

# 2019年,新年第一天



## 雪窦钟声迎新年

2019年1月1日零时,千年古刹雪窦寺钟声响起,寺内流光溢彩,欢乐祥和,来自省内外的上千名游客以及本地市民满怀欢喜,相聚在一起,撞钟祈福,辞旧迎新,迎接2019年新年的到来。

记者 陆海云 通讯员 顾东晓

## 元旦农产品促销忙

□记者 徐华良

昨天,溪口镇农产品购销大户蒋华东特别忙碌,一早把1000多公斤芋艿头运到杭州、上海、山东等地的各大饭店,销售额超万元。元旦期间,蒋华东3天时间共推销芋艿头2000多公斤。

蒋华东喜上眉梢地对记者说,10多年来一直销售奉化芋艿头,建立了一批长期客户,生意越做越好。自从芋艿头上市以

来,几乎每天都要发货。为了保证芋艿头品质,蒋华东对每一批收购来的芋艿头都要亲自验货,达不到质量标准的,不向客户销售。

奉化农产品经纪人协会会长宋光明元旦期间为推销农产品也一天没有休息过。昨天上午,记者采访时看到,老宋把一只只芋艿头装进箱子里,每只重达1.5公斤以上,将70多箱优质芋艿

头发往杭州一家客户。昨天一早,宋光明还把从溪口岩礁雷笋产地收购来的200多公斤新鲜雷笋装进精品箱,发往萧山一家客户。宋光明说,元旦期间也是农产品促销最忙的时候,不少外地客户对奉化岩礁雷笋情有独钟。我们一定要把好关,到产地去收购。

前天下午,积雪刚刚融化,岳林街道蔬菜种植大户张阿君和

妻子一起顶着凛冽寒风,抢救时鲜蔬菜。当晚12时,老张将600多公斤新鲜蔬菜用小四轮运到农贸市场去批发,到昨天凌晨1时多才批发完毕。昨天上午8时许,张阿君又赶到海螺岙,观察大棚蔬菜有没有挨冻,当看到蔬菜安然无恙时才轻轻地松了一口气。上午9时多,老张打开大棚通风,降低湿度,防止病害发生。

## 篮球馆里挥汗如雨

□见习记者 胡和博  
记者 袁伟鑫

虽是新年第一天,实验中学篮球馆却有一群孩子在上课训练。

昨天下午3时许,记者来到实验中学体育馆室内篮球场。看到2位教练分别给特训班和综合班两队男生上课。其中特训班7

个学生,综合班6个学生。综合班学生已经完成了热身训练,分成2组,在作对抗练习。在学生动作不太规范的环节,林教练及时喊停,并亲自作示范。结束15分钟的对抗赛后,综合班学生进行体能训练。每个学生用脚垫做高抬腿动作,不到10分钟,个个小脸通红。随后,林教练向综合

班的学生讲解,如何可以更高地提高投篮命中率,并要牢记进球时成功的投篮姿势。“这样找到方法后,还要多加练习。”林教练嘱咐学生。

特训班学生的训练,更为丰富些。记者看到篮球场摆放了三角桩。林教练告诉记者,特训班的学生首先会进行胯下运球和三

步上篮组合训练。之后,这些学生先后绕着三角桩进行后转身运球,再进行对抗练习。“冬天训练,热身运动是必须的,这样可以减少受伤的可能性。”由于是节假日,天又冷,当天来训练的学生相对较少。不过,13个孩子在球场上挥汗如雨地锻炼,已然给寒冬增添了火热的活力。

## 新年第一天,体验素食

□朱晓冬

昨天是元旦。早上起来,女儿提议中午全家去素食馆体验素食,得到了全家的响应。近几年来素食主义逐渐形成风潮,主要是由于人们开始注意自己的健康,并同时关心动物的权益,环保意识也日益增强。因此,全家去素食馆体验素食的家庭日益增多。

中午11时,我们来到小区附近的素食馆,发现有不少人已在就餐。这家素食馆是自助餐,20

元一位。虽然餐馆里的素食品种比较丰富,但每个人盘子里取的食物都很少。女儿在就餐中取了3次食物,每次取的量都很少,而且每次吃得都很干净,没有一点浪费,我也一样。看来,体验素食和平时吃自助的美食不一样,不是尽量多吃点,而是够吃就行。

女儿喜欢吃素食的一个原因是她觉得素食能控制体重。确实,据英、美等国科学家几项大规模、长时间的跟踪调查发现,与社

会平均水平相比,素食者的预期寿命确实更长。但是,科学家们同时指出,素食主义者的预期寿命更长可能并不全是素食的功劳,真正的“功臣”是他们健康的生活方式。调查发现,素食主义者更加追求生活质量,他们一般不抽烟、不喝酒,生活规律,饮食节制,而且经常参加体育锻炼,心态也更加健康。实际上,人类的生理构造更适合杂食,只吃肉,或者只吃素食都是不可取的。但现

实的问题是,肉食在现代人的食物中比重过高,结果,脂肪、胆固醇等成分就变成了“健康杀手”。所以,专家们建议提高素食在食谱中的比重,而不是完全摒弃肉食,做一个素食主义者。

其实体验素食,不仅仅是吃素食这么简单,而是培养一种新的健康的生活方式和理念。我想,尊重生命,关爱健康,关注环境,这才是素食体验的意义所在,也是值得我们每个人追求的生活方式和理念。

## 困难在哪 温暖送哪

# 志愿者帮扶困难家庭过冬

□记者 袁伟鑫

本报讯 日前,何美蓉道德模范工作室的志愿者得知岳林街道桃源社区和麻厂村有两户困难户急需帮助,随即展开救助工作。

近日,志愿者得悉原本生活在桃源社区的一户困难户已搬到了莼湖镇碇碇村,麻厂村的一户困难户则希望能有一个衣柜。为此,志愿者赶紧准备了被子、食用油、电热毯等一批过冬生活用品,分别送到两户困难户家中。记者了解到,家住碇碇村的是个祖孙家庭,因为5岁的孩子父母离家出走,孩子只能由爷爷奶奶照顾,但爷爷身患癌症,奶奶的

视力几近失明,没有劳动能力,只能靠低保维持生活。“虽然他们不住在桃源社区了,但我们还是会尽可能地帮助他们,也非常感谢社会爱心力量的帮助。”同行的桃源社区负责人告诉记者。

在麻厂村,志愿者为生活困难的孤寡老人送去了一个他需要的简易衣橱,并帮他安装到位,同时还送去了食用油和生活用品。“他们的生活确实很困难,希望我们的一点帮助,能给他们的生活带去一丝温暖。”何美蓉道德模范工作室负责人何美蓉对记者说。

图为志愿者给困难户送去慰问品。



## 未来几天阴雨相间

### 受冷空气影响,水产品、雷笋等价格上涨明显

□记者 徐华良

本报讯 记者昨天从区气象台了解到,我区未来几天阴雨相间,气温缓慢回升。

强冷空气影响到昨天已经结束,天气湿冷,山区能见度较差,平原地区积雪全部融化,高山地区仍有积雪,还需几天时间才能全部融化。昨天早上,山区有薄冰,给交通出行带来影响。

据区气象台气象预报员介绍,未来一段时间,我区阴雨相间,天气不是很好。今天有时有小雨,明天多云,周五和周六又有一次弱降水过程。明天起气温缓

慢上升,到周六最低气温上升到7℃,最高气温9℃。周日,北方一股冷空气来袭,气温又将明显下跌。

前段时间受强冷空气影响,东海鱼场渔获物明显减少。元旦期间,桐照、栖凤两码头的水产品交易量大幅减少,导致市场供应的水产品减少,水产品价格上涨明显。这次强冷空气对岩礁雷笋也有一定影响,出笋量下降,价格反弹。昨天,岩礁雷笋价格每公斤40元左右,冬笋每公斤30元,相比节前涨幅较大,但与去年同期基本持平。蔬菜量足价格平稳,猪肉货源充足,元旦期间价格未上涨。

## 地域有界 救援无界

# 冰雪天民警救助被困车辆

□通讯员 竺琛

本报讯 2018年12月31日7时10分,溪口派出所接到一位姓朱群众电话报警,称其在奉化与余姚交界的四明山公路上因汽车刹车失灵人车被困。接警后,溪口派出所民警和辅警蒋北、陈海尧、董航立即赶往现场救援。

因突降的瑞雪,随着海拔的升高,路边积雪越来越厚,赶往救援的路上部分路段已出现冰雪交融的极滑路面。装配上防滑链条的警车在山路缓慢行驶。在徐岩附近的一个大转弯口,一辆越野车失控横在路对面动弹不得。民警见状,立马下车用力推车,该车终于脱险。

救援完毕,民警继续前行,终于赶到了奉化与余姚交界处,但没有

见到报警人,遂与报警人取得联系,确认其遇险处为交界处往余姚方向一公里处。虽已是余姚辖区,但民警依然继续前行,终于见到了报警人朱先生。只见他的车横亘在路边,十分危险,民警遂合力将朱先生的车推到了路边,朱先生安全脱险。

据了解,朱先生是江口南渡人,平时做烤鸭生意,当天一早去余姚市四明山镇唐田村卖烤鸭,谁知开到奉化与余姚交界附近道路被积雪覆盖,一猛踩刹车,导致车辆失控横亘在路边。幸得民警救助,方才脱险。

回程途中,民警又数次遇到车辆打滑失控无法前行的状况,均二话不说下车指挥车辆、推行车辆,直到车辆脱险,回到所里已是10时30分。

## 今年起普通货运驾驶员 继续教育可免费

□记者 许彝

通讯员 李舒 李齐方

本报讯 昨天,记者从区运管所了解到,为深化道路运输“最多跑一次”改革,我省交通运输厅搭建了统一的继续教育网络平台,为从业人员提供免费继续教育服务。自今年1月1日起,全省道路普通货运驾驶员免费继续教育网络已上

线试运行。

据悉,只要有一台可上网的电脑或手机,持有我省道路普通货运从业资格证的驾驶员参加继续教育完全可以自主进行,不用再等排期到学校集中学习。学习方式可选用电脑端和手机APP。学员完成规定学时学习后,可取得盖有电子签章的学习凭证。



## 2019奉化桃花马拉松是否举办

来电:有市民向本报新闻热线咨询,2019奉化桃花马拉松是否举办?

回复:区文广新局答复,2019年奉化桃花马拉松已经在筹备阶段,具体报名时间市民可关注各大媒体平台和微信公众号。

## 购买商铺的首付为多少

来电:有市民向本报新闻热线咨询,购买商铺的首付为多少?  
回复:区国土分局答复,购买商铺的首付比例一般为50%才能申请商业贷款。

## 下水道溢出 要求处理

来电:有市民向本报新闻热线反映,银峰路与聚晖路交叉口窰井下水道溢出发臭,要求处理。

回复:岳林街道办事处答复,因力邦广场施工造成管道堵塞,已跟力邦广场负责人对接,要求尽快解决。

## 道路建设缓慢 要求整改

来电:有市民向区长热线反映,岳林街道桥东岸路要德火锅后面一条路建设缓慢,影响市民生活。

回复:区城投集团答复,因道路施工造成周边居民进出困难,已与施工单位联系,施工期间尽量给周边居民出行留出便道。

## 如何注销驾驶资格

来电:有市民向本报新闻热线咨询,如何注销驾驶资格?

回复:区公安分局交警大队答复,可带驾驶人身份证原件1份;机动车驾驶证原件1份;申请人本人近6个月内免冠、白色背景的1寸彩色证明大头照片一张,到行政服务中心交警分中心办理。

## “僵尸车”占停车位 要求拖离

来电:有市民向本报新闻热线反映,岳林街道聚晖路上“僵尸车”长期占用公共停车位,要求拖离。

回复:岳林街道办事处答复,已联系交警部门,将于近期去现场查看核实后,采取相应措施。