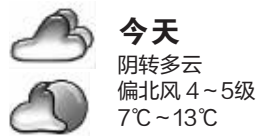


“好牛奶是养出来的”。宁波牛奶集团温馨提醒：

宁波市气象台昨日16时发布



今天

阴转多云
偏北风4~5级
7℃~13℃



明天

晴到多云
偏北风3~4级
2℃~14℃



后天

晴到多云
偏北风3~4级
3℃~16℃

承承看天

近期气温起伏较大 冬装别急着脱

据市气象台消息，昨天夜里，冷空气抵达我市。受其影响，今天早晨前后，“横插一脚”来捣乱的雨水就会停了。

冷空气带来的最大影响是大风。市气象台昨天14时17分发布大风黄色预警信号，称受冷空气影响，昨天半夜到今天我市沿海海面会有9级大风，外海海面有9~10级偏北大风。对市区来说，今天也会有4~5级偏北风，明天转为3~4级。

再来看看降温。据市气象台预报，今天我市最低气温6~8℃，最高气温12~14℃。看着好像并不算低，日均气温在10℃左右，俨然一副春天的节奏，但是考虑到昨天市区最低气温也有12.6℃，冷空气的“速冻”效果就很明显了。

尽管气温不算低，但由于短时间内起伏较大，若不及时调整衣物，还是很容易感冒的。

石承承

每天一句宁波话

词条：症浪

解释：晕船

例句：我要症浪哦。[我会晕船的。]



钱元平 辑录
任山麓 配图

动态

浙大与我市合作启动 9211人才专项支持计划

宁波市和浙江大学名城名校合作再结硕果。昨日，双方合作启动“9211人才专项支持计划”，17位知名学者被聘为首批教授。这些教授，都是浙江大学乃至全国知名的专家学者，很多都是国内顶尖的教授和教学名师，他们的研究领域也与宁波的产业结构布局比较一致，与宁波理工学院的优势学科专业高度吻合。

“9211计划”是浙江大学和宁波市政府进一步深化战略合作，即浙江大学在今后3年内增派9名知名教授到浙大宁波理工学院担任兼职特聘学科领航教授，选派20名教学名师或(专家)到学院担任教学卓越教授指导教学工作，以及开展1项干部教师挂职计划和1项青年教师博士学位提升计划，宁波市政府对学院高层次人才队伍建设按实给予一定比例的经费资助。

李臻 孙桂荣

2014年普网工程开始报名

由市科协组织的“普及计算机网络知识教育工程”(简称“普网工程”)2014年培训工作已全面启动。有意参加培训的市民可在全市97个教学点就近报名学习，免费培训。

今年普网工程全市计划培训2万名“电脑盲”市民，培训内容为电脑网络基础知识和日常生活中常用的电脑操作技能，以教员面授、学员上机操作相结合的方式开展培训。各教学点地址、电话等详细情况可登录宁波科协网(www.nbast.org.cn)查询，也可询问当地科协。

卢科霞 王国英

活动

“宁波医保面面观”15日开讲

3月15日(周六)下午2点，宁波市医疗保险管理中心副主任陈英将做客“天一讲堂”，在宁波市图书馆三楼报告厅作题为“宁波医保面面观”讲座。

林旻 洪敏

周日有场“诚信与未来”讲座

3月16日上午9:30，在宁波市青少年宫报告厅，将举行2014宁波市青少年成长论坛“社会主义核心价值观”系列讲座第一讲“诚信与未来”。“当代雷锋”全国道德模范孙茂芳、宁波“最美女儿”方亚儿、少先队员毛磊磊将为大家讲述他们的故事，并与现场听众互动交流。欢迎各位老师、学生、家长聆听讲座。

领票时间：2014年3月13日~3月15日；领票地点：宁波市海曙区柳汀街191号宁波市青少年宫服务大厅。

卢科霞 俞志定

“妈妈赶集”走进宋诏桥幼儿园



3月11日下午，妈妈赶集家庭环保总动员公益活动第39站走进桑菊社区宋诏桥幼儿园。

“我今天买的这个是小熊，我最喜欢熊宝宝了。”小三班的陈芊羽小朋友一直牵着妈妈选购物品，陈妈妈虽说是第一次参加赶集活动，但看到是爱心义卖，果断鼓励孩子参加选购。除了孩子们的积极参与，家长们也非常支持。本次“妈妈赶集”家庭环保公益活动一共筹集到3419元，这些钱将通过桑菊社区捐助给社区内的贫困居民。

孙肖 王鹏 史丽娜 陈娇娇

这些环保制品很特别



昨日，“绿色万里”开幕式暨“环保与历史”大型主题活动在浙江万里学院举行，学生制作的各种环保制品，比如用废旧纸板做成的家具、垂直森林模型、宁波博物馆模型，让大家眼前一亮。

那些造型各异的桌椅、茶几、储物柜等成套家具，结合结构工程学的设计理念，利用木材在加工过程中产生的边角料，混合其他板材、商品废旧包装等进行简单的折叠、剪切、穿插等，构成了创意十足、功能完备的家具。

历时两个星期制作的高达2米的“垂直森林”模型，借鉴了世界顶尖绿色建筑的设计概念，下一步还打算在市中心的广场展出，向广大市民传递绿色环保的理念。

李臻 严希希 郭淑文

健康

中医名家介绍药食两用品

3月20日下午2时，由市中医药学会和市中医院联合举办的“中医名家大讲堂”第十五期将在宁波市中医院三楼多功能厅开讲。本次名家大讲堂由浙江省名中医、主任中医师王明如主讲，介绍几种常见药食两用品。

讲座分别从现代药用研究角度、食用角度及使用注意三个方面，介绍橘子、红枣、山药、核桃、生姜、枸杞等近二十种药食两用品，对市民进行科普及药食用分析。有兴趣的市民可到市中医院一楼总服务台免费领取，领完为止。

夏梦雪 鲍洁洁

今天有慢性肾病义诊活动

3月13日是世界肾脏日，今年的主题是《防治老年肾脏病》。李惠利医院组织肾内科专家于今天下午2:30~5:00在2号住院楼二楼学术报告厅举行慢性肾脏病知识讲座和义诊活动，杨金国主任医师主讲《延缓慢性肾脏病进展，达标是关键》，该科主任袁晓蕙主任医师等肾病专家在现场开展义诊，并免费检测尿常规，为有血尿者做相差显微镜尿红细胞形态检查，以初步明确血尿原因。欢迎老年朋友和肾脏病患者参加。

吕方伟

周六有自闭症公益讲座

主题：自闭症的理解与支持
时间：3月15日上午8:30报到，9:00开始授课。

地点：海曙区鼓楼沿历史文化街区督学行署(府桥街66号)。

主讲人：裴虹，曾是达敏学校教师，现为日本筑波大学心理身障碍咨询中心的咨询师兼华东师范大学学前教育与特殊教育学院客座副教授，专业从事自闭症儿童干预训练10年。

报名电话：87883850，李老师。

卢科霞 傅奇丹



孩子敏感胆小怎么办

3月21日晚上6点，妈妈大学公益俱乐部联合红黄蓝亲子园开展体验式父母课堂系列公益讲座，地址在宁波书城四号楼四楼红黄蓝亲子园。活动特邀金牌讲师全倩和单汉女共同为你解答育儿困惑。如果你也想参与体验式父母课堂，那就赶紧编辑“父母课堂+姓名+联系方式”发送至妈妈大学微信平台(微信号：youxiuamama)吧！名额限定15名，先到先得。

孙肖 肖立群

亲子声乐公益课堂开课

3月23日下午2点，妈妈大学首推快乐亲子声乐公益课堂在鄞州区潘火街道东莛幼儿园开课。

活动特邀拥有二十多年音乐教育经验的徐萍老师为孩子讲课，徐老师将通过声音游戏、声音热身、节奏练习、亲子互动等趣味环节，让孩子们学会倾听与分享，乐于歌唱敢于创造并提升乐感，培养健康向上的审美情操。如有需要参与此课堂的社区和幼儿园可以和我们联系，联系电话：87270000。更多详情可关注妈妈大学微信(微信号：youxiuamama)。

孙肖 肖立群

福彩

七乐彩 第2014028期

基本号：08 12 14 18 20 22 29 特别号：19

6+1 第2014028期

基本号：8 9 5 0 1 2 生肖码：狗

15选5 第2014063期

基本号：05 10 12 13 14 + 01 07

3D 第2014063期 开奖号：7 4 2

机票

明日部分国内航班票价信息

目的地	离站时间	折扣价	目的地	离站时间	折扣价
北京	7:45	710	青岛	20:15	550
北京	8:20	830	重庆	10:35	540
北京	10:45	710	重庆	10:50	620
北京	13:10	1180	重庆	11:10	770
北京/南苑	15:10	940	重庆	15:40	770
北京	17:10	头等舱	重庆	18:05	460
北京	19:10	1180	厦门	17:30	530
北京	21:20	830	厦门	22:35	530
北京	21:50	710	宜昌	19:15	520
广州	8:00	540	南昌	12:45	280
广州	9:55	740	大连	13:30	460
广州	11:10	830	大连	16:20	350
广州	13:30	710	大连	17:40	520
广州	14:40	1190	大连	18:40	460
广州	18:55	830	武汉	12:35	600
广州	19:10	830	武汉	16:00	450
广州	20:50	600	武汉	18:50	380
深圳	10:20	700	西安	7:40	550
深圳	11:40	640	昆明	8:00	1080
深圳	14:20	810	昆明	11:00	1260
深圳	15:30	640	昆明	14:30	1080
深圳	19:20	580	昆明	19:15	850
深圳	20:10	1160	海口	11:55	930
长沙	10:50	370	海口	12:55	780
长沙	11:10	370	海口	14:25	850
长沙	15:40	440	沈阳	15:15	820
长沙	12:20	1230	沈阳	11:45	690
成都	12:45	850	哈尔滨	19:50	520
成都	21:10	920	贵阳	12:35	630
青岛	10:00	400	贵阳	18:45	560
青岛	10:30	400	郑州	13:00	650
			郑州	14:30	650

注：按中航信电脑截至昨日17点的信息编制，仅供参考，以上价格均不含税。24小时售票热线：88886666,13336668686,市区内免费送票。

旅游

南京新玩法春游版出炉 邀您赏梅游湖玩转金陵

日程安排

第一天：早上宁波6:30农工商集合出发，车赴六朝古都南京，抵达后参观雨花台。之后游有“金陵明珠”之称的南京AAAA景区玄武湖。

晚上游览夫子庙，感受十里秦淮的繁华，可自费品尝秦淮特色小吃。

第二天：早餐后游览中山陵，再到世界文化遗产明孝陵，最后游览南京梅花山。

报价：60周岁老人以上298元/人(凭证件报名)，成人328元/人。发团日期：3月15日；天天商旅报名热线：4000828286；报名地址：海曙柳汀街397号(宁波妇女儿童医院西侧)；QQ群：320520653。

股市点评

指数调整反弹 板块效应有所不足

昨天指数延续调整格局，早盘市场低开，在银行、地产板块的护盘效应下曾一度翻红上行，但随着券商股的跳水，指数受拖累较为明显，太平洋一度跌停也使得早盘表现较好的国金证券盘中也出现快速调整，跌停个股数量快速增加。下午跟随中信银行冲击涨停板，银行股再次护盘，锂电池、矿物质、绿色照明形成小规模板块效应，指数虽然暂时稳住但板块效应没能有效扩散，新的热点依旧没有出现，导致市场人气短期聚拢仍旧存在一定困难。

操作上，市场每经历一波下跌后，投资者心态普遍会变得谨慎，持币观望等待成为了常态，这也是为何近期量能持续萎缩的原因，而这样的结果是导致反弹力度下降，前期大涨过的品种都会经历调整，这些板块要及时做好规避。策略上投资者以处理手中个股为主，一定要设置好止损止盈位，一旦触及就要果断操作，腾挪出来的仓位还是以观望为主，大盘环境没企稳、新的热点未形成之前暂不增加新的投资仓位。

民族证券宁波营业部 本文仅供参考

体彩

●大乐透第14028期:03 10 20 25 30+10 12;

●20选5第14063期:03 04 05 11 18;

●排列3排列5第14063期:4 7 8 2 8。

(中奖号码以彩票中心公告为准)