



好牛奶是养出来的
宁波牛奶集团温馨提示

宁波市气象台
昨日 16 时发布



今天
多云到阴有雷阵雨
偏东风 3级
26℃~34℃



明天
多云到阴有雷阵雨
偏东风 3级
25℃~33℃



后天
多云,午后局部有雷阵雨
东到东南风 3级
26℃~35℃

承承看天

今明两天
午后多雷雨

午后一声惊雷炸响,豆大的雨点劈头盖脸落了下来,市气象台随即发布雷电黄色预警。

久违的雨水无法一下冲散连日来积蓄的暑气。昨天市区最高气温 34.4℃,虽然止步于高温的“门槛”外,闷热的感觉还是根本就停不下来。

今明两天双休日,天气不会有太大的变化,多云到阴,每天午后阴有阵雨或雷雨,雷雨时短时风雨较大,特别是出去玩的朋友,看到天色不对,还是有所防范的。

好在这两天温度不会太高,预计今天市区最高气温 33℃~35℃,明天最高气温 33℃左右。和高温线一到两度的差距,一般是近乎察觉不到的。只是看着预报温度,没有超过 35℃,心里总归会有些安慰。人们喜欢说“心静自然凉”,多半也就是这个意思了。

石承承

活动

和作家午歌分享自由文艺梦

鄞州下应街道联合东南商报“宁波红人堂”栏目举办的“周日课堂红分享”活动最后一期,将于6月28日(周日)下午2点在下应街道文化中心开展。本期邀请嘉宾是作家午歌,将和大家分享自由文艺梦。

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

孙肖

周日有生殖健康现场咨询会

6月28日上午11点,宁波市医学会计划生育与生殖医学分会,将在宁波市海俱大酒店多功能厅举办一场生殖健康现场咨询会,邀请甬城知名不孕不育、优生优育、计划生育专家提供咨询和问诊。

马蝶翼 鲍云洁

动态

铁路宁波站增开 9 趟临时列车

从7月开始,全国铁路将进入为期两个月的暑运。为了满足旅客出行需求,铁路宁波站将增开9趟临时列车,主要发往杭州、上海、温州及合肥等方向。

据介绍,这9趟临时列车全都是高铁动车组列车,其中合肥南至宁波增开 G94885 次1趟,宁波至合肥南增开 G94867 次1趟;上海虹桥至宁波 G9501 次1趟,宁波至上海虹桥 G9502 次1趟;上海虹桥至温州南 G9507 次1趟,温州南至上海虹桥 G9508 次1趟;上海虹桥至温州南 D9575 次1趟,温州南至上海虹桥 D9576 次1趟;以及温州南至上海虹桥 D9578 次1趟。

由于7月1日,全国铁路运行图将调整,具体车次的开行日期,停靠站及时刻,以车站公告为准。

范洪 钱惜红

宁大附属医院连续 6 年为医务人员投意外伤害险

昨天是医师节,这是5年前中国医师协会为维护医师队伍良好形象,营造尊医重医社会氛围而确定的节日。

一大早,宁波大学附属医院的医生们收到了一份暖心的节日礼物——由院领导和各科室负责人亲手送上的贺卡和礼物,贺卡里写着“身为战友,我们知道,鲜花盛开的地方,总是有爱……救死扶伤,善待生命,神圣的职业就是大爱无边……”

今年同贺卡一起送到医生们手中的还有一张保险卡。从2010年起,宁波大学附属医院连续6年为医务人员投保了“安心保险”。

医务人员若在工作中(包括上下班途中)遭遇意外伤害,除正常的工伤赔付外,保险公司还将赔付一定额度的意外伤害险。

鲍云洁 庞赞

工会系统筹集500万元慰问高温作业

日前,市总工会下发《关于开展防暑降温百日集中系列行动的通知》,明确于6月至8月期间,在全市开展以“三送一强”(送清凉、送安全、送健康、强意识)为主要内容的防暑降温百日集中系列行动。据悉,今年高温季节,全市各级工会将筹集500万元以上资金,走访慰问高温作业重点企业1000家、职工100000名。此外,市总工会积极倡导部分商场、金融和餐饮等企业在不影响经营的情况下,积极履行社会责任,向露天作业的职工免费开放纳凉场所,提供开水等防暑降温用品,确保这些职工的身心健康。

陆麒雯 赵清

垃圾分类的对不对,好不好? 海曙请第三方来开袋检查

今年5月,海曙白云街道率先实现生活垃圾全覆盖,辖区范围内40个小区23307户家庭全面铺开生活垃圾分类工作。为了能够掌握居民分类情况的第一手资料,有效推进和规范生活垃圾收集,从本月开始,白云街道正式启动了垃圾分类第三方开袋检查项目。

街道委托专业公司对辖区40个小区进行开袋检查和日常考核。白云街道从而成为全市首个引入第三方专业考核的街道。

林伟 范奕齐

保税区众创空间昨日投入运营

昨天,宁波保税区推进创业创新的服务平台——众创空间在江东八骏湾的东融资本大厦正式启用。与其他的众创空间不同的是,宁波保税区众创空间与风险投资机构东融资本合作,重点关注电商行业,东融资本还设立了5亿元创业资金,为前来众创空间路演、交流的项目提供从天使投资到后期投资的全程风险投资服务。

今年以来我市高新区、江东区、鄞州区等地先后设立了多个众创空间。

殷浩 甘泉

旅游

夏日避暑 福寿磐安等你来

磐安舞龙峡景区内青山秀水、怪石奇潭、峭壁飞瀑……景区以跌水腾龙、洞天飞龙、连天盘龙、千丈跃龙、仙雅卧龙等五处瀑布景观,展示了龙文化内涵以及“福祿寿财喜”的美好寓意。

舞龙峡附近的农家乐是每一个避暑游客最津津乐道的。磐安农家,设施新、服务好。午觉初醒,坐在凉爽的农家小院,和伙伴们聊天、下棋、读报、品茶等,不失为人生一大乐事。

避暑线路:磐安舞龙峡避暑养生三日游
发团日期:7月3/5/7/9/11/13/15/17日

全包价:368元(含来回交通、住宿、餐费、舞龙峡门票、导游服务费)

热线:27666666;爱飞扬微信号:T4000365666;

报名地址:海曙大沙泥街88号富茂大厦裙楼8-9楼;爱飞扬旅游网:www.iflying.com;旅游许可证:L-CJ-J00063。

机票

明日部分宁波始发航班票价

目的地	离站时间	折扣价	目的地	离站时间	折扣价
香港	14:30	1550	青岛	10:00	670
澳门	15:50	1300	青岛	16:35	670
北京	8:30	1380	青岛	20:40	470
北京	9:50	690	潍坊	20:20	730
北京	11:05	1380	成都	13:05	1390
北京	13:05	1380	成都	18:40	1080
北京	14:30	1380	成都	19:35	1080
北京	17:45	1380	重庆	14:05	940
北京	18:35	1380	重庆	16:45	780
北京	20:20	970	昆明	7:50	4500
天津	11:10	1240	昆明	11:20	1260
广州	7:45	830	昆明	13:25	1080
广州	11:45	1070	昆明	17:20	1260
广州	12:10	950	昆明	19:40	1260
广州	12:35	1070	贵阳	12:40	1390
广州	14:40	1070	南宁	14:25	1480
广州	17:05	710	长沙	11:15	450
广州	17:50	1070	长沙	11:20	480
广州	21:45	830	长沙	14:25	800
深圳	9:45	770	长沙	19:35	480
深圳	10:10	640	南昌	13:05	640
深圳	14:35	770	南昌	18:40	640
深圳	15:35	700	武汉	7:55	680
深圳	18:00	580	武汉	12:40	680
深圳	20:10	770	武汉	13:25	740
深圳	21:10	510	武汉	15:20	750
珠海	10:35	1160	武汉	16:30	750
厦门	18:20	880	宜昌	19:40	550
哈尔滨	12:15	1560	郑州	8:10	540
哈尔滨	20:05	1380	郑州	13:00	540
长春	11:00	1300	郑州	13:10	540
沈阳	7:40	1530	西安	13:35	1380
沈阳	12:55	1700	西安	7:55	970
大连	9:25	860	银川	13:00	1890
大连	11:30	740	海口	13:10	1550
大连	16:25	740	海口	16:35	930
大连	16:45	860	三亚	19:45	940
青岛	7:40	630			

注:1、以上价格信息于昨日17点采集,均不含税,仅供参考;2、24小时售票热线:88886666、88887777、13336666866,市区内免费送票。

每天一句宁波话

词条:
苦意头
解释:
有点儿苦味

例句:
该根夜开花有眼苦意头哦。
[这条呱呱有点儿苦味的。]



钱元平 辑录
任山威 配图

福彩

七乐彩 第2015073期
基本号:06 07 13 20 24 25 30
特别号:03
15选5 第2015170期
基本号:02 03 06 07 14
3D 第2015170期 开奖号码:3 1 3

体彩

●20选5第15170期:01 02 17 18 19;
●排3排5第15170期:9 0 0 2 5;
●6+1第15073期:553557+2
(中奖号码以彩票中心公告为准)

宁波市民问鼎老年补助证免费办理中



目前,生活成本提高正困扰着广大的中国普通市民,为改善这一情况,宁波问鼎服务中心长期与国内1200多家一线生产企业联系,鼓励企业取消中间流通环节,以厂家直销的形式向普通老百姓提供价廉物美的产品,这些企业生产的产品涉及到生活中的方方面面,日常生活用品、家用电器、食品等。成立2年以来深受广大老百姓的欢迎,在全国得到迅猛发展,

已有办事处120个。从今年2月份开始,问鼎服务中心顺应时代的呼应,为了进一步扩大全国市民的受益范围,将在全国全面推广,即日起问鼎各地办事处将为60岁以上的中老年朋友办理“问鼎老年补助证”。凡60岁以上的离退休人员,即日起凭有效证件(老年证、身份证)均可办理老年补助证,办证后现场可免费领取由问鼎赞助企业提供的火麻油一瓶。

办证后还可享受宁波问鼎服务中心的其他惠民政策,请各位市民相互转告。

目前,宁波市老年补助证配额已不多,申办正紧张进行中,望符合条件仍未办证者抓紧申办!已经报名者请勿重复报名,重复报名一概不受理!

老年补助证申办热线:0574-87313581
87313580

马明仁膏药铺为老人免费贴膏药 火热报名预约中

颈肩腰腿痛一直困扰着很多人,颈肩腰腿痛如果不注意保养和理疗,最终会导致活动不利,关节变形甚至导致卧床不起,给患者带来极大的痛苦。马明仁膏药铺在宁波地区举行的关爱老人健康。爱老敬老的爱心活动受到了社会各界人士的关注,很多老人到马明仁膏药铺理疗康复后,把锦旗送给了马明仁膏药铺的老师,感激万分。

请注意:从现在开始,凡是年龄满60岁以上的老人,到马明仁膏药铺来贴膏药,膏药钱全免,活动截止时间待总公司通知。

如果你有以下症状,就马上报名参加:

颈椎病,肩周炎,腰椎间盘突出,腰肌劳损,坐骨神经痛,半月板磨损,风湿,类风湿性关节炎,寒湿腰痛,颈椎,腰椎膝关节骨质增生,老寒腿,滑膜炎等。

(请注意:为了避免造成人多拥挤,请先报名预约,每天仅限30名,没报名排号的一律不插队)
(注:年龄60岁以上的老人才可以报名参加此次活动,来时请带上身份证)

报名预约电话:87158225

时间:早上8:00—下午6:00

马明仁膏药铺地址:宁波市兴宁路142-2号(白鹤派出所对面)

公司网址:WWW.mamingren.com