

每天制作各种美轮美奂的便当 一个上班族女孩的“美食美刻”



本报讯 (记者单玉紫枫) 对上班族来说,最“惆怅”的时刻,大概就是每天的午餐时间了,吃食堂、下饭馆、叫外卖还是自带便当?——“到底吃什么,最头疼了!”

“吃货发大招啦!”日前,一个便当帖在东论“横空出世”,有个妹子晒出了自己做的“一周便当”,图片上,玉子烧、炸鸡块、蒸鳗鱼块应有尽有,食材五颜六色,富于层次,看上去悦目可口,引得众吃货指大动,大呼便当里的精致美学!短短两天,点击率便破2万,之后更轻松登上东论头条。姑娘还说,“这些便当,基本20分钟内搞定!”

上班族:吃到的幸福感越来越少

小吴在天一商圈的一高档写字楼上班,

渔民落海受伤 渔政船紧急救援

本报讯 (记者余建文 通讯员陈吉明 徐永明) 昨天上午8时多,象山县海洋渔业与行政执法大队接到一艘渔船打来的求救电话:“我们船上一名船员受伤,请求救援!”

上午9时,渔政33205号船带上两名象山台胞医院医生,紧急起航,赶往事发海域。

出事的是浙象渔49202号渔船。据船员介绍,当天早上,渔船在东海渔场实施流网作业,来自石浦镇蛟龙村一名姓林的40岁渔民,不慎踩到了正在滑入海中的洋花绳上,一下被卷带掉进了海里。船员们放下救生圈,将老林救了上来。这时,老林发现自己的右小腿骨折了。船老大马上发出求救信号,并开足马力往回赶。

两个多小时后,渔船与救援的渔政船在海上会合。大伙合力把伤员抬到渔政船上,医生马上实施包扎急救。

下午2时多,渔政船回到石浦港,将老林送进医院医治。

保险过期出事故 人伤车损自己担

本报讯 (记者黄丽娟 通讯员俞贤峰) 车险投保到期,车主一般会及时去办理续保手续,以免发生交通事故后无法向保险公司理赔。可就是有些车主心存侥幸,认为过期几天也无大碍,家住咸祥镇的朱某就偏偏在脱保的几天里遇上了事故。

昨天上午8时许,鄞州咸祥镇南田村间村道,一辆普桑轿车和一辆两轮摩托车发生碰撞。鄞州大嵩交警中队民警迅速赶到事发地。经现场勘查和对当事人询问,民警认定发生该事故的主要原因是在途经弯道时双方均占道交会,且车速过快。

摩托车驾驶员赵某右腿淤肿,后经检查为小腿骨裂,需住院治疗。轿车驾驶员朱某在车辆发生碰撞过程中,因未系安全带,胸部与方向盘发生挤压,后经检查无大碍。

在事故进一步调查处理中,民警发现赵某和朱某所驾驶的车辆均没有按时投保车险,朱某的普桑轿车保险已过期5天,而赵某的摩托车则在2009年上牌后再也没有保过险。因此,他俩的医药费和修车费用按照事故中的责任大小各自承担,保险公司不予理赔。

朱某称自己知道车的保险已到期,为了省事,想下个月车辆年审时再投保。赵某则认为家里到厂里不到两公里的路程,不会有啥事,因此从2009年买车上牌后就一直没有给摩托车投过保险。

为此,朱某和赵某因为车辆未及时投保,均被处以保险金额的两倍罚款。

为从“小三”处夺回房产 妻子默契配合告丈夫

本报讯 (记者沈孙晖 通讯员姜栋) 陈某起诉丈夫于某,谁知在庭审现场,两人非但没有针锋相对、剑拔弩张,反而互相配合、格外默契。原来,这场官司是他们事先商量好的,只为从“小三”处夺回房产。

陈某和于某于1980年结婚,有一个孩子,1998年,两人从他处购买了两间农村住宅,一间用于经营,一间用于出租。

2002年,于某与年轻的杨某有了私情,并于2004年生下儿子小杰。为照顾儿子,于某瞒着妻子将那间出租的房子收回,用于与杨某共同居住。

纸包不住火,2006年陈某得知丈夫出轨,愤而离婚。但两人到民政局办理离婚手续后,一直瞒着孩子,于某偶尔也回去

居住。结果离婚不到一年,双方又复婚了。

以为一切回归平静,谁知去年再起波澜:于某向陈某坦白,2008年时因当初买的农宅要拆迁,他为了让小杰顺利落户,打算把孩子名字写入拆迁受益人,没想到相关部门不允许未成年人通过获赠房产的方式落户。他当时只能和杨某一起签拆迁协议,杨某也因此因此成了该房产的拆迁受益人。

但去年,于某得知杨某与其同居期间,还和其他男人保持不正当关系。他怀疑小杰非己出,打算夺回房产。唯一的办法便是通过法院诉讼,确认当时签订的拆迁安置合同无效。

陈某最终同意了于某的办法,于去年12月将拆迁部门、丈夫于某和杨某

一并告上江东法院,要求确认那份拆迁安置协议无效。

法院经审理认为,杨某既未在买房契约上以共同买方的身份签名,也未提供证据证明共同出资的事实,因此对其关于共同购买房屋的辩称不予采信。她虽然曾实际居住在讼争房屋,但实际居住并非法定的物权取得方式,因此杨某对该房不享有所有权。她以被拆迁人身份,与于某、拆迁部门签订《集体土地拆迁住宅用房调产安置协议》,对房屋的调产、补偿、安置等事项作出处分,系无权处分,事后又未得到房屋共有人陈某一并追认,损害了陈某的利益。

2月14日,法院依法判决该调产安置协议归于无效。

样,而且价格便宜,一荤两素也就七八元。但吃久了,难免有点腻了。正好去年在网上看到有网友在给老公做“爱夫便当”,每天都有一个主题,设计得很漂亮,食材搭配又好看,看着就让人有食欲,她就想试着自己做。

说着,姜姑娘笑了,“人家做‘爱夫便当’,我嘛,就想好好爱自己!”

一茶一饭,享受过程

姜姑娘说,她每周买一次菜,买菜时会尽量想好食谱配菜,尽量不要重复。加上她原先对做饭就很有趣,再用上点设计的心思,所以一出手,便当的方寸之地便出落得色香味俱全。带到公司,很多同事要她帮忙一起做。后来,“动静”弄大了,大伙都来向她取经。

姜姑娘笑说,其实,她说的20分钟主要是第二天一早的,洗菜、配菜,红烧、焖菜等主要事情还得头一天做好,认真做起来,半个多小时还是要的。带到公司,常常10分钟不到就吃完了。“味道味道嘛,味也是讲究的,我自己也在享受这个准备的过程啊!再说,工作了半天,中午打开便当,看到这么精致的饭菜,心情也会变得很好,不是吗?”

上图为姜姑娘提供的几款便当。



自来水成乳白色是否影响使用?

供水部门:水管中有空气所致,不影响饮用!

本报讯 (记者冯小平 通讯员魏光华) 住海曙青林湾西区40幢的李先生日前给本报新闻热线打来电话,反映他们小区有几户居民,发现这几天自来水管里出来的水,颜色是乳白色的。李先生说,他问过一些人,说这是因为水管里进了空气,所以水就变成了乳白色。“水和空气接触怎么会变色呢?这样的水还能不能饮用,会不会有问题?”李先生挺担心的。

为此,记者与市自来水总公司供水业务部的何建荣主任取得了联系。

何主任说,自来水都是从水库长距离引到水厂,再经过消毒、沉淀、过滤等严格的净化处理,最后经水质监测中心的检测后,再输送给用户。

“个别用户发现龙头刚放出来的自来水呈乳白色,这是一种物理现象。由于施工等原因,供水管网有时免不了会进入空气。空气在密闭的管道内无法排出,于是在具有压力的自来水挤压下,空气和水经充分混合后就形成了气水混合体。这时的空气在水中就呈现为极细微的气泡状,粗一看,很容易被认为水的颜色成了乳白色。其实水的颜色没变,用户只要将刚放出来的自来水在容器中稍微静放一下,这些气泡就会慢慢上升并消失,水也就很快变清了。用户尽可放心饮用。”何主任说。

误将报到当成上课

舅舅闹“乌龙”致外甥女走失

本报讯 (记者沈孙晖 通讯员吴小菲) 以为学校报到后要上课,张先生将11岁的外甥女欢欢送到学校后就走了,谁知中午来接时,孩子已不见踪影。经过民警半小时沿街搜寻,走失的欢欢最终被找回。

据民警介绍,前天是鄞州横街新阳小学开学报到的日子。欢喜的舅舅张先生一早答应孩子父母,送她去学校。当天早上,他将欢欢送到学校后自行回家,谁知中午去接时,左等右等不见孩子出来,一问老师才得知当天只是报到,学生报名就走了。

这下,张先生慌了:原以为欢欢当天要上课才中午来接,这可怎么办啊?他在学校附近寻找未果,赶紧向横街派出所报警。

民警带着张先生来到横街108路公交车终点站,查监控录像看欢欢是否坐公交车回家,但未发现孩子踪影。民警询问了欢欢的体貌特征后和巡逻队员分头沿街搜寻。

找了半小时左右,民警在派出所附近发现一个淋着雨的小女孩。经询问,对方正是欢欢。民警将她带回所里后,立即通知张先生来接孩子。

原来,欢欢当天报名后得知可以回家,却发现舅舅已经走了。欢欢没有单独上下学过,结果走到哪都觉得像是回家的路。她就这样在绵绵细雨里随处乱走,幸好被民警发现。

开学第一课



“把头、手伸出窗外,或者把拉环当吊环荡来荡去,这样都是不安全的……”公交司机马忠科被学生们围在中间,连说带演示,讲解安全乘车要点。

16日上午,新学期伊始,宁波公交总公司永昌公司组织志愿者来到鄞州邱隘实验小学,为全校中高年级段的小学生们上了一堂生动的交通安全课。

(通讯员 毛敏尔 钱霞 摄)

北仑一出租房发生天然气泄漏爆炸 事故导致一女子严重烧伤

本报讯 (记者冯小平 通讯员卢巧云 曾小宇 高万军) 昨天早上6时许,北仑大碶街道派金提香小区9幢703室发生天然气爆炸事故,导致该住房内一女子严重烧伤。同时,爆炸也造成了室内物品不同程度毁坏。

事故发生后,消防、公安及当地城管部门的抢险队员第一时间赶到现场。

据北仑城管局燃气办一位工作人员称,经现场初步调查发现,厨房内连接燃气灶和天然气管道的软管被老鼠咬破,由于燃气总阀门没

停放在小区内的轿车砸坏。另外,房间内的隔离墙、房门等也被炸塌。“这是一间出租房,有5个人租住在这里。出事时几个人都在房间里,除一名女子受伤比较严重已转送到宁波的医院抢救外,其他人基本上没事。”赶往现场的北仑城管局执法大队大碶中队一名工作人员介绍道。

据北仑城管局燃气办一位工作人员称,经现场初步调查发现,厨房内连接燃气灶和天然气管道的软管被老鼠咬破,由于燃气总阀门没

关,于是导致天然气泄漏。“估计是该女子起床后,在开灯或拨打手机时,造成了天然气的爆燃。”这位工作人员分析。

北仑城管局燃气办的工作人员提醒大家,晚上睡觉前一定要把燃气总阀门关闭。如果发现有燃气泄漏,

应立即通知专业人员进行维修。室内

尽量使用不锈钢软管;如果采用的是

软管,两年左右时间就要更换一次。

事故的具体原因有关部门还在

调查中。

有心急的驾驶员想驾车从该女子旁边绕过去,但该女子发现后,迅速将身体挪过去,重新挡住去路,让人哭笑不得。

民警赶紧上前劝阻,在搀扶过程中,发现该女子有大量饮酒行为,满嘴胡言乱语,言行过激,还把挎包内的物品扔了一地。民警经过一番劝说,才把她扶到路边。

据了解,该女子姓王,今年23岁,来自安徽,目前暂住在海曙区南苑街一住所。据王某说,当天晚上,她和一帮朋友在舟宿夜江一家酒吧聚会。本不会喝酒的王某,禁不起朋友猛劝,就陪着一直喝到凌晨时分,不知不觉喝多了。

其间,王某与朋友起了争执,朋友拿走她的手机和项链,与一起喝酒的哥们驾车扬长而去。于是,王某醉醺醺地骑上一辆电动自行车去追,一直追到新长丰桥上,见无法追上,就在桥上撒起了酒疯。

最后,交警将王某交给当地派出所作进一步调查处理。

上海银行 宁波分行

点滴用心 相伴成长

上银基金首只货币市场基金 “慧财宝”在上海银行发行

新春伊始,上海银行将正式代销上银基金管理有限公司成立后的首只产品——上银“慧财宝”货币市场基金,并于2014年2月14日至2月24日公开发行,届时投资者可通过上海银行全行网点柜面和个人网上银行进行认购。

依据相关披露信息,上银“慧财宝”货币市场基金未来投资目标为确保基金资产的高流动性,追求高于业绩比较基准的稳定收益,并为投资人提供暂时的流动性储备。

与市场上其他1000元起购的货币基金相比,上海银行代销的上银“慧财宝”货币市场基金A类的最低起售金额降低为0.01元,并按日计提收益,按月进行结转,无任何认购、申购和赎回费用。

上银基金管理有限公司成立于2013年8月,注册资本3亿元,股东为上海银行、中国机械工业集团有限公司,持股比例分别为90%、10%。上海银行是一家由国有股份、中资法人股份、外资股份及个人股份共同组成的股份制商业银行,总行设在上海。2013年在英国《银行家》公布的“全球前1000家银行”中,位列全球银行业第158位。中国机械工业集团有限公司是经国务院批准组建的大型国有企业,隶属国务院国有资产监督管理委员会直接管理,是世界五百强企业,拥有近50家全资及控股子公司,10家上市公司,140多家海外服务机构。

宁波余姚支行 地址:余姚市长元路101号 理财热线:62788058

宁波慈溪支行 地址:慈溪市三北大街589号 理财热线:63930319

宁波象山支行 地址:象山县天安路188号 理财热线:65086088

宁波奉化支行 地址:奉化市中山路2-2号 理财热线:88577077

海南温泉养老公寓,特惠15.8万

地址:宁波市江东区百丈东路47号甬空大厦5楼(嘉汇国际正对面) (0574) 87687093/87687073

海南买房
找宁波沐丰

www.bnzy.net