好牛奶是养出来的
宁波牛奶集团温馨告知

今天
中雨转阵雨
东到东北风 2~3 级
15℃~20℃

明天
小雨
东北风转偏东风微风
13℃~16℃

后天
阴
偏东风微风
12℃~22℃

承承看天

今天局部有大雨

据市气象台预报，继昨天我市北部地区局部出现中到大雨后，今天我市将继续阴有中雨，局部大雨。等到明天才会转为阴有阵雨。

出门带雨具和注意路上安全，恐怕不用再提醒了。

倒是穿什么出门这件事，要再啰嗦两句：和昨天相比，今天市区气温略有下滑，主要表现在最高气温上，预计今天市区最高气温将跌至 20℃以下，在 17℃~19℃，而昨天市区最高气温有 22℃。大伙儿不妨适当调整衣着。

石承承

股市点评

维持短期多空平衡

昨天A股抗住了外盘大跌带来的消极影响，行情保持了一定的独立性，市场心态较为平稳，中小盘题材股行情相当活跃，总体走势相对偏强，难能可贵。

本轮修复性反弹行情，理论上超跌股票都有份，但个股的反弹力度差异很大。题材丰富、盘子相对较小、股性活跃、有主力相中的个股，一般反弹幅度往往远超平均水平。

技术角度，中小创指数目前的部位模棱两可，暂时难于辨别究竟是已进入第二波的 C 浪反弹，还是仍处反弹第一波或第二波的范畴。我们暂时不下结论，再看一看后市发展状况才能理清脉络。

操作层面上，当下市场个股各行其是，股价运行节奏差异很大。一批个股短期涨幅不菲，波段高点逐步呈现，另一批股票蓄势整理，尚未启动。因此，短期指数波动不足惧，市场风险主要还是结构性和局部的，反弹到位个股应果断出手，底部盘整的个股等待反弹的机会。 民族证券宁波营业部

本文分析仅供参考

动态

第14届“家博会”明起开展

4月 8 日至 11 日，第 14 届中国国际家居博览会，将在宁波国际会展中心举办，同期还将举办第 20 届宁波房地产展示交易会。

本届家博会共设房产、建材、家装、家电、家居、家饰等家居中上游十二大板块。

房产一直是每年家博会的重头戏。本届家博会有雅戈尔、开投、中房等 20 余家房产开发企业、40 多个楼盘参展，以普通住宅为主，也不乏高档别墅、写字楼、养老地产等。组委会在 4 号馆还特别设置了“房产‘去库存’新政与房产交易咨询”公共服务展位，市房产交易中心工作人员将在现场为市民提供咨询服务。 施忆秋 邵丽琼

我市出台 乡村全域旅游示范区管理办法

日前，我市在全国率先编制出台了《宁波市乡村全域旅游示范区认定管理办法》。乡村全域旅游示范区是以旅游核心区块为中心，多种业态集聚，具有不同特色的旅游产品或旅游产业集群的各类乡村旅游目的地。它实现了乡村旅游企业资源共享、信息交流和功能互补等，有利于推动乡村旅游产业向集群化模式发展。 毛雷君 董艳琳

鄞州推行 计分式管理招标代理机构

鄞州区日前出台《政府采购招标代理机构考核办法》，今后代理机构在鄞州开展业务将和开车上路一样，如有违规行为将采取年度量化记分。依据违法行为的轻重程度，分别记 2 分、3 分、6 分和 12 分。在一个年度内累计被记满 12 分的，要学习整改，对一次记 12 分的违法行为，则在一至三年内禁止其代理政府采购业务，并予以公告。

王邵逸 毛玮

鄞州金达路交通管制

4月 11 日至明年 10 月 1 日，鄞州金达路延伸段（环城南路—富强路）工程建设施工，需要对金达路上一座桥梁拆除重建，其间将全天禁止一切行人、车辆在金达路（北斗路—富强路）路段通行；保留金谷小区西门、泗港小区东门出入口，小区行人、车辆从临时道路进出。过往车辆注意绕行。

张贻富 董力军

健康

睡眠不足会导致饥饿

英国营养学家肖娜·威尔金森说，研究发现睡眠不足会导致体内瘦素蛋白减少、饥饿激素增加，进而直接影响人的饥饿感和进食量。这也是为什么睡眠不好可能导致超重的原因。对此，专家建议，适当补充微量元素镁能帮助人体放松，提高睡眠质量。而对于口渴与饥饿之间的关联，威尔金森解释说，人体细胞需要水分参与营养物质的吸收过程，如果缺水，营养吸收不够，身体就会发出需要更多营养的信号，导致人们误认为自己饿了，而不是渴了。“有时候我们觉得想吃东西，认为这就是饿了，其实我们所需要的只是一杯或两杯水。”

据新华社

宝宝学双语更聪明

你知道吗，11 个月大的婴儿已经可以受到双语的积极影响了！美国华盛顿大学研究人员称，他们找来 16 名 11 个月大的婴儿，其中一半来自双语家庭，另一半生活中只接触一种语言。研究人员给宝宝们听 18 分钟的演讲录音，用特制耳机纪录他们听录音时大脑神经细胞的变化。结果显示，双语宝宝听录音时，大脑前额皮层和眶额皮层都有明显反应。这两个部分负责大脑的执行功能，是大脑的“中控室”，指挥大脑其他部分运作。这两个部位发达意味着宝宝的学习能力、问题处理能力以及记忆力更强。“也就是说，双语环境不仅促进语言发育，还促进认知能力增长。” 据新华社

图说

特殊的牙医“护士”

去看牙医，对很多人来说是一件恐怖的事，尤其是小朋友。近日，美国一家诊所请来了一个帮手 Jojo——一只大金毛。Jojo 是一只被训练过的治愈犬，安慰力超强。孩子们检查和治疗牙齿时，Jojo 会趴在他们身旁陪伴。诊所医生说，以前很多小朋友因为害怕紧张就上蹿下跳，做一次检查也是各种累，现在因为 Jojo 的存在，很多病人都不需要额外的药物来帮助放松镇定，于是治疗费也降低了。

“哈利波特的魔法世界”入驻好莱坞环球影城

这是 4 月 5 日在美国洛杉矶的“哈利波特的魔法世界”开幕式上拍摄的灯光表演。当日，好莱坞环球影城举行隆重仪式，庆祝“哈利波特的魔法世界”入驻环球影城。

哥斯达黎加有一个“狗岛”

和日本的猫岛兔岛一样，哥斯达黎加有一个“狗岛”。岛上全是流浪狗。私人资助，依靠志愿者运营，任何人都可以去陪狗狗玩，也可以领养。这里有广阔的户外空间，到处都设有饮水点，室内还为狗狗们提供了床、浴室和餐厅，简直就是流浪狗的天堂。 综合新华社

旅游

各种特惠等您来领

为了更好地为老爸老妈们服务，飞扬旅游特意在春暖花开的时节组织了约 1600 个名额供选择，各种特惠等您来领！

一、意式风情！歌诗达邮轮幸运号韩国济州日本福冈 5 日游：5 月 8 日出发，1999 元起；二、初夏出行！天海邮轮新世纪号韩国济州釜山日本福冈 6 日游：5 月 27 日出发，2380 元起；三、初夏出行！避开暑期高峰，歌诗达邮轮幸运号韩国济州日本福冈 5 日游，6 月 5 日出发，2199 元。

热线：27666666、4000－365－666；**地址**：海曙大沙泥街 88 号富茂大厦裙楼 8/9 层；**爱飞扬旅游网**：www.i-flying.com。

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	青岛	21:00	340
香港	14:30	1550	青岛	22:15	340
香港	19:00	候补	成都	12:00	1010
澳门	15:50	1300	成都	13:15	850
浦东	7:35	350	成都	16:10	1010
乌鲁木齐	7:35	1190	成都	19:30	680
北京	7:20	830	成都	19:45	760
北京	9:40	1040	重庆	10:25	780
北京	10:00	970	重庆	11:30	760
北京	12:00	1040	重庆	13:25	700
南苑	15:20	1040	重庆	17:05	620
北京	17:45	1380	昆明	7:40	790
北京	18:55	970	昆明	11:10	1190
北京	19:10	970	昆明	12:55	1190
北京	19:05	620	昆明	19:55	790
石家庄	21:45	660	昆明	21:15	690
天津	18:10	1050	丽江	13:15	770
天津	21:30	660	贵阳	12:15	830
广州	7:45	830	贵阳	12:50	830
广州	10:50	950	兴义	13:15	710
广州	10:55	950	南宁	14:15	890
广州	12:40	950	长沙	11:30	390
广州	14:30	950	长沙	11:40	350
广州	17:00	950	长沙	19:45	350
广州	17:45	830	安庆	21:15	130
广州	17:55	950	南昌	13:15	290
广州	21:40	710	南昌	14:15	200
深圳	9:45	900	南昌	19:30	390
深圳	11:25	770	武汉	7:40	450
深圳	14:35	770	武汉	15:20	560
深圳	14:35	770	武汉	16:10	450
深圳	21:05	770	郑州	11:40	1080
深圳	21:40	450	西安	8:00	910
珠海	16:20	940	西安	13:40	760
厦门	17:30	820	银川	13:40	950
哈尔滨	13:25	1380	兰州	15:20	1010
哈尔滨	19:25	1210	海口	10:25	310
长春	10:15	1300	海口	13:10	470
沈阳	14:20	770	海口	17:20	450
大连	9:30	490	海口	21:00	310
大连	16:00	620	铜仁	12:15	670
大连	18:00	490	呼和浩特	13:00	580

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：差眼眼
解释：差一点。
例句：我差眼眼火车班头轧出。
[我差一点误了火车班次。]

钱元平 辑录 任山崴 配图

福彩

七乐彩 第 2016039 期
基本号：03 06 10 13 16 17 30
特别号：11

6+1 第 2016039 期
基本号：1 5 2 0 2 5 生肖码：牛

15 选 5 第 2016090 期
基本号：02 11 13 14 15

3D 第 2016090 期
开奖号码：9 5 4

体彩

20选5第16090期
01 04 10 14 18

排5第16090期
8 6 7 7 2

超级大乐透第16039期
01 08 16 22 28 +04 05

（中奖号码以彩票中心公告为准）