

让健身成为一种风尚

——记白峰峰城社区武术健身队

社会风尚

引领工程

□本刊记者 卢江丽

家住白峰镇峰城社区的黄菊庭今年已年逾八旬，练习太极近 10 年。每天早上和晚上，如果没什么事，她准会出现在社区的健身广场健身。“她看起来身体还很棒，估计这跟练太极拳有关吧。”附近有居民羡慕地说道。

像黄菊庭一样积极参与太极武术健身的人在峰城社区共有 50 多位，他们是社区武术健身队队员。这支武术健身队发展于 2006 年，自队伍组建以来，每天清晨认真练习太极武术，队员们互相交流，互相提高，健身项目包括太极拳、剑、刀、扇等。

乐尧久是健身队的队长，也是骨干和元老。他说，十七八年前，他到宁波市区帮忙带孙辈，得空闲的时候，看到别人练习太极拳，觉得很有意思，就跑到附近的太极馆练习。“当时，师从在全国得过奖的陈萍老师。”乐尧久说，接触之



图为峰城社区武术健身队队员们在表演节目（陈初蕾 摄）

后，他对太极的喜爱一发不可收拾。

“我原先空闲的时候经常会和几个朋友打打麻将。由于缺乏锻炼，身体也出现了点问题，腰椎间盘突出严重的时候，真是疼痛难忍。”乐尧久告诉记者，自从放弃打麻将，开始练习太极之后，身体慢慢变得健朗。“天天跟大家接触，人也变得更活泼了。”

乐尧久回到白峰后，就开始将原先爱好太极的“散户”组织集中起来，大家一起锻炼，对自己所学他也“倾囊相授”。有时，还会邀请市里的高手来给大家作指导。就这样，健身队的队员也从最初的两三个人，发展到现在的数十人。太极健身如今在白峰正呈“星星之火可以燎原”的态势，“其他社区和村也逐步组建了武术健身队伍，整个镇里现

在已经发展了 200 多名队员。”乐尧久说。

逢年过节或是社区有活动的时候，健身队也会提供表演节目参与庆祝活动。“不论是四十二式太极剑，还是三十六式太极扇，我们都能应付自如。”记者了解到，峰城社区武术健身队还在省武术比赛中两次获得团体二等奖，获得过个人金牌 10 枚。

据介绍，为了让队员展示更加专业的风采，健身队还开设了太极武术健身长期培训班，并与兄弟单位举办交流会，为大家提供学习交流环境。另外，社区在资金、器材、场地等多方面支持，也为武术太极健身活动的发展提供了有效保证。除了健身队自行筹款，社区甚至每年提供培训、表演、购买服装道具等部分经费。

“这几年居民生活水平不断提高，越来越多的人开始关注健康，很多健身组织也相继成立。峰城社区武术健身队就是其中一支，他们是居民自发组织形成的队伍。”白峰镇副镇长章春华介绍，这支武术健身队通过表演、比赛等活跃于居民生活，增强了居民投身社区建设的凝聚力和向心力。现在，日常健身锻炼在这里已经成为一种习惯、一种风尚。

花海遇见爱

春意渐浓，百花盛开，正是一年中油菜花开得最盛的时候。近日，十多位春晓工业园区的企业职工来到小岙塘油菜花基地，在宁职院摄影志愿者的镜头下，记录下甜蜜的爱情和温馨的亲情。据了解，这是春晓街道“外来青年走春晓”系列活动之一，通过一系列公益志愿活动，向社会宣传文明互助、环保健康、慈孝敬老等理念，架起企业青年走近春晓、了解春晓、融入春晓、扎根春晓的平台和桥梁。

（记者 王涵真 通讯员 张彦彦 王丹怡 摄影报道）



部分地铁口违停扎堆

□本刊记者 蔡晓馨

轨道交通 1 号线二期开通后，不少以前开私家车上班的市民，会选择将自己的爱车停在地铁站点周边，然后换乘地铁出行。然而记者发现，近来有不少市民直接将车子停到了地铁口边的马路上，不但影响了市容，也带来了一定的安全隐患。

非机动车道上排长龙

3月26日上午10点，记者来到轨道交通 1 号线二期长江路站，只见 A 出口旁的非机动车道上已经整齐划一地停了一排私家车，车龙一直延伸到了百米远外的渭河路

路口。

“这些车的车主大多数都是把车停在这里，然后换乘地铁去宁波的。”富邦世纪商业广场的一位保安告诉记者，自从地铁开通后，在这条非机动车上停放的私家车就多了起来，几乎每天都有三四十辆。“由于私家车停得太多，把广场旁的出租车上客点都占了，如果有乘客在这里上下车，原本还算宽的路面一下子就变得拥挤了。”

同样的情况在不远处的中河路站也一样存在。上午 10 点半，中河路站 A、B 两个出口旁的非机动车道上已经停了至少十几辆私家车，就在记者驻足采访的十几分钟时间里，又陆续有三辆私家车径直开到非机动车道上，挨着其他车辆的尾巴停放。

乱停车多为图方便

记者在采访中发现，多数司机选择将车停放在非机动车道上只是觉得这样更方便。据司机邓先生介绍，他和朋友约了去宁波吃饭，感觉车放在这里方便些，而且他认为富邦的停车场路太远。而另一位车主严先生则告诉记者，看到大家都在停，自己也就在这里停靠了。

在这两个地铁站，其实都有专门的免费换乘停车场。是不是停车场太远才致使这些私家车主将车停放在非机动车道上呢？为此，记者专门驾车去了两个地铁免费换乘停车场——富邦世纪商业广场地下停车场和银泰城地下停车场，进行了

一番测试。

记者从富邦世纪商业广场地下停车场的渭河路入口进入停车场，在取停车卡的时候注意到旁边的电子显示屏显示，停车场目前仍有 210 个空位。进入停车场后，记者立刻就找到了车位，乘坐最近的电梯抵达地面后，快步走到长江路站，共耗时 10 分钟。随后记者又来到银泰城地下停车场，进入停车场时正值中午用餐高峰，可即使如此，记者也在四分钟后找到了车位，直到走到中河路站共耗时 12 分钟。

记者从区交警部门获悉，对于近期违停车辆，交警部门将以劝导为主，劝导到附近的停车场，但再过一段时间就要开始处罚了。因此在这里换乘的车主们还是不要怕麻烦，将车停到附近的免费换乘停车场。

以享受 85 折优惠。”上述负责人介绍。

除了“给力”的利率优惠，农业银行针对农民群体的个人住房贷款产品“农民安家贷”在北仑开始发放。据农行北仑支行相关负责人介绍，这款产品不但办理手续简化，收费降低，还针对农民收入的季节性特点，除按月外，增加了按季、半年或按年的灵活还款方式，不仅有利于让更多的“新北仑人”安居乐业，同时能够扩大住房消费，促进房地产去库存。

净网行动

黑外卖无处藏身

本刊讯（记者 廖俊利 通讯员 洪健 李波）央视 3·15 晚会曝光网上外卖平台存在餐厅安全堪忧、商家虚构地址、申请开店无证照等问题，让不少平时热衷于在网上订餐的消费者心里不禁对网络食品安全亮起了“红灯”。针对这一现象，近日，区市场监管局正式启动网络订餐净网行动。

上周，该局对区内学校周边、商务集中区、城中村等学生、白领、职工等人员集中区域，共计 130 余家餐饮单位进行了检查，打响净网行动的第一枪。从这些餐饮单位共抽检面包糕点、肉类、食用油、蔬菜等食品 15 份，餐具 18 份。

该局餐保科一位工作人员介绍，第一轮除了抽检食品、餐具，还要查看每个经营户的相关证件以及食品操作卫生情况。“因为目前还没有网络平台提供的第一手数据资料，所以主要针对于这些区域内有外卖标识的实体店进行检查。饿了么、美团外卖、百度外卖等主要网络订餐交易平

台都在检查范围内。对于食品、餐具等的抽检，后期也会不间断不定期开展。”该工作人员介绍说。

据悉，本次净网行动主要针对网上外卖实体店餐饮服务提供者资质证明、许可信息和网店信息是否一致、从业人员体检培训、环境卫生、设施设备、原料采购索证索票验收、加工制作、成品运输、食品添加剂使用、餐具清洗消毒等是否符合规范要求。该工作人员介绍说：“对于重点检查项目和抽检品种比较灵活机动，会根据每个商家不同的业态和经营项目来开展工作。”

由于网络订餐交易平台间的餐饮单位存在信息重复交叉情况，该局下一步的净网工作将依据网络平台反馈的数据开展，对网络平台上的外卖网店进一步梳理，督促网络订餐平台严格履行《食品安全法》等相关法律法规赋予的责任和义务。此外，还会引导群众和订餐行业积极参与监督举报，形成社会共治合力挤压“黑外卖”的空间。

香港同胞

千里寻根乡情浓

本刊讯（记者 卢江丽 通讯员 沈静萍 陈梦婷）近日，来自香港的企业家徐超政在区侨联、小港街道党工委及侨联有关负责人的陪同下来到枫林社区寻根。

今年 72 岁的徐超政是经济学家徐青甫的小孙女。她与徐青甫感情深厚，一直深受爷爷的悉心教导，也一直想回到爷爷的祖籍，感受爷爷曾经生活的故乡。在热心华侨和侨联的牵线搭桥下，徐超政老人终于来到了爷爷曾经生活过的土地

上，她一路聆听，拍摄记录，努力将爷爷故乡的一景一物都细致地记录下来。

徐超政参观了枫林社区文化礼堂，并仔细阅读了有关徐青甫老人的记叙，她还讲述了很多老人生前不为人知的细节故事。徐超政还来到徐家宗祠旧址。虽然徐氏祖宅不再，但她还是感慨：“终于找到啦！那么多年，我一直想回来看看，以后有机会我一定带着孙子、孙女再回来看看我爷爷生活过的地方。”

环卫工人

拾金不昧暖人心

本刊讯（记者 余蛟蛟 通讯员 陈红 陈虹兵）3 月 24 日中午，环卫工人王宝良在清扫新碶大同村七彩虹一楼公共厕所时，发现一只黄色女士手提包，里面有身份证、残疾证、钱包现金等物品。他原地等了近一个小时，终于等来失主谢女士前来寻找。经核对他交还了包，并拒绝了谢女士的谢礼。据了解，王宝良曾多次拾金不昧。

当天中午 12 点半左右，王宝良像往常一样吃过午饭来清扫公厕。在清理好门上的小广告后，他无意间看到女卫生间一个挂钩上挂着一个黄色手提包。“当时我就在想，丢了包的人肯定着急死了，这么一直挂着要是被人拿走就不好了。”王宝良说，他打开包看了一下，发现有几张一百元的现金，便用报纸、尼龙袋将手提包裹了起来。

王宝良告诉记者，他这样做，是担心有人看到包的样子来冒领。打扫完公厕后，他便一直在公厕的一个储物间里等着失主来寻包。

半个多小时过去了，终于一位腿脚不灵便的女士前来寻找。王宝良看到这位女士很着急的样

子，便安慰地说道：“你不要着急，我确实捡到一个包，但我们去找环卫工人或是村里的领导来确认，这个包是不是你的。”由于新碶环卫站比较远，他们便就近来到大同村委会。

在很多人的见证下，这位女士说出了钱包里有身份证、大约七八百元钱、数张银行卡以及残疾证。王宝良这才放心地将手提包归还给了这位女士。大同村委会工作人员小陈告诉记者，失主姓谢，开残的，经常在这附近出现。谢女士找到了钱包，非要感谢王宝良，还买了水果要送给他，但都被她婉拒了。

王宝良今年 65 岁，新碶大同村人，是低保户。小陈说，王宝良家庭比较贫困，妻子精神有疾病，几年前生病，之后一直在家休息，儿子小时候也生过病，至今没有找到工作，全家都要靠着王宝良一个人，生活很拮据。而王宝良拾金不昧已经很多次了，他这种学雷锋、做好事、坚决不收失主谢礼的良好品德值得学习。

对此，王宝良只是说，钱他也很喜欢，但不是自己的钱坚决不能要。

（上接第一版）启用智能公交调度中心，优化调整公交线路，着力解决部分路段交通拥堵和部分区域群众出行难问题。推进甬港变、灵岩变、昆亭变等输变电工程。

城市就像一个生命体，景观面貌是城市的“形”，功能内涵是城市的“神”。形神兼备、秀外慧中的城市，才是让人充满幸福感的宜居之城，也才是品质之城。近年来，我区坚持精细化设计，深入推进“多规融合”，做好城市重点区块土地出让及项目开工保障等工作，进一步完善城市功能形象。如今，中心城区西门户总部基地基本建成，农工商、东方港城等项目有力推进，凤洋一路两侧区域“退二进三”取得进展，滨海新城龙湖综合体主体结顶、世茂希尔顿酒店建成营运……我区还将依托山、河、海、港、湾等资源禀赋，实施精品化工程，积极推进北仑山滨海公

园、滨江梦里水乡湿地公园等独具特色的城市地标规划建设，提升北仑城市形象辨识度。

银泰城、富邦商业广场、华生家居广场等一批功能性项目在“十二五”期间建成投用，进一步提升了我的商贸服务功能。“十三五”期间，我区将推进核心商务区东西向扩容，建成投用总部基地、中青文化广场，大力发展城市经济，进一步聚集人气、商气。另外，依托产业、立足乡土、挖掘历史，培育建设一批特色小镇。深入实施背街小巷整治，推进老旧小区、棚户区及城中村改造、危旧房解危。优化城市功能布局，加快集装箱场整治提升，推进北仑农产品批发市场、柴桥蔬菜批发市场和新华昌、长胜货柜搬迁。加强城市精细化管理，深化群租群居、餐饮扰民、违章停车、流动摊贩、城市“牛皮癣”、非住宅改变用途等治理。

遗失启事

张皓天，遗失出生医学证明，号码为：330324052，声明作废。