

今天 多云 东南风3~4级 17℃~27℃

明天 晴到多云 偏南风3级 18℃~30℃

后天 多云转阴有阵雨 西南风2级 20℃~28℃

### 承承看天

#### 赏秋正当时

和前几天相比,昨天的最高气温并没有太大的起色,为23.5℃;不过,由于最低气温的回升,达到16.6℃,体感不是那么凉快。

石承承

### 博览

#### 伦敦:世界离婚之都

想离婚多分赡养费吗?去伦敦吧!伦敦正日益成为一些有钱人的离婚旅行目的地。只要在英国拥有房产,或者在英国工作,就“有机会”在伦敦离婚。

新华社

#### 白色刺青渐成流行

想文身又怕被老板白眼相看?也许你可以试试正在流行的白色刺青。这种刺青已经成为不少明星的新宠。

新华社

### 图片

#### 巧手绘霓裳



昨天上午,宁波市第十四届少儿服饰文化节服饰手绘大赛在月湖盛园水晶广场举行。

刘波 谷叶 项晓婷

### 每天一句宁波话

词条: 檐头水 解释: 从屋檐流下来的水



钱元平 辑录 任山麓 配图

### 福彩

6+1 第2014122期 基本号: 5 6 5 8 3 5 生肖码: 蛇

### 旅游

#### 三门蛇蟠岛一日游

早上集合出发赴蛇蟠岛。游览电影《渔光曲》外景拍摄地,目前国内唯一以海盗文化为主题的海岛洞窟景区——海盗村。

三门中国青蟹节于每年金秋9月举行,蟹肥膏黄,秋高气爽,正是慕名而来的游客品尝新鲜美味蟹肉的最佳时机。

报价: 70周岁以上88元/人(凭证件),成人148元/人;发团日期: 10月25日、11月1日;



#### 金秋十月 醉美河山

旅游最好的季节是秋天,既不冷也不热,向您推荐8条特色线路。以下线路周六发团:

- 1.浙西小黄山——临安大明山生态养生山水观光体验一日游(含景交) 138元; 2.临安江南小九寨沟太湖源一日游 178元;

交通旅游报名热线: 87651111; 报名地址: 海曙新典路536号新海蓝钻8楼;

### 体彩

●大乐透第14122期: 03 10 25 26 35+01 07; ●20选5第14283期: 02 03 06 12 13;

## 05·速递



## 东南商报

2014年10月19日 星期日 编辑: 王顺富 组版: 车时超

### 机票

#### 明日部分国内航班票价信息

Table with 5 columns: 目的地 (Destination), 离站时间 (Departure Time), 折扣价 (Discounted Price), 目的地 (Destination), 离站时间 (Departure Time), 折扣价 (Discounted Price). Includes routes like Beijing to Qingdao, Guangzhou to Kunming, etc.

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。

# 通知

## 全国长寿工程全民补硒行动进宁波!



硒被定义为“主宰生命的微量元素”,缺硒可直接导致40多种疾病,间接导致400多种疾病,全国有72%的地区属于缺硒地区。

为提高全民补硒意识,本次行动将在宁波市免费发放补硒食品800份及“硒与人体健康”科普书籍一套,同时有机会获得价值880元的富硒健康养生炒锅,预约报名,发完为止。

本次行动是关注民生排忧解难的公益工程,已在北京、上海、广西、四川、山西、陕西、宁夏、新疆等全国100多个城市发放物资500余万份,服务900多万中老年人。

### 免费申领条件 每人仅限申领一次

- 一、宁波市常住居民;
- 二、55岁以上、男女不限;
- 三、离退休人员、过去对国家有贡献者优先;
- 四、凡符合以上条件者,均可电话预约申领。

申领电话: 27885472 27885473 27885475

## 通知: 55岁以上的宁波市民 免费领取健康生活六件套

阳光、空气、水、饮食是人类生存四要素。空气污染、水污染、饮食不科学导致我国慢性病高发。治疗形势非常严峻,鉴于这一情况,卫生部发出121号召:“日行一万步,吃动两平衡”。

1、免费发放3件科学食用油、用盐工具。长期食用高油脂、高盐分饮食,会导致血黏度

上升,血压增加,血糖不稳定。健康生活应该控油、控盐。 2、发放水质处理器1件,检测自家水质状况,过滤水中杂质,让人喝上健康饮用水。

## 椎间盘突出的一种新疗法

椎间盘突出主要分为腰部和颈部间盘突出两部分,病理性质相同,是因内因与外因共同作用的结果。

新式微创GR1热凝靶点技术,是椎间盘突出的一种新式疗法。在GR1热凝靶点治疗过程中,利用神经专用射频仪在C1或C2管的直视引导下,直接将椎间盘突出部分的髓核通过靶点热凝原理使其变性、凝固,致缩小体积,解除压迫并修复髓核和纤维环,从而实现椎间盘突出物的治疗。

宁波海曙友好医院 健康热线: 87255555 诊疗科目: 外科 地址: 宁波市环城西路南段480号(安工商超市北 网址: http://www.nhbkj120.com 南联新村对面)