

鲜奶更营养 饮用请及时 宁波牛奶集团温馨告知: 宁波市气象台昨日 16 时发布

	今天 晴到多云 南到东南风 3 级 26℃~35℃		明天 晴到多云 南到东南风 3 级 27℃~34℃		后天 多云,午后局部雷阵雨 东南风 3 级 27℃~34℃
--	---	---	---	---	---

承承看天

昨日慈溪观海卫、鄞州石碶出现冰雹 今两天晴热“唱主角”

谁又能想到,昨天午后的雷阵雨竟然会裹挟着冰雹而来。据市气象台统计,冰雹主要出现在慈溪观海卫和鄞州石碶两地。

市气象台首席预报员张程明分析了冰雹出现的三个主要条件:要有弱冷空气的影响;高空零度层距离地面要 4 公里,零下 20℃ 层要距离地面 6 公里;雷达回波强度要很强。听起来有点专业,简单来说,冰雹不是想出现就会出现,需要满足苛刻的气象条件。

不过,这种带有灾害性的天气在今明两天不会出现了。据市气象台预报,今明两天我市以晴到多云的天气为主。明天我市就将入伏,晴热天气出现的频率也会越来越高。

昨天,市气象台继续发布高温报告,受副热带高压影响,今天我市大部分地区最高气温将冲高温线,有 35℃~36℃,个别地区将达到 37℃ 以上。

石承承

每天一句宁波话

词条:
讲大话
解释:
说大话
例句:
其人交关欢喜讲大话。
[他很喜欢说大话。]



钱元平 辑录
任山岚 配图

出行

今明两天 宁波至西南方向多趟列车停运

铁路部门昨日消息,受到西南暴雨影响,今明两天,宁波站开往重庆、贵阳方向 3 趟列车停运。

停运列车车次和时间分别是:今天,宁波开往重庆 K1248 次、开往重庆北 K1078 次列车;明日,宁波开往贵阳的 K848 次。

已购买这些列车车票的旅客可在票面显示的开车时间前到车站办理全额退票或改签手续。列车恢复运行时间请注意车站通知。

而为了满足旅客出行需求,7月18日、20日上海虹桥至宁波加开 G7533 次,上海虹桥 18:52 开,宁波 20:50 到;宁波至上海虹桥加开 G7534 次,宁波 21:30 开,上海虹桥 23:29 到。

范洪

动态

我市两家企业入围 2014 年中国电子信息百强

7月11日,国家工信部运行监测协调局和电子信息司联合发布了第 28 届中国电子信息百强企业名单。我市舜宇集团有限公司、宁波一舟投资集团有限公司两家电子制造企业入榜,分列 2014 年(第 28 届)中国电子信息百强企业第 70 位和第 98 位。

本届百强企业入围门槛是 2013 年营业收入 24.7 亿元以上,比上届提高了 17.6%。

杨江 储昭节

全国首个超大型“生态游艇港”示范区对外开放

近日,全国首个超大型生态游艇港——梅山湾“万年基业生态游艇港”示范区正式对外开放。示范区包括沙盘区、影音室、室外体验区、游艇会客区和 vip 休闲区等区域。

万年生态游艇港项目以欧洲最大的游艇港湾——法国卡玛格为蓝本,打造亚洲最大的生态游艇枢纽港。

该项目将依托建设中的梅山水道蓝色港湾以及两岸山、海、湖、港、湾、湿地等资源优势,建设 7 处游艇码头,一期游艇泊位 200 个,打造以“游艇产业链”为核心,汇聚游艇俱乐部、游艇贸易展示、游艇培训、游艇 4S 店、水上体育运动基地、游艇主题精品酒店等多种高端滨海度假产品。该项目上半年已启动建设,计划 2015 年形成规模,2016 年正式运营。

杨江 李一

今年火灾已致 11 人死亡

市消防支队昨日消息,截至 7 月 13 日,今年全市共发生火灾 3940 起,造成 11 人死亡,8 人受伤,直接财产损失 4013 万元,无较大以上火灾事故发生,火灾形势总体平稳。

张始富 颜杰

海曙居家托安养服务工程启动

昨天,海曙“七彩阳光”托安养服务工程在海曙区社会助残服务中心正式启动,将面向残疾人提供“生活服务、心理慰藉、生理健康”三大服务套餐。

海曙区现有持证残疾人 4206 名。今年,海曙区政府出台了《关于加强社会化助残服务体系建设的实施意见》,将政府优先购买社会助残服务作为一项重要内容。残疾人可在家根据自己的需求向残联“点单”,政府来“买单”,由社会助残服务中心提供社会支持服务。目前,社会助残服务中心有 9 个服务团队、180 名志愿者,残疾人有需求可拨打中心电话,提出服务需求。

目前,服务对象面向残疾一级一般家庭和低保收入家庭,以及二级低保收入智力精神残疾家庭。

苏钧天 毛一波

市少年围棋精英赛开始报名

第三届“光华杯”宁波市少年围棋精英赛暨浙江省第二届全民体育节围棋总决赛选拔赛将于 8 月 2 日至 3 日举行。报名工作从今天起开始,凡业余四段以上(含四段)、1996 年 12 月 31 日以后出生的本市少年棋手均可报名参加。有意参加者请持段位证书和身份证,到宁波市围棋协会报名,限报 50 名,报名截止日期为 7 月 28 日。

市少年围棋精英赛是我市少年围棋水平最高,奖金最高,等级最高的围棋赛事,冠军得主被授予宁波市业余六段,并获得 5000 元奖金。本次比赛名次靠前的棋手将代表宁波队参加在台州举行的浙江省第二届全民体育节围棋总决赛。

忻志华

地铁乘客免费赠阅



今日《D 壹时间》特别报道

加《D 壹时间》微信 抢千张免费泳票



长记性 吃维生素有用吗?



许多人补充 B 族维生素是为改善记忆力,甚至是为了预防早发性痴呆症(阿尔茨海默氏症)。但英国一项最新研究显示,这类维生素对此并无明显效果,还不如多吃果蔬、保持营养均衡。

此前研究显示,早发性痴呆症患者血液中,一种名为“同型半胱氨酸”的化合物水平偏高,而维生素 B12 等可降低这种化合物含量。因此有人认为, B 族维生素或能延缓记忆力衰退,降低早发性痴呆患病风险。

英国牛津大学研究人员在最新一期《美国临床营养学杂志》上报告说,对 B 族维生素在减缓认知能力下降、预防早发性痴呆症方面的效果一直有争议,而新研究证实,这种效果其实并不存在。与服用维生素补充剂相比,多吃果蔬、减少红肉和热量摄入、保持膳食平衡更加有效。

新华社

别看小 我哥是大象



目前,美国和纳米比亚的科学家在新一期《哺乳动物学》杂志上报告说,发现一种象鼩(ǎ)新物种——圆耳象鼩,它们与已知品种相比,个头更小,其成年个体大小还不如一只刚出生的小猫咪。它们生活在西非南部偏远沙漠地区,以蚂蚁等为食,其长鼻子能嗅到一些角落细缝处;长着褐色毛发,一个较大的无毛腺体位于尾巴下方,皮肤缺少深色素。但从基因分析表明,这一新物种与近亲物种之间存在着明显差异,它们非常接近大象、海牛和土豚,而不是鼯鼠。

新华社

福彩

七乐彩 第 2014082 期
基本号: 03 07 09 10 12 18 27 特别号: 05
6+1 第 2014082 期 基本号: 6 8 5 4 8 1 生肖码: 羊
15 选 5 第 2014189 期 基本号: 01 03 04 13 14
3D 第 2014189 期 开奖号码: 8 5 8

体彩

● 超级大乐透第 14082 期: 01 08 18 23 25+08 12; ● 20 选 5 第 14189 期: 01 07 08 10 17; ● 排列 3 第 14189 期: 5 5 0 3 7。(中奖号码以彩票中心公告为准)

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	830	青岛	10:30	790
北京	8:20	940	青岛	20:15	780
北京	13:10	1180	重庆	10:25	850
北京	16:55	770	重庆	11:25	940
北京	17:10	940	重庆	11:30	920
北京/南苑	18:50	940	重庆	13:40	920
北京	20:00	590	重庆	14:15	920
北京	21:25	710	厦门	16:20	870
广州	8:00	600	厦门	17:30	870
广州	11:10	600	南昌	13:15	550
广州	13:30	600	南昌	20:20	500
广州	14:40	600	大连	11:00	580
广州	17:05	540	大连	12:25	头等舱
广州	18:25	480	大连	16:05	460
广州	18:55	480	大连	17:50	460
广州	21:50	480	武汉	7:55	680
深圳	10:10	810	武汉	16:10	740
深圳	11:50	750	武汉	16:30	750
深圳	14:20	810	武汉	19:15	750
深圳	14:45	750	西安	7:55	970
深圳	18:20	580	西安	14:05	1380
深圳	20:20	580	昆明	7:30	1800
长沙	11:25	500	昆明	19:40	1530
长沙	11:30	520	沈阳	8:15	头等舱
长沙	19:50	440	沈阳	13:25	1360
长沙	20:40	440	天津	10:45	990
成都	13:15	1310	哈尔滨	11:55	1380
成都	16:30	1080	哈尔滨	19:20	1120
成都	19:50	1160	贵阳	19:15	1040
成都	20:20	1080	贵阳	19:45	1690
成都	21:00	1230	兰州	16:10	1610
青岛	8:15	头等舱	郑州	12:00	860
青岛	10:20	790	郑州	12:55	860

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

桐庐千岛湖二日游

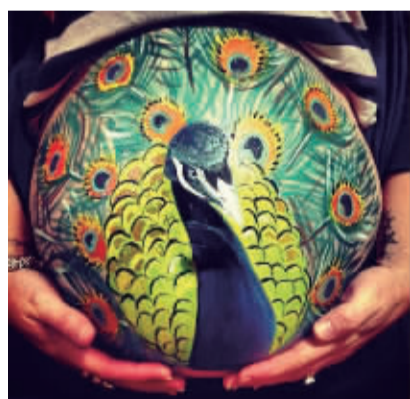
第一天:早上集合赴桐庐,赠送富春小瀛洲—芦茨湾——天然“游泳池”,夏日享清凉。还可以逛芦茨村、芦茨老街。下午还可参加自费项目(A项:“全国诸洞冠”瑶琳仙境;B项:垂云通天河+浪石金滩)。后赴千岛湖,晚上自由逛秀水街,赏千岛湖夜景,感受淳安小城别样风情,可自费品千岛湖有机鱼头大排档。

第二天:早餐后乘豪华游船去感受千岛碧水,上岛游览中心湖区岛屿,中午渔乐岛自助餐(费用自理),下午适时返程。

发团日期:7月19日、26日;活动价:70 周岁 318 元/人,60 周岁 398 元/人(凭证件报名),成人 458 元/人;天天商旅报名热线:4000828286;报名地址:海曙柳汀街 397 号(宁波妇儿医院西侧);QQ 群:320520653;天天商旅微信号:tsl001。

悦图

孕妇肚皮画



据英国《每日邮报》7月15日报道,来自英国康沃尔郡那年 27 岁的青年“艺术家”凯莉·普雷斯顿,在准妈妈们的肚皮上绘画以创造出属于妈妈们独特的记忆,以此来纪念怀孕这一美好的过程。凯莉已经从事这项职业 2 年了,并为超过 130 个准妈妈画过肚皮画。 国际在线