

我市今起入梅

本周末或现强降水，局部有短时暴雨、雷电等强对流天气



一直高唱“小情歌”的夏天，突然决定换一副模样：阴沉沉，雨涟涟。

市气象台说，从今天开始，我市正式入梅。

印象中的梅雨是“雨细丝轻，园林雾烟如织”的婉约，实际上它也可以是“风如拔山努，雨如决河倾”的豪放。

通讯员 邱颖杰 记者 石承承

梅雨来得猝不及防

一直到前天，我市都还是阳光灿烂的天气。市气象台还发消息说，由于过去半个月无雨，我市中北部部分地区出现了气象干旱。

昨天，天气一下转了性，几乎一整天都是阴云密布，早上还飘了些雨丝。

昨天的阴雨天主要是受今年第7号台风海贝思减弱形成的低压外围环流影响，不过也借势把我们拖进了梅雨季。

当然，一场雨并不足以“成就”一个梅雨季。市气象台首席预报员钱燕珍说，简单来说，入梅要满足三个条件，要有连阴雨天气，中间会有雨歇，但不会有长时间的雨歇；气温稳定，起伏不大；空气湿度较大。

接下来，迎接我们的恰好是这种闷热、潮湿的天气。除6月18日至19日有降水间歇外，接下来5天，我市多阵雨或雷雨；近7天，我市气温起伏不大，最低在20℃~23℃，最高在26℃~29℃，但湿度较大。

钱燕珍说，我市常年平均入梅日是6月13日，出梅日是7月9日，降雨量250~260毫米。今年入梅较常年晚了4天，但属于正常的变化范围。

至于今年梅雨季节期间降雨量会有多大，

整个梅雨季将持续多长时间，钱燕珍说现在还无法预计。

梅雨也可以很狂野

梅雨，是我国长江中下游至朝鲜半岛南部，以及日本西南部等地区特有的气候现象，它给人们留下的最深刻的印象就是缠缠绵绵，不仅体现在雨期的持续上，也体现在降雨形式的“欲断难断”上。

而事实上，梅雨也有其狂野的一面。

市气象台说，受低槽影响，我市今天阴有阵雨或雷雨，雨量较为明显，局部地区甚至可能会有大到暴雨。

在明后天的短暂雨歇过后，20日至25日我市还会有一次降雨过程。钱燕珍说，从目前来看，20日至21日出现强降水的可能性较大，局部地区甚至会有短时暴雨、雷电等强对流天气。

连续性降水和短时强降水，难免会给我们的日常生活带来影响，在山区容易诱发地质灾害，在城市容易出现内涝，各部门要加强防范。

此外，梅雨季也是细菌性食物中毒事件的高发期。饮食上，要注意生熟食物分开，避免交叉感染；常温条件下，食物存放一般不超过2小时，新鲜蔬菜最好不要隔夜、隔餐食用。平时多吃清淡易消化的食物。

带杨梅坐大巴、高铁、飞机有哪些讲究？

坐飞机每人最多带两筐杨梅

商报讯(记者 范洪 通讯员 毛丰宁 单继鹏)又到杨梅成熟季节，不少市民琢磨着，能不能给远方的亲戚朋友带点杨梅尝尝鲜。杨梅怎么送过去，坐飞机、火车和汽车各有什么讲究?昨天，记者就此采访了相关部门。

因为杨梅保鲜期短，飞机是很多人托运杨梅的第一选择。宁波机场工作人员说，杨梅“坐飞机”，有两种方式，一是随身带，二是托运。根据民航局规定，每位旅客最多可随身携带两筐杨梅，但连同其他随身物品，原则上总重量不得超过5公斤。而托运相对方便得多，宁波飞各地的直航航班基本上均可托运，重量也没有限制，不过中转航班则无法办理。

需要注意的是，杨梅包装要符合运输规定，要求包装完好、抗压，不能流出杨梅汁液污染其他旅客的行李或机舱，一次性托20公斤以上最好提前1天预订舱位。价格

方面，各航空公司不一样，以去年为例，除去包装箱费用，南方航空飞机托运5公斤杨梅到北京运费在125元左右。

利用高铁捎去杨梅也是个不错的主意。按照铁路部门的规定，不超过20公斤的行李都可免费乘车。不过，因为铁路宁波站受场地因素限制，目前无法办理行李托运业务。如果有托运杨梅的需要，只能通过其他货运或物流单位办理。

大巴旅客坐车随身带杨梅，没有具体的重量规定，但是带太多了影响其他旅客的行李，客运公司是不允许的。

把杨梅作为行李通过大巴托运到目的地也是可行的，价格也要看具体的客运公司和目的地而论，不算太贵，但建议只托运到省内城市，大巴货舱小多闷热，杨梅不容易存放。可以先把杨梅装在小筐内，然后再放到泡沫箱并放几瓶冰水，那样即使要十几个小时也不会坏的。

同一堂课，不同老师上会怎样？

镇海中学老师库车“晒”课

昨天上午，在新疆阿克苏地区库车县库车二中的多媒体教室里，来自宁波镇海中学的颜明磊老师上了一堂名为《高考诗歌阅读中的人物形象分析》的公开课。课堂里除了40多名学生，还有来自阿克苏地区的40多名教师。

在颜老师之前，库车二中的王新老师也上了一堂同一教学内容的课。当天，两个中学各8名老师进行了总计16节课的“同课异构”观摩课，涉及各个科目。

“同课异构”是指选用同一教学内容，根据学生实际、现有的教学条件和教师自身的特点，进行不同的教学设计。

昨天，本来是两个中学之间的教学交流，结果阿克苏地区多家中学的近200位教师慕名而来，俨然成了教学交流大会。“我们提早一天赶到库车来，就是不想错过这次

难得的交流机会。”阿克苏第二高级中学校长张翠红说。

为了准备这次观摩课，镇海中学精心遴选了8名优秀教师，他们都是高三备课组长。一个上午的观摩课下来，镇海中学优秀教师扎实的功底和精彩的教学现场给参加观摩活动的阿克苏地区老师留下了深刻的印象。

颜明磊表示，通过两校教师的交流，他也受益匪浅。

自2011年11月在库车二中成立分校以来，镇海中学在学校管理和教育教学等方面给予了二中实际的支持和指导。今后，镇海中学还将继续通过选派优秀教师支教，选派暑期讲学团讲学、开设教育教学论坛、师资培训等项目为库车当地的教育发展贡献力量，发挥优质教育资源的示范辐射作用。

记者 李臻 通讯员 甬库宣

交流基层调解 共建和谐家园

海峡两岸基层调解员联谊交流活动昨举行



两岸基层调解员代表在鄞州下应街道湾底村考察。(通讯员供图)

代表进行交流座谈，互相分享经验。

宁波与中国台湾隔海相望，地缘相近，人缘相亲，有着割舍不断的联系。大陆与中国台湾同根同源，拥有相同的历史遗产和文化传统。大陆的人民调解与台湾的基层调解制度，亦根植于相同或相近的文化遗产。两岸同文同种，文化相通、理念相近；“以和为贵”、“定分止争”，以调解化解纠纷，有着共通渊源。因此加强调解文化的交流沟通，推动基层调解员的交流互访，共同探讨调解制度建设，既可以增进互信，又可以提升技艺。既可以加深了解，又可以增进友谊，具有深刻的现实意义。

近年来，我市人民调解工作发展迅速，在化解矛盾纠纷、维护社会和谐方面发挥了较大作用。全市共有各类人民调解组织4683个，专职和兼职人民调解员18895名。年平均化解纠纷12万余件，调解成功率在95%以上。全市人民调解工作处于浙江省领先地位。其中交通事故纠纷、医疗纠纷和劳动争议人民调解工作模式被誉为“宁波解法”。



商报讯(记者 陈爱红 通讯员 宋涛)以“交流基层调解，共建和谐家园”为主题的海峡两岸基层调解员联谊交流活动昨天在宁波举行，这是第六届海峡论坛系列活动之一。

中国台湾基层调解委员会联合协会秘书长林森斌先生以及中国台湾的台中、彰化、新竹、屏东、桃园等地的调解员18人，在结束了前天在厦门的交流活动中来到宁波。黑龙江、北京、江苏、山东、福建、浙江等地的司法行政和人民调解员代表等20多人参加了此次交流活动，国台办、司法部相关司局领导也将莅临参会。

两岸调解员代表在我市先后考察了奉化市溪口镇人民调解委员会和鄞州区下应街道湾底村人民调解委员会，并与宁波市调解员

宁波银泰百货鄞州店 SK-II盛大开幕



SK-II 大中华区代言人 倪妮

6月14日，国际知名品牌SK-II在宁波银泰百货鄞州店盛大开幕。宁波银泰百货鄞州店开业以来，一直坚持“诚实守信、文明经营、接受监督、公平竞争”的经营理念，始终以提高社会效益和维护消费者的权益为己任，在社会和消费者中享有良好的声誉，在宁波百货业中享有很高的商誉，是宁波百货业的一面旗帜。作为宁波家喻户晓的购物中心，宁波银泰百货鄞州店不仅占据着宁波高端商场的龙头地位，更重要的是其所倡导的商业理念和人文气息并重，时刻将消费者的尊贵品牌体验放在首位的经营理念，与SK-II致力于带给全球女性十年如一日的奢华消费体验的品牌理念不谋而合。

30多年的时光，SK-II始终秉承专业的护肤理念，不断探索科技与创新，凝聚着无数爱美人士对护肤和人生的至臻追求。任时光荏苒，SK-II星光熠熠的代言人和忠实爱用者们一起以自己的护肤奇迹见证着岁月的不留痕迹。

美肌之匙 缔造完美蜕变

秉承着对每一位爱美女性晶莹剔透

的承诺，SK-II坚持传承经典，将PiteraTM作为唯一核心成分，见证每一位爱美女性的成长和蜕变。作为护肤领域的权威专家，SK-II专注于探索并研发更适合亚洲女性的优质产品，将PiteraTM的莹透修护奇迹力量升华。

深受亚洲女性信赖的护肤品牌SK-II凭借对“日本秋田测试”连续十年的专注与坚持，揭开了亚洲女性肌肤基因的奥秘，并将PiteraTM的美肌之力完美发掘。

经研究证实，PiteraTM专为亚洲女性肌肤量身定制，即无论任何年龄，PiteraTM都能将肌肤状态平衡，令肌肤更加剔透动人。从此，PiteraTM真正成为开启肌肤时光的神秘之匙，彻底改写万千女性的肌肤命运！天然珍稀的PiteraTM提取自酵母提纯发酵的代谢液体，富含氨基酸、矿物质、有机酸和无机酸等多种天然成分，能有效改善女性肤质，令肌肤达至晶莹剔透。PiteraTM犹如SK-II的灵魂，于传承之中散发魅力，于呵护同时创造奇迹。SK-II相信PiteraTM带给肌肤的，不仅是肉眼可见的改变；更重要的是，更多爱美女性因掌握肌肤命运而变得更加美丽、自信，从而拥有别样人生！

魅力新生 传承护肤精髓

无论20、30、40岁，每一位爱美女性都渴望打破年龄界限，永葆青春美丽。SK-II的神奇之力，让万千女性不惧时光流逝，尽享精彩人生。长久以来，SK-II通过明星代言人的亲身体验，启发无数爱美女性收获肌肤惊喜。品牌大使们用自己的方式诠释着对SK-II的无限热爱和对晶莹剔透肌肤的独到见解，而每一位渴望拥有自信美丽的女性都能以她们为灵感，发掘不一样的自己。