



鲜奶更营养 饮用请及时 宁波牛奶集团温馨提示

宁波市气象台 昨日 16时发布



今天

阴天，傍晚转雨 夜里中雨 6℃~11℃ 东北到东风 3级



明天

阴有雨 下午雨止转阴天 7℃~12℃ 偏北风 3~4级



后天

多云到阴 8℃~13℃ 偏北风 3级

承承看天

今夜到明天 有明显降水过程

“小晴歌”被按下暂定键，久违的雨水将从今夜开始席卷我市。

这次降水过程主要是受西南气流影响而成。据市气象台预报，今天白天我市依旧阴云密布，但从傍晚转为小雨，今天夜里雨势增强，转为中雨，局部地区甚至会出现大雨。

这次降水过程不会持续太久，预计从周四开始，天气就会逐渐转好。

雨水光顾，出行难免不便，但胜在可以冲刷一下污浊的空气。此外，在这次降水过程中，我市气温不会出现大波动，预计最低气温在4℃~8℃，最高气温也维持在10℃以上，大家可以放心。

石承承

福彩体彩 详见 09版

交通

鄞州宁南路天童南路交通管制

1月20日~2月2日，因鄞州区有轨电车实验线配套道路改造，需要对宁南路(嵩江中路~鄞州大道)、天童南路(鄞州大道~姜山镇南大东路)上的15座桥梁实施荷载试验，将对宁南路、天童南路每天凌晨00:00~凌晨5:00实行交通管制。

1月20日~21日，宁南北路(嵩江路~贸城路)段道路封道，建议绕行路线：嵩江路、贸城路、四明路、天童北路、广德湖北路；

1月22日~23日，宁南南路(鄞县大道~日丽中路)段道路封道，建议绕行路线：鄞县大道、首南路、惠风路、天童南路、日丽中路；

1月24日~25日，宁南南路(日丽中路~鄞州大道)段道路封道，建议绕行路线：日丽中路、鄞州大道、泰

安路、天童南路； 1月26日，天童南路(鄞州大道~句章东路)段道路封道，建议绕行路线：鄞州大道、学士路、句章东路、宁南南路；

1月27日~28日，天童南路(鄞州大道~绕城高速)段道路封道，建议绕行路线：鄞州大道、宁姜公路、绕城高速北侧道路；

1月29日至31日，天童南路(绕城高速~姜山镇北大路)段道路封道，建议绕行路线：绕城高速北侧道路、姜山镇人民路、姜山镇北大路；

2月1日~2日，天童南路(姜山镇北大路~姜山镇南大路)段道路封道，建议绕行路线：姜山镇北大路、宁姜公路(宁西线、环镇北路)、姜山镇南大路。 张贻富 董力军

汽车票上门售票 昨起进高校和部分社区

记者昨日从宁波公运集团了解到，昨天起，宁波汽车南站、宁波汽车中心站等市区主要车站联合实行汽车票上门售票。

上门售票的对象主要为高校学生和部分外

来务工人员集中的社区。据悉，上门售票的高校包括浙江大学宁波理工学院等8所，社区包括北仑大碇街道横杨社区和新碇街道大港服务中心等。

范洪 斯幼俊 陈旭利

动态

鼓楼沿完成消防系统整改

近日，历时将近一年的鼓楼沿历史文化街区消防系统改造工程全部完成，并通过验收。经第三方消防安全检测，共完成公共部位整改192处、私有自用部位整改341处。

据了解，鼓楼沿消防设施设备于1997年安装

完成，随着时间的推移和街区发展，相继出现消防自动报警系统不能正常使用、管线老化、消防设施配备缺失等问题。因存在重大消防隐患，还被海曙区区委列入2014年度13个重点隐患整治项目“黑名单”。

张立 陶琳 朱麟华

景区内人数达最大承载 80% 应向社会公告

日前，国家旅游局下发《景区最大承载量核定导则》，要求各大景区核算出游客最大承载量，并制订游客流量控制预案。该标准将于4月1日起实施。

《导则》对景区出现大客流的预警做了规范要求。景区内旅游者

数量达到最大承载量80%时，应向社会公告，并同时向当地政府报告，并在当地政府指挥、指导下，配合景区主管部门和旅游行政管理部门启动应急预案。同时，景区自身要立即停止售票，并对外发布提示。 周雁

股市点评

近期应防御为主进攻为辅

昨天两市大盘震荡调整，上证指数顺利回补了3229点缺口，最低下探3191点，深成指缺口距离相对远一些，没有完全回补掉。两市总成交量仅5703亿元，成交量的迅速萎缩揭示市场买力不足，多方处于防守状态。昨天蓝筹股板块总体调整力度较大，拖累指数大幅下挫，说明该来的总会来，调整的这道坎躲不了。

当日创业板指数强力反弹，涨幅逾2%，软件、互联网金融、新能源汽车等板块表现突出，但中小盘题材股走势分化严重，部分炒高

的题材股依然跌幅居前，揭示目前题材股行情并不是严格意义上的风格转换，股价累计涨幅较大的炒高个股，不分大票还是小票，短期风险都较大。

大盘总体进入调整已是不争事实，近期策略应防御为主，进攻为辅。由于股市的短线走势常常诡异飘忽，并不容易把握，操作上应注意细节，切忌盲目追涨杀跌。比如不少蓝筹股个股短线跌幅15%~20%以上，随时可能出现技术反弹，低位斩仓不宜，等待反弹减仓较好。跟风题材股炒作则应快进快出，不宜恋战。

民族证券宁波营业部 本文仅供参考

每天一句宁波话

词条：团团

解释：转来转去，到处。

例句：依荡底来的啊，我还团团来该寻依。 [你在这里啊，我还到处找你呢。]



钱元平 辑录 任山威 配图

旅游

碧海蓝天 尽在巴厘岛

幽蓝的海水，绵白的细沙，巴厘岛，就像经纬线一般，为我们诠释了世界上“人间天堂”的存在。我们为您特意安排2/3晚独栋花园泳池别墅+2晚白金钻石五星级度假酒店，让经常处于尘嚣之中的您，可以在此忘却烦恼。

更值得一提的是，我们全程无购物，另送价值USD108美元的蓝梦岛出海一日游和最具巴厘岛特色的火山热精油SPA！带您体验另一种巴厘风情！

【宁波包机\*五星航空】尊悦巴厘岛 Vil-

la 情缘—蓝梦恋曲白金五星六日游

【春节热卖】2月15/20/25/26日

【价格】8299元起

报名热线：27666666.4000-365-666

地址：宁波市海曙区大沙泥街88号富茂大厦副楼8/9层

爱飞扬旅游网：www.iflying.com

旅游许可证：L-ZJ-CJ00063

机票

明日部分国内航班票价信息

Table with columns: 目的地, 离站时间, 折扣价, 目的地, 离站时间, 折扣价. Lists flight prices to various cities like Beijing, Guangzhou, Shenzhen, 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。



你患上“网脑”了吗？

随着各种电子设备不断普及，离开网络就感觉“活不下去”的人越来越多。英国心理学家调查了约1000名经常使用手机与网络的成年人后发现，不少人患上一种新“病”，名曰“网脑”。这些“患者”的症状是自恋、无法长时间集中注意力、不断刷新社交网络，总担心错过朋友圈中的“大事情”。这些人更容易出现“反社会”行为，这里所说的反社会行为并非指报复社会，而是和朋友在一起时出现不停玩手机等“不合规”表现。研究人员说，“网脑”的最大影响是影响工作与生活的平衡。 据新华社

寒冷有助减肥

美国研究人员在最近一期《分子细胞》杂志上发表报告说，置身于寒冷环境有助于人体增加褐色脂肪，这种脂肪能够燃烧热量从而减轻体重。迄今研究发现，人体内的白色脂肪负责储存多余能量，而褐色脂肪则能够燃烧能量，使体温上升。

由于人们通常生活在温度受控的环境下，对褐色脂肪的需求逐渐减少，因此褐色脂肪在婴儿体内比例较高，在成年人体内比例很小。加利福尼亚大学伯克利分校研究人员发现，人体长时间处在冷空气中，体内一种转录因子Zfp516的含量会增加，这种转录因子对形成褐色脂肪至关重要。研究人员说，由于褐色脂肪不仅能释放热量，还能影响代谢，因此对肥胖症和糖尿病的治疗有重要意义。 据新华社

拍卖公告栏

刊登热线：87682146 13884469746 姚

本栏目信息同步在

“中国宁波网”(www.cnnb.com.cn) 发布!

宁波亚德拍卖有限公司 拍卖公告 受委托，本公司定于2015年1月22日上午9时30分在镇海公共资源交易中心开标举行拍卖会。

中国拍卖 AAA 级企业 中国拍卖百强企业 宁波华诚拍卖有限公司 拍卖公告 受委托，并经鄞州资拍[2011]19号核准，本公司将于2015年1月26日上午10:30在任丰大酒店(宁波市鄞州区荷晓东路567号)公开拍卖下列标的：