事方便；二来我对这里有着深厚的感情。”陈县告诉记者，多年来，这些长辈愿意买他的豆腐，默默支持他的小生意。这份恩情，他终生难忘。一顿饭虽花费不多，但饱含一份心意。他通过小区业主群、自己的朋友圈向邻里长辈发出邀约，前来就餐的长辈既不用出示身份证，也不用刷脸登记，随到随吃。

当天一早，陈县与妻子早早进入后厨忙碌，备菜、烹煮、摆盘有条不紊，20道素菜轮番上桌。考虑到老年长辈的饮食习惯，他特意要求所有菜品软烂适中、少糖少盐。

中午11时许，邻里长辈们陆续到场用餐。席间，陈县在厨房、前厅两头跑，不仅第一时间将热气腾腾的菜肴送上餐桌，还挨桌给老人倒茶水、倒豆浆，让大家吃好喝好。

“阿县这孩子，我从小看着他长大！以前卖豆腐，他从不缺斤短两，到了傍晚不新鲜的豆腐宁可倒掉也不售卖，一直特别实诚。”

“这些年，阿县始终不忘我们

这些老街坊，路上遇见总会热情打招呼，邻里谁家遇上难处，他都乐意伸手帮忙。”

……

席间，邻里长辈们对陈县赞不绝口，一口一个“阿县”，称呼既亲切又暖心。

“我还是小伙子的时候，叔叔阿姨都还年轻，如今他们大多上了年纪，不少人还要在家带孙辈，也不全住在小区里。所以我特意拉长宴请时段，大家哪天有空就哪天来。”陈县说。除免费就餐外，宴席期间还将不定期穿插越剧表演，为到场老人助兴。

宁波“00后”小伙世界技能大赛摘银

18小时修“钢铁巨兽”，全英文汇报

记 者 李睿清
通讯员 贾磊利 任社

前天，第48届世界技能大赛落幕。来自宁波的“00后”小将周乐在“重型车辆维修”项目中摘得银牌。

“重型车辆维修”项目要求选手在18小时内，完成柴油发动机、液压系统、整车电器、传动系统、转向制动和底盘、车辆空调6大模块的故障诊断与检修。本届大赛比赛用车涉及4大品牌、7类车型，其中部分车型未在國內上市，加之全英文比赛环境，重重难关让这位“00后”小将压力倍增。

“最难的是口语关。”周乐说。本届大赛考题更贴近真实4S店检修场景，选手需根据故障表现逐一排查原因，并用英文向裁判汇报。相比来自美国、加拿大等英语国家的选手，他面临的挑战更为艰巨。“虽然难，但可以适应。此前训练中我曾与外国选手交锋，也曾赴澳大利亚参加过全球挑战赛，这些帮我提前熟悉了国际赛事氛围。”

“重型车辆维修”项目素有“铁人三项”之称。一个车轮就有近一人高，即便是一颗螺栓，紧固扭矩也达500牛·米至700牛·米。比赛6大模块，完成一个就要耗费3小时。最紧张的一天，周乐要围着这台“钢铁巨兽”忙碌6小时。

从早上6点起床准备，到下午5点比赛结束，晚上还要温习检修手法。4天下来，这个身形有些单薄的少年撑到了极限。

“比赛结束了，打算好好睡一觉。”赛后见到记者时，这名刚满20岁的小伙子笑得有些俏皮。

比赛期间突发的感冒，更让他经历了一场“背水一战”。第一天赛程结束后，周乐因感冒引发咽喉炎，额头发烫、喉咙肿痛，难以入睡。“比赛时我一直咳嗽，裁判都看不下去了，给我递水喝。”回忆起这段经历，他有些不好意思地笑了笑。

然而，身体的不适并没有让他放慢手上的动作。每一次俯身检查、每一次拧紧螺栓，他都在心里告诉自己：再坚持一下，再精准一点。正是这份韧劲，让他在强手如林的赛场上稳稳守住了自己的节奏。

赛程艰难，但周乐觉得一切很值得。“世界技能大赛，每人只允许参加一次。这个机会太难得了，付出再多我也愿意。”他说，与各国选手切磋交流，让他收获颇多。

回忆5年前的中考，因几分之差，周乐与普高失之交臂。当时他对学习技能仍有几分顾虑。如今，站在世界领奖台上，他的看法已悄然改变：“学习技能照样能改变人生。说真的，我特别感谢自己当年的选择。”

从2022年起至今，宁波选手在世界技能大赛中已获得3金1银1优胜。其中，“重型车辆维修”项目表现尤为突出，宁波连续三届派出选手登上世赛舞台，并斩获我国在该项目上的首金。

技能得以传承，人才也备受尊重。“重型车辆维修”项目教练、宁波技师学院教师高吉表示，当前学校相关专业学生就业率达98%，就业单位多为宁波及国内知名企业，部分学生还会被派往国外承担检修、培训任务，年薪可达30万元。“世界技能大赛让这一原本小众的技能走向大众，也让技能人才的价值被社会看见、承认。”



比赛结束后周乐（左）与他国选手合影。（通讯员供图）

“免费高速”遇上小雨和出游热 国庆出行交警提醒盯紧三大要素

记 者 王晓峰
通讯员 徐莹莹 徐晨杰

2026年国庆假期即将开启，届时“高速免费通行”，又将迎来一波交通出行高峰。根据天气预报，国庆假期前半段以小雨天气为主，会给交通出行安全带来不利影响。

为确保全市道路交通安全、有序、畅通，宁波交警根据往年假期出行规律发布提醒，请大家注意三大要素——节前最后一个工作日、高速出行、景区游。

首先是“节前最后一个工作日”。这一天，会有一部分市民抢先开启回家之旅。因此，从午后起，城区开始出现出城小高峰；晚高峰到来时，这一趋势更为明显——各大高速口及连接道路会出现车辆短时排队。晚上10点后，还会有一波出城小高峰，为的就是赶上“高速免费通行”时间。

不过，从最近几次假期的出行情况看，情况有新变化——夜间提前出发的人越来越多：节前最后一个工作日晚，高速就进入全线大

流量状态。市民王先生说：“吃完晚饭，我就上高速回家。我宁可掏高速通行费，也不想被堵在路上。”

其次是“高速出行”。每逢假期，宁波交通出行特点以“流出型”为主。因此，假期前半段以出城交通流为主，后半段则是返程流。并且，出城交通流较为集中，多集中在假期首日；而返程交通流则较为分散，从假期第四天开始至假期最后一天。

另外，宁波高速出行还有一大特点——往南几条高速线路很堵。今年的情况大致相同，但也可能出现变化：因为随着轨道交通12号线开通，前往象山更方便了，甬莞高速或将“减负”。

最后是“景区游”。因为12号线开通，前往象山游玩的市民络绎不绝。这个国庆假期，交警预测，景区游热度会进一步攀升，同样意味着拥堵会进一步加剧。



扫码查看国庆假期出行提醒

亚运宁波时刻

再夺一金 陈妤颀助力中国队接力夺冠

本报讯（记者龚旭琪）昨晚，2026年爱知·名古屋亚运会田径项目比赛进入倒数第二个比赛日。在女子4×100米接力决赛中，宁波17岁小将陈妤颀与队友并肩出战，帮助中国队以42秒96的成绩获得冠军。继此前在女子100米项目中夺冠并打破赛会纪录，以及女子200米摘银后，陈妤颀又一次站在了亚运赛场的聚光灯下。

本场女子4×100米接力决赛，中国队由梁小静、刘国怡、刘峡君和陈妤颀出战，陈妤颀担任第四棒。

发令枪响后，第一棒梁小静起跑迅速，随后是刘国怡，后者帮助中国队稳住优势。紧接着是第三棒刘峡君，她在弯道发挥出色。来到第四棒，中国队交接棒顺利，陈妤颀全力

冲刺。42秒96，陈妤颀第一个冲过终点，中国队获得金牌。

前一个比赛日，陈妤颀在结束女子200米决赛后提到，由于体能消耗很大，她没有参加女子4×100米接力预赛，但她表示，“无论如何我都会做好自己，全力出战。”如今来到决赛，陈妤颀用行动给出了证明。

今年全国田径锦标赛期间，谈到中国女子接力队的亚运备战，陈妤颀表示，队伍一直在打磨交接棒，“先是原地交接，再慢慢转向区域交接”，随着速度不断提升，对交接时机和默契的要求也越来越高。“大家从上半年一直配合到现在，练得还是非常不错的。”陈妤颀说。

此外，在男子4×400米预赛中，宁波选手丁文豪帮助中国队以3分02秒15的成绩晋级决赛。

快门声响 定格40组新业态家庭的团圆

记者 郭婷茜 通讯员 吴倩

“这是我们家第一张全家福。”9月27日上午，镇海区骆驼西大河公园内喜气洋洋，从事物业管理服务的徐青剑用指尖摩挲着刚拿到手的全家福，笑逐颜开。

这一幕，来自镇海区公益全家福拍摄活动现场。当天，40组新业态家庭在此定格温馨而珍贵的瞬间。

徐青剑来自浙江衢州，今年44岁，在镇海工作已有九个年头。今年中秋，由于工作原因无法返乡团圆，他把在老家务农的父母接到身边团聚。这张全家福，他期待已久，也是特意为父母准备的一份惊喜。

当天上午抵达拍摄地点后，徐青剑的母亲还有些局促，小声问道：“这里拍照要不要花钱？”得到工作人员“完全免费”的答复后，她紧锁的眉头才渐渐舒展开来，随即扭头轻声叮嘱儿子：“你也不早说，我好提前收拾一下。”话音未落，她已开始整理发型、抚平衣角，脸上漾开了笑意。

咔嚓几声，拍摄完毕。几分钟后，徐青剑从工作人员手中接

过装裱精美的照片，双眼里有些湿润。“以前要么父母不在身边，要么孩子在外读书，平时拍照都是用手机随手一拍，回头想想，这竟然是我们家第一张真正的全家福。”徐青剑说。

从事环卫相关工作的杨新明脸上同样洋溢着幸福。今年56岁的他，来宁波已有二十多年，早已把这里当成了第二故乡。当天，他带着妻子、儿子、儿媳和孙子一同前来。“虽然大家都生活在宁波，但平时各忙各的，难得有机会这样正式地聚在一起。”杨新明说。

拍摄现场，温馨的场面不断上演。有拍完照的阿姨拿着刚装好照片的相框，主动向排队家庭“安利”：“你看看，这拍得真好，一点不输照相馆。”许多家庭拍完照仍不愿离去，主动帮着维持秩序、引导陆续前来的家庭。还有原本是路过遛娃的市民，看到热闹的场景也想参与，工作人员笑着指引他们报名下一期活动。

除了拍摄服务，现场还同步设置了工会暖心集市、维权政策咨询、微心愿墙等专区，将助农展销、健康关爱等便民服务送到职工身边。

一张全家福，拍下的是团圆，凝聚的是人心。

说说身边事 给你提个醒

“真取消”遇上“假客服” 国庆出行当心这类“精准”诈骗

记者 王晓峰 通讯员 鄞公宣

每逢长假，电诈就会借机兴风作浪，今年国庆假期也不例外。昨天，记者从宁波多地反诈中心获悉，节日期间，涉娃诈骗、机票退改签诈骗及虚假购物服务类骗局或将多发。“今年尤其要防范机票退改签骗局，因为出现了新套路。”反诈民警说。

近期，鄞州已发生多起机票退改签诈骗案。东胜派出所接到的一起报警更出人意料——“航班取消”竟然是真的。

前不久，市民王先生（化名）接到自称某航空公司工作人员的电话。对方称，其预订航班因机械故障取消，可办理退改签，还能领取额外补偿金。

“我特意去购票平台查了，发现航班确实被取消，就信了。”王先生说。随后，他在“工作人员”引导下登录所谓“民航局”网站，联系在线客服“办理退款”。王先生事后说：“被骗后才发现，那个网站其实是钓鱼网站。”

王先生连续扫描了“客服”提供的多个二维码，支付所谓“验证金”近5000元。付款后，“退款”却迟迟未到账。随后，对方又以“退款流程未完成”为由，要求王先生继续转账，称要“完成流程”。

在对方持续诱导下，王先生又分两笔转账，并下载了对方指

定的App办理“退款”。直到被骗金额超过2.3万元，他才意识到自己被骗。

“‘航班取消’是真的，这显然更具迷惑性。”反诈民警说，“取信于受害人，是诈骗的基础。受害人一旦相信了第一步，后面的转账就容易多了。这个案例说明，骗子的‘情报工作’很精准，大家更要提高反诈意识，多方位核实信息真假。”

这个案例中，还有一种情况也需注意——机票退改签骗局叠加涉诈App。

新城派出所也接到了类似警情。一名女子报警，称其接到“航班取消”的来电后信以为真，在对方诱导下登录钓鱼网站、下载涉诈App，并开启手机屏幕共享。

屏幕共享一旦开启，骗子便可将女子手机上的信息尽收眼底。随后，骗子又引导女子打开第三方支付平台，关闭部分安全设置，快速转走其钱财。

反诈民警提醒，市民无论出发还是返程，接到“航班取消”“延误改签”“理赔补偿”等电话、短信，都不能直接按对方指引操作；即便自己查询到航班确有变动，也要通过航空公司官方客服、官方App或原购票平台核实。

不要点击陌生链接、扫描陌生二维码，不要下载来源不明的App，更不要开启屏幕共享或向陌生账户转账。

如遇可疑情况，请立即挂断并拨打96110咨询。



水上游线路多。（通讯员供图）

国庆水上游“上新”

本报讯（记者金鹭 通讯员宋兵 何必高）记者昨天从市港航管理中心了解到，国庆假期，宁波将依托东钱湖、象山石浦、三江口等水上资源，推出系列水上游线和游船活动，推动交通与旅游融合发展。

东钱湖围绕“钱湖泛舟·国庆舟行航线”主题，推出湖滨码头“祈福财神线”、韩岭码头“荆公治水线”。环湖游约30分钟，游客可边游边听本土千年历史民俗故事。

水上交通班船设南北两条航线：北湖线自湖滨码头出发，经水上观音至下水码头；南湖线自湖心码头出发，经水上花田至韩岭古村码头，单程25元，串联湖滨、小普陀、湖心、韩岭等主要码头，实现“下船即景、上船即达”。

象山石浦“渔光曲”游船于10月1日至7日推出“潮燃石浦·山海漫游”海上嘉年华活动。其中，凌海飞“鲜”航线于10月2日至5日的15时、16时开航，票价99元/人。

游客可环港漫游，欣赏渔港堤坝、滨海风貌，聆听民谣与海岸轻音乐，参与趣味互动，品鉴本地当日新鲜海产，感受石浦海洋文化魅力。

三江夜游国庆期间加密航班，18:00至22:00每隔20分钟发船，游览约50分钟，银联云闪付购票立减30元。

港航部门建议，前往东钱湖可乘轨道交通4号线至东钱湖站换乘；前往石浦可乘轨道交通12号线至大目湾站换乘旅游直通车。