



奶牛如是弄出来晒 宁波牛奶集团温警告知

宁波市气象台 昨日 16 时发布



今天

多云到阴 夜里阴有时有阵雨 偏东风 3级 17℃~26℃



明天

阴有时有阵雨 东北到东风 3级 20℃~25℃



后天

阴转多云 东北风 3级 18℃~28℃

动态

市环保局公布今年1~8月 中心城区空气质量情况



昨天，市环保局公布了今年1~8月宁波市中心城区空气质量情况。让人高兴的是，今年1~8月，宁波市中心城区空气质量整体情况良好，达标天数比例为85.2%，综合指数为4.62（数字越低越好），PM2.5平均浓度为每立方米42微克。

与去年同期相比，达标天数比例上升了1.3个百分点；六项常规污染物中，除了臭氧日均浓度有上升外，其他污染物的平均浓度均有下降或基本持平。

刘波 陈晓艳

“访名村·记乡愁” 大型主题活动启动

前天下午，由市名城办、市规划局主办的“访名村·记乡愁”大型主题公益活动正式启动。本次活动围绕“阿拉乡魂”的主题，旨在增强市民传承乡土文化与爱乡热情。

根据活动安排，160名市民代表与大学生代表受邀参加此次走访活动，将分组走访象山石浦镇一东陈村、宁海县许家山村一龙官村、鄞州区鄞江镇一走马塘村、慈溪市鸣鹤镇一方家河头村一任佳溪村4条最具宁波特色的文化遗产线路，包含了海洋文化、山地文化、渔文化等地域特色文化。

范洪 叶建明

承承看天

本周“天凉好个秋”

昨天市区最低气温仅17.2℃，创今年下半年来最低气温新低，市区最高气温也仅有27.1℃。气温回落，主要是受弱冷空气影响。虽然是弱冷空气，但影响还是能够被深刻感知的。

从昨天开始，我们正式进入农历八月，虽然还不是气象学意义上的秋季，但从天气转变上来看，自然是“天凉好个秋”。

除了今天夜里到明天阴有时有阵雨，周日多云转阴局部有阵雨外，本周我市大部分时间是晴到多云的天气。

气温也维持在和上周差不多的水平。除今明天我市最高气温在26℃左右外，其余日子的最高气温维持在28℃~29℃，午后可能还是会有些小闷热。

最低气温也表现平稳。除今天最低气温在16℃~18℃外，其余日子的最低气温在18℃~20℃，不算太低。

不过，近10℃的日温差也是摆在眼前的。走在路上，这又是一个乱穿衣的季节，有的人还是一身夏装，有的人已经是秋装打扮。俗话说“春捂秋冻”，也是要因人而异的，大家要根据各自的身体条件，适当调整衣物。

石承承

福彩

双色球 第2015107期 红色号：07 14 16 18 21 25 蓝色号：08 15选5 第2015249期 基本号：01 05 07 10 14 3D 第2015249期 开奖号码：3 1 9

体彩

●20选5第15249期:02 04 11 17 19; ●排3排5第15249期:4 6 1 2 3; ●足彩6场半场胜负第15132期:3 3 1 0 3 3 1 3 1 1 1 3; ●足彩4场进球第15132期:2 0 0 1 3+ 1 3+ 1; ●体彩6+1第15107期:9 4 8 6 3 5 +5; ●足彩胜负彩第15132期:3 0 3 3 1 3 0 1 0 3 3 3 0 0。(中奖号码以彩票中心公告为准)

图说

澄浪桥完成下部结构施工



昨天，工人们正在澄浪桥工地紧张施工。截至今年8月底，桥梁全部下部结构施工、江东侧引桥首段现浇箱梁施工及跨江东南路门洞施工已经完成，主桥钢箱梁奉化江跨江段也全部就位。施工方介绍说，按照目前的进度，到年底，桥梁主体结构可以基本建成。

这座西起澄浪堰路、东至桃源街的跨江大桥，设双向六车道及非机动车道、人行道，是永达路跨越奉化江的重要节点工程。待澄浪桥建成，整条永达路即可告贯通。届时，在世纪大道和机场快速干道这两条南北向的重要城市交通廊道之间，将多出一条东西向的联系纽带，串联起海曙、江东、鄞州、东部新城等区域，并把机场、客运中心、铁路宁波站等重要交通枢纽沟通起来。

刘波 陈晓艳



邀好友 “免费”欧洲游

为了回馈市民，宁波通运旅行社在成立10周年之际推出“拾年，十全十美”系列活动，有多项优惠惠及市民。本次重磅推出高性价比的欧洲游产品：凡在9月25日前推荐好友报名以下欧洲游产品，邀请人立享以下优惠：邀请1名好友同行，邀请人立减1000元；邀请2名好友同行，邀请人立减2000元；邀请3名好友同行，邀请人立减4000元；邀请4名以上好友同行，邀请人立减6000元；邀请12人以上，邀请人免费游欧洲！另外还安排宁波家门口出发和赠送旅游意外险，让您出行无忧。

主推线路一：荷兰法国意大利瑞士4国10日游 出游日期：11月9日、18日，售价：11999元/人 主推线路二：德法意瑞奥地利5国12天+欧洲双堡 出游日期：10月24/31日，售价：12599元 报名及投诉电话：87651111 QQ群：116159829 地址：海曙区新典路536号新海蓝钻8楼 运通我去游网：www.57676.com 浙江运通旅行社有限公司(L-ZJ-CJ00079)

健康

多吃鱼肉有助降低抑郁风险

许多研究已证实鱼肉含有丰富的营养物质，日常多吃有益健康。一项新发布的研究结果则显示，多吃鱼肉的人患抑郁症的风险或许更低。

中国青岛大学医学院的研究人员在英国《流行病学和公共卫生杂志》上发表的报告说，他们对超过15万人的健康数据进行梳理后发现，那些日常食用鱼肉较多的人群患抑郁症的风险比其他人群低17%。

报告说，导致上述差异的一个可能解释是鱼肉所含的“欧米伽3”不饱和脂肪酸可能有助大脑中多巴胺和血清胺水平提升，这两种脑分泌的化学物质与抑郁症的发生存在较大关系。有研究显示，缺乏多巴胺会导致抑郁症，而抑郁症患者大脑中的血清胺含量较低。

此外，爱吃鱼肉的人，其总体膳食结构比较均衡，有助他们的身体维持健康水平，这也会让他们的精神状态保持在一个不错的水平上。据新华社

旅游

日本深度六日游

飞扬旅游为您打造中秋最佳产品：9月24日出发 天海邮轮，鹿儿岛+冲绳日本深度5晚6日游。推荐理由：1.价格低，内舱双人房2199元/人；海景双人房2799元。2.天海邮轮作为国内首条奢华涉外五星邮轮，餐饮丰富，更适合老年人。3.特别安排宁波—上海码头往返接送(需加300元/人)。

报名热线：27666666；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-ZJ-CJ00063

机票

明日部分宁波始发航班票价

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 Hong Kong, Beijing, etc.

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、13336668686，市区内免费送票。

每天一句宁波话

词条：撈顺毛

解释：比喻顺着人的心思说好话。 例句：该人要撈顺毛哦。[这个人要顺着他的心思对他说话好话的。]



钱元平 辑录 任山葳 配图

关于“滨湖晴园”安置小区住房交付的通知

“滨湖晴园”安置小区现已具备交付条件，为公平、公正、公开有序地做好该小区的住房交付工作，现将有关事项通知如下：

- 一、参加交付条件：已抽签定位至“滨湖晴园”安置小区的被拆迁人 二、住房交付时间安排：

Table with columns: 时间, 套型. Lists delivery times and unit types for different dates.

- 三、交付地点：滨湖晴园小区正大门商铺（清河路正大门） 四、抽签随带证件（1）拆迁安置协议原件（2）抽签定位公证书（3）本人身份证。拆迁协议书上有两个名字的，参加交付一人需提供另一人的授权委托书，授权委托他人交付的，需至社区办理授权委托书。 五、被拆迁人须在规定时间内参加相应套型的交付，未在规定时间内参加交付的，请在所有套型交付时间后自行到拆迁办、物业公司等部门进行相关手续办理后方可领取钥匙。 六、请预先开办信用社的卡并将需缴款项存入，方便办理。 特此通知，望互相转告！

宁波市江北区甬江街道征地拆迁办公室 2015年9月14日