

好牛奶是养出来的
宁波牛奶集团温馨告知


今天
多云到阴
夜里转阴有小雨
东北风1~2级
12℃~20℃


明天
阴到多云局部有小雨
东风1~2级
16℃~20℃


后天
多云
东南风3~4级
18℃~24℃

☞ 承承看天

最低气温继续下滑

冷空气过境，最低气温继续下滑。据市气象台预报，今天我市最低气温仅有11℃~13℃，和昨天相比，下滑幅度还是蛮明显的。倒是白天的气温，随着天气逐渐好转，略有回升，预计在19℃~21℃。

留意近几天的天气，不难发现最大的特点就是阴天比较多，小雨比较多。从目前的预报看，明天我市同样会是阴到多云，局部有小雨的天气。

石承承

☞ 医卫

学中医推拿 品传统文化

宁波市第2期中医推拿师培训班将在11月20日开班,欲报从速。考试成绩及格后由全国健康产业工作委员会颁发证书,可联网查询,全国通用。

中医推拿师培训班将系统传授推拿的基础理论、经络腧穴、推拿手法、推拿病症等综合知识。培训班师资均为主任医师、副主任医师、高校老师等专家,并采用实践为主、理论为辅的方式授课。

报名参加后,您将获得以下优惠: 1.享受下一期免费听课。2.可接收以微信

或讲座形式发布的营养小知识、健康行业发展前景、最新动态、食品安全事件解析等。3.团队报名,可享受优惠。4.可申请加入宁波市健康管理协会,成为会员。

报名地址: 海曙区西北街66号

咨询电话: 0574-87266366、87366575

扫描二维码,关注我们。



宁波白内障专家 周宏健主任医师出诊信息

周宏健主任医师:浙江省医学会眼科学会及省眼科医师协会常委,浙江省中西医结合眼科学会及省视觉康复专业副主任委员,宁波市医学会眼科学会及市器官移植学会副主任委员。

出诊地点: 宁波鄞州眼科医院

出诊时间:每周三、周五上午;周日全天。

预约挂号: 宁波市公众健康服务平台可预约。



☞ 体彩

6+1第16135期: 9 5 4 7 8 8 +2
20选5第16313期: 01 05 08 14 16
排列5第16313期: 3 1 4 6 0

☞ 每天一句宁波话

词条: 三吓头

解释: 虚张声势,吓唬人。

例句: 依三吓头介健啦。[你很会虚张声势啊。]

钱元平 辑录
任山葳 配图



☞ 旅游

美国全景游,一次游遍

美国东西海岸+大瀑布+夏威夷全景14日游发团日期:2017年3月14日,19800元。

货真价实: 飞扬全景14日游,性价比高,包含了境外所有的自费娱乐项目。飞扬让您境外少花钱,多享受,少费心!

参团对象: 飞扬自组团,参团的客人以宁波本地人为主,在旅途中,不仅可以互相照应,而且能够结交更多趣味相投的朋友!

精选航班: 国航宁波家门口出发,回程也到宁波,让您的

旅途更加舒心便捷!
品质升级:拉斯维加斯2晚酒店升级(安排在拉斯大道,市中心位置),洛杉矶特别安排海鲜自助餐!

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.iflying.com



☞ 福彩

双色球 第2016134期
红色号: 11 12 13 14 18 33 蓝色号: 13
15选5 第2016313期
基本号: 03 06 08 11 15
3D 第2016313期 开奖号码: 3 7 3

☞ 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	18: 15	340
香港	14: 30	1550	青岛	19: 25	360
香港	19: 00	候补	青岛	20: 45	350
澳门	15: 50	1300	青岛	21: 35	440
浦东	7: 35	360	潍坊	18: 45	440
北京	7: 15	980	成都	11: 30	1090
北京	8: 30	1120	成都	13: 25	890
北京	10: 25	1260	成都	16: 20	890
北京	12: 00	1380	成都	16: 30	820
北京	14: 45	1040	成都	18: 50	730
北京	17: 45	1380	成都	20: 20	620
北京	19: 25	840	重庆	11: 10	840
北京	19: 30	840	重庆	11: 55	800
北京	18: 45	580	重庆	15: 15	640
天津	21: 15	470	重庆	21: 00	700
广州	7: 45	590	昆明	13: 55	2240
广州	10: 35	750	昆明	18: 30	490
广州	10: 50	750	昆明	19: 50	780
广州	11: 15	890	丽江	13: 40	1040
广州	14: 50	760	包头	14: 45	1000
广州	16: 40	880	贵阳	12: 30	780
广州	18: 30	760	贵阳	13: 15	780
广州	21: 35	640	贵阳	14: 05	610
汕头	10: 45	360	铜仁	14: 05	600
深圳	11: 00	1290	兴义	13: 40	850
深圳	13: 00	790	长沙	9: 20	390
深圳	14: 30	920	长沙	11: 10	390
深圳	15: 25	840	长沙	15: 20	370
深圳	17: 35	800	长沙	16: 20	330
深圳	22: 30	920	长沙	20: 20	280
厦门	22: 15	880	南昌	12: 35	790
哈尔滨	14: 15	960	南昌	13: 25	780
哈尔滨	18: 25	1150	南昌	18: 50	790
哈尔滨	19: 55	1040	武汉	13: 15	460
长春	10: 20	1450	武汉	15: 25	460
沈阳	7: 45	700	武汉	16: 30	350
沈阳	12: 50	580	郑州	11: 20	500
大连	9: 10	490	郑州	15: 20	500
大连	9: 40	490	西安	8: 00	620
大连	13: 05	490	西安	12: 55	620
大连	15: 45	570	兰州	15: 25	820
大连	17: 45	520	乌鲁木齐	7: 35	1220
青岛	7: 45	350	海口	11: 10	1260
青岛	12: 55	620	海口	12: 55	1240
青岛	15: 40	390	海口	19: 45	780

注:1、以上信息于昨日17点采集,仅供参考,以上价格均不含税;
2、24小时售票热线 :88886666、13336668686,市区内免费送票。