

如何让广场舞从噪声源变成风景线?

海曙白云街道推行广场舞公约



商报讯 (通讯员 张立 王思远 记者 石承承 刘骥文) 一直以来,广场舞因为噪声大影响市民生活而广受诟病。如何让广场舞从“噪声源”变成“风景线”?

昨天,海曙白云街道开始推行广场舞公约,主要内容是“三限”:限音量、限时段、限区域。

昨天晚上6点,记者在联南社区小区广场看到,广场舞大妈们已陆续聚集在一起,随着音乐翩跹起舞。只要天气允许,她们一般会跳到晚上8点半左右才结束。

64岁的沈绿波是白云街道云乐社区一支广场舞队伍的召集人,也是这次广场舞公约的发起人之一。

她的这支队伍如今已拥有近30名成员。随着人员的增加,场地的选择成了她们最大的烦恼。靠小区太近,对居民生活造成干扰。可离得太远,又不利于她们活动。3年来,她们先后换了六七个地方。

其间,云乐社区居委会还曾专门给她们辟出一间舞蹈室。但大家都不习惯,尤其是到夏天,待在房间里跳舞太



昨晚,海曙白云街道举行广场舞文明公约倡议签名。

闷热。现在,只有在天气不好,或者需要参加比赛时,她们才会到舞蹈室。

两个月前,沈绿波等人找到了一个新场地:金地小区中庭广场。“说实话,一开始也有居民反对。”沈绿波只好在播放机外面套上一个纸板箱,然后再套上一个泡沫塑料箱,目的是阻隔声音往上传播。

“我们还规定了,早上7点半前声音尽量调低,晚上8点半结束,不得影响居民休息。”沈绿波说,到目前为止,效果还算不错。

吃过晚饭后下楼散步,顺便看看广场舞,已经成为居民邱先生的一个习惯。他说,广场舞这样规范起来,不仅不会影响居民,还给社区增添了一抹亮点。

沈绿波说,也正是因为“广场舞大妈”平时的自我约束,使得这次《白云街道广场舞公约》的推行比较顺利。

根据公约,白云街道所有广场舞队伍的活动时间一般不早于6点半,不晚于21点(夏令),或不早于7点,不晚于20点半(冬令);持续时间不超过2小时,中午休息期间停止活动。活动声源处音量

一般不超过85分贝;在离声源最近的噪声敏感建筑物处,白天平均音量一般不超过60分贝,晚上平均音量一般不超过45分贝。

据了解,目前白云街道10个社区分布有18个场地,供大家跳广场舞。

海曙区教育局副局长、区体育局局长汪鹤飞说,要让更多小区接纳广场舞,首先广场舞的参与者本身必须自律,尽量采用小功率的音响设备;另一方面小区居民也要学会包容理解。这样,广场舞才能从“噪声源”变成“风景线”。



轻松一扫



网事

敬请关注

“活力百变营养早餐”活动继续报名



商报讯(记者 孙肖 实习生 张晨雯) 由东南商报携手宁波妈妈大学公益俱乐部、安利纽崔莱共同举办的“中国移动·最宁波月月评”之“活力百变营养早餐”活动自上周启动后,读者不断晒出自己的早餐。

微友“多多”晒出的是为家中老人和宝宝制作的一份金枪鱼青瓜鸡蛋饼卷。

微友“猫猫咪呀”利用木瓜、银耳、新鲜百合、枸杞、红枣,为自己炖了一碗养颜美容羹作为早餐。

“温岭米线配上胡萝卜、茭白丝炒鸡蛋,加入现成的牛肉片、虾仁、豆干,总之把自己喜欢吃的都可以一块儿平铺在麦卷筒的皮儿上。”微友“珍妮”的早餐“五彩麦卷筒”可谓色香味俱全!

而微友“迷路”的自制芦荟凤梨酸奶搭配煎蛋番茄三明治,清新可口,能为一整天生活带来舒适的开始。

目前,主办方已收到近40位微友的营养早餐图,“活力百变营养早餐”评选活动继续接受报名。每位参赛者可以发送一道亲自制作的早餐照片与简要说明,至商报“生活学会”官方微信(微信号:shenghuoxue-



微友“多多”自制的金枪鱼青瓜鸡蛋饼卷。

hui)。报名时请告知参赛者姓名、联系方式及参赛的作品名称。制作早餐类型不限。

前50位参加晒早餐的选手都将获得纽崔莱密封盒(2只装)、纽崔莱相册、安利小笔记本、安利行李袋、安利收纳包等奖品。

本次活动将在所有报名的选手中,通过“生活学会”微信平台投票和安利营养学家投票的方式相结合,按综合得分选出活力奖和百变奖各5名,他们将获得纽崔莱多种植物蛋白粉(400克)一瓶,并将参加6月28日下午在鄞州万达广场举行的2014蛋白质优享吧宁波站活动及颁奖典礼。

此外,主办方将在参与“生活学会”微信平台投票的微友中,抽取10名互动奖,他们将获得价值39元精美笔记本和鄞州万达影院换票券1张。

婴儿床上挂颜色鲜艳玩具 离宝宝眼睛太近易斗鸡眼



6月10日下午,由宁波市人口计生委、东南商报、海曙区人口计生局联合举办的“幸福海曙·生育知识普及”公益系列讲座第三站,来到了鼓楼街道。讲座邀请妈妈科学院“院士”、宁波妇儿医院小儿ICU主任吕勤,讲解新生儿喂养时涉及的相关问题。

“母乳是最好的营养品,任何食品都不能代替的。不过,生活中经常会遇到现实问题,许多患病妈妈,比如患乙型肝炎的

妈妈,在母乳喂养宝宝方面会纠结。其实,这种病症的母婴传播主要在临产或分娩时,通过胎盘或血液传播,并非哺乳传播,所以不用忌讳。如果实在担心,可以到医院做个母乳成分鉴定,让宝宝吃得更加放心。”吕勤医生强调。

对于新生儿的视力和听力,吕勤表示,这些都要等上一段时间“进化”,因为刚出生的宝宝只有对自己相隔10~15厘米的颜色或声音有反应,其他还都“看不见”“听不见”。在此,吕勤提到很多父母会在小床上挂一个颜色很艳的玩具,这个玩具千万别离宝宝的眼睛太近,否则很容易导致斗鸡眼。

记者 戎美容 通讯员 陈月波 马蝶翼 实习生 郭陈晨 徐茜茜

“宁波红人堂”今天分享泰国游记

商报微信栏目“宁波红人堂”红人小非,最近花6天时间游泰国,走了不少地方,也吃了不少美食……所有这些,汇集成一篇文章近5000字的游记,将在商报微信今天下午4点的“宁波红人堂”与大家见面。

如果您对此感兴趣,欢迎关注东南商报官方微信(dnsb87270000)收看。宁波红人堂每周一至周五都会邀请一位来自不同领域的红人分享他们的经历、故事,欢迎您围观。 赵鹏 陈颖芝