



奶牛如是秀出来啦
宁波牛奶集团温馨提示

宁波市气象台
昨日 16 时发布



今天
晴天

偏北风 2~3 级
12℃~25℃



明天
晴到多云

偏北风 2~3 级
12℃~24℃



后天
晴转多云

东北到东风 2~3 级
13℃~24℃

承承看天

本周唱的是“小晴歌”

眼下的天气称得上是秋天里“最好的时光”：秋高气爽、阳光白云。尽管前期有冷空气补充影响，但据市气象台预报，本周我市白天的气温还是不错的，基本维持在 24℃~26℃，不算太冷，走在阳光下，还会带点温暖。

好天气当前，大家也不能松懈了对秋天应有的“戒备”。在冷空气的影响下，前半周我市最低气温持续偏低，预计周一到周三，我市最低气温都只有 11℃~12℃，要等到后半周才会缓慢“抬头”，慢慢爬升到 15℃~16℃。

不知道刚刚过去的双休日，大家有没有好好利用不错的阳光，晒一晒在衣橱里放了一年的秋装，然后舒舒服服地穿在身上。

石承承

讲座

宁大附属医院
有糖尿病知识讲座

10月14日(周三)下午2:30, 宁大附属医院门诊四楼学术报告厅有“糖尿病患者如何保护双足”讲座, 授课人为该院内分泌科护士长、副主任护师、中国糖尿病教育者、世界健康基金会糖尿教员陈奋, 届时还有免费血糖检测活动。 庞赞 鲍云洁

福彩

双色球 第2015119期
红色号: 02 08 10 18 23 31
蓝色号: 08
15选5 第2015277期
基本号: 03 05 06 09 14
3D 第2015277期
开奖号码: 7 0 6

体彩

●20选5第15277期: 03 08 10 11 18;
●排3排5第15277期: 4 8 3 8 2;
●6+1第15119期: 1 5 1 4 0 3+2;
●足彩6场半全场胜负第15151期: 3 3 3 0 0 0 0 0 1 0 3 3;
●足彩4场进球第15151期: 2 0 1 2 0 2 3 0;
●足彩(胜负彩)第15151期: 0 3 3 3 0 0 0 0 0 3 0 3 3。
(中奖号码以彩票中心公告为准)

公益广场

萤火虫亲子读书会
引导孩子改正不良习惯

昨天上午, 由东南商报社、宁波市妈妈大学公益俱乐部和鄞州潘火街道办事处联合举办的萤火虫亲子读书会在中山华庭小区的草地上温馨举办。本次活动特邀义工金妈妈为大家带来《贝贝熊系列丛书: 科学饮食》。

《贝贝熊系列丛书: 科学饮食》讲述了小熊哥哥和小熊妹妹从爱吃不健康的零食转变为乖乖享受健康食品的过程。“这种自然界真实的生命会让孩子产生认同感, 给予孩子童年的温暖和安全。”金妈妈分享道, “这本绘本故事以贴近现实生活和幽默的教育方式, 讲述孩子偏食、偷吃不健康食物等问题, 内容典型亲切, 充满了爱心和智慧。”金妈妈还表示, 孩子的一些不好的行为习惯不是一朝一夕养成的, 希望家长能通过分享故事的形式, 循序渐进, 慢慢引导孩子改正不良习惯。

更多详情请关注妈妈大学(微信号: youxiu mama)。孙肖 孙梦珂

葵葵鱼悦读坊
让孩子适应新的环境

昨天下午, 由东南商报社、宁波市妈妈大学公益俱乐部和鄞州下应街道妇联、计生协会联合举办的葵葵鱼悦读坊第23课在下应街道文化服务中心一楼举办。本次活动特邀义工熹熹妈妈, 为大家带来一本出自孩子生活实际的绘本故事——《小阿力的大学校》。

《小阿力的大学校》描绘了小阿力对新学校的担心和好奇, 从侧面反映了这一时期孩子对新环境、新事物的心理, 包括家长的不舍与担忧, 都是现实生活的真实写照。“这本绘本故事不仅可以让孩子看到自己的影子, 而且也引导孩子从孩子的视角看待问题, 最终让孩子认识到其实上学是件非常美好而有趣的事情。”熹熹妈妈分享道, “这本绘本故事通过很多大图、小图的形式为我们展现了主人公从对学校的担心变成兴奋, 十分形象, 所以在绘本分享时, 希望妈妈们从看图片开始, 给孩子更多的思考和想像的空间。”孙肖 孙梦珂

《妈妈大学》第132期导读

由东南商报社区全媒体工作室出品的公益品牌《妈妈大学》微刊第132期精彩上线。您可以通过添加妈妈大学微信(微信号: youxiu mama)阅读精彩内容。

本期封面亮相的是宝贝尹小雨和妈妈汪蕊。

孙肖 朱婷



交通

日新街地下通道交通管制

今年10月15日至明年2月15日, 日新街地下通道大修改造, 将采取临时性封闭施工。施工期间, 白天7:00至晚上10:00, 对地下通道进行封闭施工, 禁止行人在地下通道通行, 行人可借用轨道交通1号线东门口站的1号、C号出入口及其地下通道横穿中山东路。 张贻富 周瑾



大明山
赏红叶好去处

浙江临安大明山素以“一泓碧湖, 十里幽谷, 万里岩洞, 群峰啸天, 林海无边”而独步江南, 具有浙西雄奇美丽的山川之美誉。登上大明山, 心旷神怡, 那山、那水、那云, 仿佛人间仙境。这个秋季跟着运通游杭州临安大明山, 看红叶飘过。

大明山赏红叶特惠一日游价格: 99元/人
发班时间: 10月24日、10月31日(仅此两班)

特别赠送: 一张电话卡价值100元
温馨提示: 此电话卡不是电话充值卡, 需要智能手机下载软件后才能使用哦

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)

图说

丹山赤水柿子熟了



昨天上午, 余姚四明山丹山赤水柿子节在大岚镇柿林村开幕。据介绍, 本次柿子节活动有“柿子宝宝邀您一道来赶集”、“山水雅集表演”、“大岚民宿经济推进会”等8项系列活动。

王增芳 胡骏

旅游

天海豪华邮轮日韩五日游

天海邮轮“新世纪号”原属于美国皇家加勒比邮轮公司旗下的五星品质的精致邮轮系列。2199元已经一价全包了, 包含了邮轮上的全程住宿和全天候用餐, 还包含了价值千元的日本福冈和韩国济州两地的全部岸上观光费以及全程飞扬领队导服费等。您需要自理的费用仅仅是宁波—邮轮码头往返接送300元以及按国际惯例邮轮上需另行支付48美金的小费给船方。

标准内舱双人房2199元/人, 高级海景双人房2599元/人, 豪华阳台双人房3099元/人。

报名热线: 27666666;

爱飞扬微信号: T4000365666;

报名地址: 海曙区大沙泥街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

目的地	离站时间	折扣价	目的地	离站时间	折扣价
香港	8:30	1550	大连	9:25	490
香港	14:30	1550	大连	16:25	310
香港	19:00	候补	大连	16:45	370
澳门	15:50	1300	青岛	7:40	400
北京	7:45	690	青岛	16:35	400
北京	8:30	690	青岛	20:40	320
北京	13:05	1380	青岛	22:40	320
北京	9:50	830	潍坊	20:20	420
北京	13:05	1380	成都	13:05	1540
北京/南苑	14:30	550	成都	16:30	1080
北京	17:05	550	成都	18:40	920
北京	17:45	690	重庆	19:35	770
北京	20:20	410	重庆	10:20	780
北京	20:20	410	重庆	11:20	780
天津	11:10	1050	重庆	11:40	700
天津	21:30	520	重庆	16:45	780
广州	7:45	1190	昆明	7:50	1080
广州	11:45	1190	昆明	11:20	1080
广州	12:10	950	昆明	11:55	候补
广州	14:40	1190	丽江	13:00	890
广州	17:05	1180	兴义	13:00	620
广州	17:50	1190	长沙	11:20	800
广州	21:45	710	长沙	19:35	360
深圳	9:45	1280	南昌	13:05	350
深圳	10:10	900	南昌	18:40	490
深圳	14:35	1020	武汉	7:55	450
深圳	15:35	770	武汉	15:20	450
深圳	20:10	770	武汉	16:30	450
深圳	21:10	770	郑州	8:10	430
厦门	18:20	880	西安	7:55	970
哈尔滨	12:15	1560	海口	10:15	620
哈尔滨	20:05	1380	海口	13:10	470
长春	11:00	1630	三亚	14:00	750
沈阳	7:40	1190			

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: 在行

解释: 聪明, 机灵; 内行。

例句: 侬咋介在行了。[你好内行啊。]



钱元平 辑录
任山威 配图

老歌戏曲评书小品相声, 看戏听歌不花钱
字大声大屏大手写短信, 时尚实用真贴心

专家预言, 老人手机马上进入智能时代。拥有一部智能老人手机就相当于同时拥有一部音乐播放器, 视频看戏机, 一部照相机, 一部收音机。一部智能手机就能让老年人的生活更加多姿多彩。现在, 国内专业智能老人手机厂商大显泛泰通讯有限公司根据老人需求, 使用习惯, 推出首款简爱BM520智能老人手机。界面图标, 功能, 操作等都经过了1年2000多位60岁以上老年人的亲身试用体验。一学就会, 一看就懂, 改变了老人不会使用智能手机的现状。

并且加入了1000首的经典老歌、名家戏曲、小品相声, 1000条的养生、食疗、疾病防治知识, 让老年人养生娱乐两不误。

在2015年重阳节即将到来之际, 大显泛泰通讯有限公司本着“关爱老人, 丰富老人晚年生活”的宗旨, 特举办大型智能老人手机普及推广活动, 以工厂价格直供500台智能老人手机给广大市民, 市场原价为799元, 现推广价格仅需358元(电池、充电器、说明书保修卡), 想买智能老人手机的朋友千万不要错过! 请广大老年朋友提前拨打电话400-8518-018申领体验!

老人专用智能手机

手机功能

3.5英寸超大屏幕, 文字又亮又清楚; BOX超大喇叭, 声音响亮又清晰; 外置接听挂断键, 手写短信, 语音短信功能, 简单方便又好用; 3000毫安锂电池, 待机超长超省心。

娱乐功能

1000多段老歌, 评书, 戏曲, 相声小品; 看戏听歌更开心; 支持GPRS上网功能, QQ、微信, 亲情沟通更方便; 照相, 录像, 录音, 点滴精彩生活随时记录!

广播功能

真正智能收音机, 全波段自动搜索存储电台, 独立拉伸天线, 随时随地听广播, 信号接收强, 声音清楚无杂音, 足不出户尽知天下事!

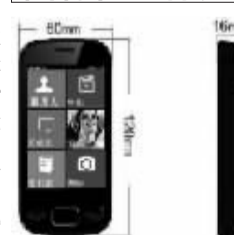
贴心功能

电子图书馆, 1000条的养生保健, 疾病防治知识很贴心, 自动对时, 日历, 闹钟, 计算器, 智能语音王, 一应俱全。外置手电筒方便实用; SOS求助功能, 出门在外更安心。

【活动内容】

- 1、活动期间享受出厂价格, 再赠68元8G内存卡以及98元老年眼镜一副, 数量有限, 赠完为止。
- 2、本次活动仅针对老年朋友。
- 3、快递送货上门, 货到付款。
- 4、手机均为正品行货, 厂货直供、品质保证、假一罚十。

操作简单 一看就会



申领热线: 400-8518-018

特别声明: 本次活动申领一台手机仅需338元(电池、充电器、说明书保修卡), 颜色: 黑色、红色, 如果想再备一块原厂电池备用, 只需加40元即可, 除此之外不再收取任何费用! 请广大消费者谨记, 如遇额外收费等情况, 请及时拨打400-8518-018举报投诉!