

宁波志愿服务大篷车第333期开进鄞州桑菊社区

“剪爱”志愿者团队很受居民欢迎



商报讯 (记者 戎美容 通讯员 史丽娜 实习生 高杉 童取) 1月24日上午,由市文明办与东南商报联合推出的宁波志愿服务大篷车第333期走进鄞州区中河街道桑菊社区,志愿者们为居民提供了真假人民币辨别、家电维修、免费理发、清洗眼镜等便民服务。

“师傅,我母亲最近戴着老花镜一直不舒服,这可怎么办呢?”在永泰花园小区内,张先生拿着年迈母亲的眼镜前往宝岛眼镜的服务摊位咨询。张先生说,年前他给母亲配了一副100多度的老花眼镜,可是最近戴着总觉得头晕头痛。



志愿者为居民理发。 记者 徐文杰 摄

宝岛眼镜志愿者李杰说,许多中老年人配戴传统老花镜后,最直接的体会就是只能看近,比如看报纸、杂志,一旦想要看远处的东西就要摘下来,而且有时还会眼睛发酸,比较麻烦。他建议老年人配戴二合一的渐

进多焦眼镜,“这种眼镜在同一块镜片上可同时拥有看远距离、中等距离及近距离所需不同屈光度,不用再摘上摘下!”

“剪爱”志愿者团队已多次参加志愿活动,他们团队成员几乎清一色是老年

人,他们退休之后,重新找到了生活中的乐趣,定期参加志愿服务活动,有每周的活动、每月的活动、每个季度的活动,还与月湖街道的20多名行动不便的老人或残疾人结对,为他们提供上门理发服务。这个团队的志愿者都曾从事过理发行业,更有资深的理发师,因此每次进社区活动,都会受到居民的欢迎。

参加此次活动的还有桑菊社区志愿者团队、江北喻晓制冷电器维修队。

社区名片

桑菊社区成立于2002年2月,位于鄞州新城区宋诏桥,辖区总面积约0.5平方公里,下辖桑菊家园、桑园小区、永泰花园和中翠家园4个住宅小区,常住户2294户,人口7000余人。

《妈妈大学》第97期导读

由宁波市妈妈大学公益俱乐部出品的公益品牌《妈妈大学》微刊第97期精彩上线。您可以通过添加妈妈大学微信(微信号:youxiu mama)回复“微刊”的方式阅读精彩内容。

封面人物 本期封面亮相的是妈妈王欣然和宝贝宓宇轩。封面人物由西瓜庄园儿童摄影(中山东路724号)拍摄。

公益活动 1月27日,妈妈大学微信放送小小收音机第28期节目,东湖馨园的故事妈妈陈聪将为大家带来《小兔子》。

记者 孙肖 实习生 方怡琳



《宁波社区服务》第298期导读

由东南商报社区全媒体工作室出品的《宁波社区服务》微信推出第298期。您可以关注公众微信“宁波社区服务”(微信号 ningbo81890)获得更多资讯。

青年志愿者 为您介绍的是宁波甬金七彩志愿者服务队。

社区新闻 为您介绍的是东钱湖万金社区迎春茶话会活动。

记者 戎美容 实习生 高杉



备孕及产后需注意的几个问题



近日,妈妈知道“微信1对1”栏目第27期活动邀请妈妈知道公益平台妈妈科学院“院士”、江夏街道社区卫生服务中心妇科主治医师孙燕,为大家解答从备孕到产后的典型问题。

典型问题一

网友“泉子”: 请问,准备怀孕期间,男方吃过感冒药消炎药挂过盐水有关系吗?

孙燕: 这个要看使用的是什么药物,一般只要不是毒副作用特别厉害的药物,

男性的关系不是很大,主要还是母体的影响。但是,安全起见,最好一个月后受孕比较好。

典型问题二

网友“银”: 孙医生您好,怀孕5个多月了,现在有时感觉心慌气短,要出长气,这是怎么回事?

孙燕: 你现在处于孕中期,这时候子宫增大较为明显,对心脏等器官的压迫日渐明显,随着胎儿增大,加重了对心功能、肝功能的影响。一般人体都是可以调节的,如果你轻微活动就出现胸闷等情况,要排除妊娠期高血压病和妊娠期心脏病等病例情况。家里需要通风换气,注意休息,必要的时候就吸氧。

典型问题三

网友“向日葵”: 医生您好,我现在在月子期,家里老人说要一直躺着,不让怎么动,躺得我实在难受,我想问一下,月子期这样长时间躺着好吗?还有月子期需要补钙吗?

孙燕: 科学的月子不是一动不动的,这样不利于恶露的排除和子宫的恢复,但是也不主张重体力劳动。一般房间里适当走动是可以的,等42天以后小区里散步也是可以的。同时,哺乳期需要补钙的,因为你的大量钙质随着乳汁授予宝宝,可能还会出现抽筋等缺钙表现,可以多晒晒太阳、补钙等,但补钙后需要注意便秘问题。

记者 戎美容 实习生 郭晨晨 罗盼

365天陪伴 鲜奶供应不放假

宁波牛奶集团春节期间鲜奶正常供应

新春佳节,也许是大大部分人休憩欢乐的美好时光,对于很多宁波牛奶集团人来说,却只不过是365个工作日中的每一天而已;假日里一杯如期而至的鲜奶,让营养的供应不曾停歇,最快12小时的新鲜送达,让温暖的关爱不曾间断;365天,宁波牛奶与您在一起。

鲜奶的供应没有假日

清晨时分,也许您刚刚睁开眼睛,宁波牛奶集团牧场的挤奶工就已经完成了原奶的自动采集。原奶采集完成后接下来会通过保温冷藏

车运输到加工厂进行快速检查与加工生产。

假日里的上午,当您和朋友欢聚一堂时,宁波牛奶集团的80多辆冷藏物流车正奔驰在传递新鲜的道路上。下午或者次日凌晨,我们城市里的营养快递员将会踏上送奶之路,只为送上一份最新鲜的宁波鲜奶。

近日从宁波牛奶集团获悉,跟以往一样他们今年春节期间仍继续正常向市场供应鲜奶。为了保证消费者每天都能喝到新鲜、营养、安全的巴氏鲜奶,宁波牛奶集团耗资巨资打造了一个365天运转不休的鲜奶系统。无

论是生态牧场的奶牛,还是供应市场的冷链,还有送奶服务人员,都在全年不间断地为您供应新鲜牛奶。

推出迎新春系列优惠活动

据宁波牛奶集团市场部负责人介绍,为感谢市民一直以来的支持,宁波牛奶集团将会在春节前推出一系列促销活动:凡包月订2月份牛奶满25天的客户可获赠新品涌优麦O燕麦酸奶及120g零尚酸奶各一份;市民也可以在2月7日-15日期间举行的各类年货展销会上购买到特价鲜奶,包括展会现场也会带来常温奶买一送一优惠。

浙江省宁波市中级人民法院淘宝网司法拍卖网络平台及网址: http://sf.taobao.com

网络司法拍卖公告

2015年1月26日至2015年2月10日,在浙江省宁波市中级人民法院淘宝网司法拍卖平台上新增以下涉案财产网络司法拍卖(仅刊登上周新增的第一次拍卖及司法拍卖案件),更多拍卖案件标的情况及拍卖具体事宜,请登录浙江省宁波市中级人民法院淘宝网司法拍卖网络平台查看(网址为http://sf.taobao.com)。

法院咨询电话:87848168;监督电话:87848047。
法院网络司法拍卖未委托任何机构和个人,有关网拍事宜请直接与法院联系。
浙江省宁波市中级人民法院
2015年1月26日

- 拍卖标的:
- 1.宁波市鄞州区首南街道金地花园1幢2单元1204室房产(江北法院);
 - 2.浙BNW701(斯柯达晶锐[Fabia])小型轿车(江东法院);
 - 3.慈溪市崇寿镇中心村商业房产(江东法院);
 - 4.海盐县武原镇城北西路255号104室房产(江东法院);
 - 5.长兴县水口乡竹境茶语2幢01房产、3幢01房产、4幢01房产、6幢01房产、7幢01房产、8幢01房产、9

- 幢01房产、10幢02房产(分别拍卖,江东法院);
- 6.浙BN9140的奥迪A6L小型轿车(第一次重新拍卖,宁海法院);
- 7.慈溪市周巷镇杭州湾小安村工业房产(慈溪法院);
- 8.慈溪市附海镇海晏庙西的集体土地性质房产(慈溪法院);
- 9.慈溪市浒山街道东方明珠城11号楼902室房产(慈溪法院);
- 10.慈溪市浒山街道前西应区277号房产(慈溪法院);
- 11.慈溪市浒山街道名仕园11#201室房产(慈溪法院);
- 12.慈溪市浒山街道名仕园1#204室房产(慈溪法院);
- 13.慈溪市浒山街道金山新村43#301室房产(慈溪法院);
- 14.慈溪市古塘街道金旦花园16#1104室房产及地下车位(慈溪法院);
- 15.慈溪市周巷镇(原天元镇)天元大道678号工业房产(慈溪法院);
- 16.慈溪市浒山街道白云公寓11#303室房产(慈溪法院);
- 17.慈溪市古塘街道美域家园16#1104室房产(慈溪法院);
- 18.卢**所有的一批动产(慈溪法院);
- 19.慈溪市横河镇上剑南家园温馨苑13号房产(慈溪法院);

- 20.慈溪市浒山街道宁都华庭2#楼1101室房产(慈溪法院);
- 21.浙BEX375的别克轿车(第一次重新拍卖,宁海法院);
- 22.宁波市宁海县大佳何工业区工业房产(司法变卖,宁海法院);
- 23.宁海县跃龙街道桃源路37号房产(司法变卖,宁海法院);
- 24.余姚市梁弄镇灯具市场二期407室房产(江北法院);
- 25.余姚市梁弄镇灯具市场二期314室房产(江北法院);
- 26.余姚市梁弄镇灯具市场二期513室房产(江北法院);
- 27.余姚市城区星光路233号房产(余姚法院);
- 28.余姚市城区保庆路104弄22号202室房产(余姚法院);
- 29.余姚市城区新城市花园66幢403室房产(余姚法院);
- 30.余姚市万达广场D区4幢202室房产(余姚法院);
- 31.余姚市城区凤山新村26幢104室房产(余姚法院);
- 32.宁波**厨具有限公司所有的机器设备及存货(司法变卖,余姚法院);
- 33.象山县丹东街道工业园区蓬菜路309号工业房产(象山法院);
- 34.象山县丹东街道工业园区蓬菜路日升西对面(蓬菜路332号)工业房产(象山法院);
- 35.象山石浦镇渔港中路1391号“星海名都”1号楼605室、1号楼604室、1号楼503室、2号楼203室房产、4号楼806室房产、4号楼807室房产、4号楼808室房产、4

- 号楼709室房产、4号楼710室房产、4号楼208室房产、4号楼106室房产、1号楼104室房产、2号楼205室房产(司法变卖,分别拍卖,象山法院);
- 36.宁波市江东区中山东路369号A幢2004室房产(海曙法院);
- 37.宁波市江东区银杏巷6号5幢504室房产(海曙法院);
- 38.象山县丹东街道海苑苑38幢1002室房产(海曙法院);
- 39.陈**所有的宁波鄞州农村合作银行168714股股权(海曙法院);
- 40.宁海县跃龙街道二亩园巷10弄2号(现地址为10弄4-6号)房产(司法变卖,宁海法院);
- 41.宁波市桃源街道兴海家园4幢901室房产(宁海法院);
- 42.海南省文昌市高隆路98号(八一惠园)4幢1单元1302室房产(北仑法院);
- 43.宁波市北仑区大碇街道东街25弄3幢104室房产(含室内固定装修,北仑法院);
- 44.宁波市鄞州区东钱湖镇环湖南路288号卡纳湖谷山庄46幢2号房产(鄞州法院);
- 45.余姚市临山镇南塘西路9,7,7,13,11,17,15,21,19号房产(鄞州法院);
- 46.余姚市临山镇义成路2,4号房产(鄞州法院);
- 47.余姚市临山镇义成路10,12,14,16号房产(鄞州法院);