

宁波志愿服务大篷车第347期走进海曙丽园社区 1个小时配了近百把钥匙



商报讯(记者 戎美容 通讯员 尹凌 实习生 童取 刘葭滢)6月6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347期走进海曙段塘街道丽园社区,为现场的居民带去了家电维修、法律咨询、配钥匙、按摩、理发等多项便民服务。

宁波81890志愿服务中心派出的海曙益民锁业的志愿团队摊位前排起了长长的队伍,居民都是冲着免费配钥匙去的,大多是中老年居民。按他们的说法,现在配钥匙的地方很难找到,而且年纪大了容易健忘,多配几把钥匙备着。益民锁业的志愿者从活动一开始就没停歇



志愿者免费为居民配钥匙。 记者 王增芳 摄

过,业务一个接着一个,短短一个小时,受益人员的清单上已有近百名居民配好了钥匙,这项服务让居民非常满意。

浙江导司律师事务所副主任刘慧杰为居民解答法律上的相关问题。有些爱看

报纸的居民向刘律师咨询起最近有关“老赖”的事情:常常听到“老赖”一词,到底是如何界定呢?刘律师说,简单来说,就是指欠了别人的钱,却有钱不还的人。法律意义上的“老赖”,一般是指经过人民法院生效

法律文书确定具有偿付义务的债务人在拥有履行能力的情况下,故意拒绝履行债务或部分债务的人。

参加当天活动的志愿团队还有:宁波卫生职业技术学院康复保健协会团队、剪爱理发志愿者团队、海曙复源家电维修、丽园社区志愿团队。

社区简介

丽园社区地处海曙西南端,区域面积1.98平方公里,约占整个段塘街道三分之一的面积。辖区内有1个拆迁安置小区(顺德华庭)、2个自然村(苏家、尹家,现已拆迁,几年后安置),社区共有常住人口8500余人(其中本地居民2500余人,外来人口约6000余人)。有各类企业600余家,是一个典型的村、企、居并存的多元社区。

妈妈赶集寓教于乐献爱心



商报讯(记者 孙肖 实习生 潘佳妮)六一期间,由东南商报、宁波市妈妈大学公益俱乐部和鄞州银行公益基金会联合举办的妈妈赶集第81、82、83站分别走进鄞州东方幼儿园、江北国际村新悦幼儿园和鄞州姜山朝阳幼儿园。

江北新悦幼儿园小小班的摊位前,大多数的玩具已被抢购一空。一个上午,爱心箱里早已满满当当,本次妈妈赶集爱心义卖活动共募集善款3616.7元,善款暂存于幼

园,用于帮助需要帮助的人。鄞州东方幼儿园小小义卖员徐子浩说:“我要卖完这些东西,帮助有需要的小朋友。”负责人尤老师说:“让孩子们明白关爱他人也是体现自身价值的好途径。”本次活动共筹集善款13950.5元,用于需要帮助的孩子。

鄞州姜山朝阳幼儿园教师们的《荷塘月色》歌伴舞,拉开了“环保走秀”的序幕。孩子们身上的特制衣服吸引了大家的眼光。有的是用环保袋改装的,有的是用垃圾袋制成的,更有家长奇思妙想将啤酒瓶盖做成了饰品挂在孩子身上。本次活动共筹集善款3890元,帮助有需要的孩子。

美食达人分享诚信创业故事

商报讯(记者 孙肖 实习生 吴文文)由鄞州下应街道联合东南商报宁波红人堂栏目共同举办的周日课堂红分享活动第三期,6月7日下午在下应街道文化中心展开,本期主题是“诚信、平等”。活动邀请了宁波红人堂美食达人阿浅分享如何更好地诚信创业。

“健康的饮食行业需要经营者的诚信。”做了8年资深食客阿浅,现场和大家分享选择高品质诚信餐厅的小技巧。同时,作为自主蛋糕品牌的创

始人,阿浅为现场参与者带来了自己制作的三款蛋糕:芝士、提拉米苏和黄金花式蛋糕。

温馨提示:“红分享”活动共6期,每周日下午2点在下应街道文化中心三楼举办。每期活动都将邀请宁波各领域红人一名,分享他们正在做的正能量的故事。下周目2点,法官范津给大家带来“公正”和“法制”的主题分享。

更多详情请关注公众微信“家园下应”(微信号:jiayuanxiaying)。

“家有宝贝初长成”获奖名单出炉

商报讯(记者 戎美容 实习生 王悦宁)由宁波市卫计委、奉化市人口计生局和东南商报联合推出的“家有宝贝初长成”活动经过7天的比拼,于6月5日圆满落幕。本次活动共吸引了185名宝贝参赛,按照点赞数的总量,选出了前20名萌宝。

20名获奖宝贝分别是:赛芳、晓香、初夏、江碧露、祺仔、鲨鱼、胡杰、ai_xia、琴、单晨雅、颖颖、Yuan愿、唐樱之、小烽、哈尼朱、丽君、沈爱糯、Y[qi]、小面包麻麻、开心芮芮。获奖名单也可在“妈妈知道”微信上查询。他们将获得由妈妈知道送出的奶妈、领奖地点为奉化市人口计生局,届时可以凭参赛微信名领取奖品。

孕期如何补充营养

商报讯(记者 戎美容 实习生 袁珍珍)6月5日,由宁波市妈妈大学公益俱乐部、镇海妇幼保健院主办,潮浦社区卫生服务中心协办,“十月三生”女性健康关怀系列公益讲座第四场在镇海潮浦卫生院开展,镇海区妇保院副院长王雁云为准妈妈讲解了孕期如何补充营养。

“有些孕妇在孕早期会出现食欲不振等妊娠反应,吃什么都不香,而有准妈妈每天对着大鱼大肉胡吃海塞,导致体重过重,分娩困难,其实这些做法都不正确。”王医生说。

对于孕早期的准妈妈,要记住饮食以清淡、易消化吸收为宜,保证蛋白质的摄入量,可适当补充奶类、蛋类、豆类等,而受孕

后第15天到第28天是形成胎儿最初神经管的时期,所以这个时候要注意摄入叶酸,因为叶酸关系到胎儿的神经系统发育。对于维生素的供给,妈妈们要补充到位,例如碘的缺乏会使母体甲状腺素合成减少,导致宝宝生长发育迟缓,认知能力降低,所以要注意早期干预,可在医生建议下适当补充综合维生素片。

最后,准妈妈们在补充营养的同时,不能放弃自己的体重管理。因为过度进食不仅会造成准妈妈身体负担过重,还可能造成妊娠糖尿病的产生。孕前正常BMI(身高体重指数)可在网上参考标准数值,一旦超重就要适当开始做些运动,减少能量摄入。

浙江省宁波市中级人民法院网络司法拍卖公告

2015年6月8日至2015年6月24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变卖案件),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>)。

本公告同步在宁波市中级人民法院官方微信(微信号: nbszjrmfy)上公布。

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人员,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6月8日

- 拍卖标的:
- 1.浙L66198 博斯特牌轿车(起拍价30万元,海曙法院);
 - 2.宁波市海曙区西湾路132-1号<1-7>-<1-10>房产(起拍价70万元,海曙法院);
 - 3.余姚市梁弄镇灯具市场二期408室房产(起拍价56万元,江北法院);
 - 4.余姚市梁弄镇灯具市场二期409室房产(起拍价56万元,江北法院);
 - 5.余姚市梁弄镇灯具市场二期414室房产(起拍价56万元,江北法院);
 - 6.余姚市梁弄镇灯具市场二期301室房产(起拍价38万元,江北法院);
 - 7.余姚市梁弄镇灯具市场二期302室房产(起拍价38万元,江北法院);
 - 8.余姚市梁弄镇灯具市场二期307室房产(起拍价51万元,江北法院);
 - 9.余姚市梁弄镇灯具市场二期310室房产(起拍价57万元,江北法院);
 - 10.余姚市梁弄镇灯具市场二期309室房产(起拍价57万元,江北法院);
 - 11.余姚市梁弄镇灯具市场二期308室房产(起拍价57万元,江北法院);
 - 12.余姚市梁弄镇灯具市场二期4幢401室房产(起拍价59万元,江北法院);
 - 13.余姚市梁弄镇灯具市场二期304室房产(起拍价38万元,江北法院);

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>

- 14.宁波市江东区百丈东路819弄80号202室房产(司法变卖,起拍价100万元,江东法院);
- 15.宁波市江东区朱雀新村131号513室房产(起拍价55.6万元,江东法院);
- 16.宁波市江东区中兴路762号<4-1>、<4-3>、<4-4>等若干房产(起拍价323.9万元,江东法院);
- 17.宁波市鄞州区潘火街道128公寓1幢1单元1109室房产及车库(起拍价61万元,宁海法院);
- 18.余姚市马渚镇丰泽里18幢404室房产(起拍价58万元,余姚法院);
- 19.余姚市三七市镇二六市村的工业房产及国有土地使用权(起拍价1101万元,余姚法院);
- 20.余姚市低塘街道低塘村房产(起拍价49万元,余姚法院);
- 21.余姚市城区长新新村36幢103室房产(起拍价60万元,余姚法院);
- 22.余姚市西门口一品华庭12幢501室房产(起拍价72万元,余姚法院);
- 23.慈溪市**包装有限公司所有的一批机器设备(起拍价13万元,余姚法院);
- 24.象山县丹东街道刘家弄10-2号房产(起拍价40万元,象山法院);
- 25.象山县石浦镇渔港北路182-2号房产(起拍价248万元,象山法院);
- 26.象山县石浦镇浦城雅苑22号房产(起拍价183万元,象山法院);

- 27.象山县石浦镇浦城雅苑1号房产(起拍价163万元,象山法院);
- 28.象山县石浦镇浦城雅苑5号房产(起拍价143万元,象山法院);
- 29.象山县新桥镇东溪村的工业房产(司法变卖,起拍价453.762万元,象山法院);
- 30.江东区兴宁巷12号A2幢3103室房产(司法变卖,起拍价258万元,宁波中院);
- 31.宁波市鄞州区中河街道城市花园31幢133号3011室房产(起拍价104万元,江东法院);
- 32.宁波市江东区江南一品花园209号1401室房产(含附车库)(起拍价659万元,江东法院);
- 33.宁波市鄞州区中河街道东湖馨园19幢42号302室房产(起拍价176万元,江东法院);
- 34.宁海县跃龙街道世贸中心2幢512室房产(起拍价83万元,宁海法院);
- 35.宁海县桃源街道兴工三路150号房产(起拍价570万元,宁海法院);
- 36.宁海县桃源街道阳光小区18幢401室房产(起拍价49万元,宁海法院);
- 37.宁海县桃源街道兴海家园10幢1601室房产(起拍价88万元,宁海法院);
- 38.宁海县跃龙街道外环路104号房产(起拍价126万元,宁海法院);
- 39.宁海县跃龙街道桃源中路47号(门牌号为桃源中路47-1)和47号601.701室房产(起拍价310万元,宁海法院);

- 40.宁海县跃龙街道兴宁中路143号203、303房产(起拍价171万元,宁海法院);
- 41.宁海县跃龙街道北斗北路81弄18号房产(起拍价171万元,宁海法院);
- 42.宁海县桃源街道兴海家园38幢301室房产(起拍价110万元,宁海法院);
- 43.宁海县跃龙街道兴宁南路520号房产(起拍价130万元,宁海法院);
- 44.象山县爵溪街道滨河路3号(现门牌号为滨河路295号)房产(司法变卖,起拍价1200.4021万元,象山法院);
- 45.宁波市海曙区咏归路34号(1-82)房产(起拍价284万元,海曙法院);
- 46.宁波市海曙区咏归路32号<1-83><1-84>房产(起拍价173万元,海曙法院);
- 47.宁波市海曙区咏归路30-34号<1-67>房产(起拍价65万元,海曙法院);
- 48.宁波市海曙区柳庄巷6号1405室房产(起拍价64万元,海曙法院);
- 49.江东区外港路28号波特曼中心A805室房产(起拍价43万元,海曙法院);
- 50.奉化市桥西岸路106、107号房产(起拍价432万元,海曙法院);
- 51.余姚市西门镇泗北村工业房产及国有土地使用权(起拍价3267万元,余姚法院);
- 52.余姚市西门镇善惠路3-8号房产(起拍价119万元,余

- 姚法院);
- 53.余姚市城区西石山南路96号房产(起拍价223万元,余姚法院);
- 54.余姚市城区舜北新村14幢202室房产(起拍价45万元,余姚法院);
- 55.宁海县跃龙街道人民大道65号龙珠大厦1-53号商铺(司法变卖,起拍价49万元,宁海法院);
- 56.宁海县跃龙街道龙珠大厦1-72-4商铺(司法变卖,起拍价45万元,象山法院);
- 57.宁海县跃龙街道龙珠大厦1-72-49商铺(司法变卖,起拍价17万元,象山法院);
- 58.宁海县跃龙街道龙珠大厦1-72-16商铺(司法变卖,起拍价33万元,象山法院);
- 59.宁海县跃龙街道龙珠大厦1-72-35商铺(司法变卖,起拍价31万元,象山法院);
- 60.宁波市江东区北柳街128弄85号401室房产(起拍价44万元,江东法院);
- 61.宁波市鄞州区下应街道朝阳荟1幢1号2号249室房产(起拍价23万元,江东法院);
- 62.余姚市城区塑料城中心交易区F区3幢301、303室房产(司法变卖,起拍价33万元,余姚法院);
- 63.宁波市镇海区庄市街道柳岸晨韵36号1702室房产(含室内固定装修)(起拍价:161.2万元,北仑法院);
- 64.宁波市北仑区小港渡口路242号6幢242号房产(司法变卖,起拍价33万元,北仑法院);