

节前火车票抢购进入最高峰

本报讯(记者包凌雁)春运抢票进入最高峰,热门车票瞬间抢完。昨天,市民可以通过12306网站、95105105电话和手机客户端购买2015年2月15日(含)的火车票,同时也意味着,未来3天,热门车次的节前车票将被一抢而空。如果本周还未抢到春运车票的旅客,接下来可以试一下组团购买团体票。

距离春节还有两个月的时间,但是一年一度的铁路春运抢票早已白热

化。按照今年最新火车票预售规则,电话、互联网的最早预售期可达60日。“从开售到售完以秒计算,还没见到票子就没有了。”市民薛女士原本想在过年前错峰去北方旅行,但毫无准备地瞬间就被淹没在浩浩荡荡的抢票大军中。记者昨天下午在12306网站上看到,2月15日宁波发出的热门车次,如成都、贵阳、郑州、西安、北京、深圳等方向,车票几乎是瞬间被“秒光”,偶尔会冒出几张“无座票”,捡漏只能

凭运气。最新开通的杭长高铁,杭州到长沙的高铁车票也全部售完。

如果没有抢到车票的旅客也不要灰心。接下来,铁路部门将开出春运团体票订票服务。春运团体票原先主要是为在外地的务工人员设立的购票服务,不过其他普通旅客也可以自己组团购买,只要凑齐5个人就行。从12月26日至下月15日,铁路部门将主要使用临客列车车票为外来务工人员集中办理团队往返票(乘车时间为2015年2月4日

至3月15日),目前相关临客的开行方案和购票规则尚未出台,不过,相对于瞬间秒光的网上购票,团体票的配票成功率相对会高一些。此外,和往年一样,铁路部门在今年将继续增开热门方向的临客列车。

“尽管最近几年宁波铁路运能已经得到很大提升,但是与需求比起来,还是无法全部满足,因此旅客最好选择多种途径,不要耽误回家的行程。”交通部门的负责人表示。

“变废为宝”搭建“海洋牧场” 首批7座“三无”船礁投放渔山海域



本报讯(记者王量迪 通讯员申屠基康 刘克岚)昨天,我市第一批7艘由涉渔“三无”船舶改造而成的人工船礁,历时十个小时成功投放渔山海域。

昨天上午7时,首次试投的7座无动力的“三无”船礁分成两组,在中国渔政33205号船等船艇护航下,分别由两艘大马力渔轮采用“一拖一”的办法,从位于石浦渔港的博海船厂出发,首尾相接驶向渔山海域。

据象山海洋与渔业局副局长包希伟介绍,这批船礁均为象山渔民在“一打三整治”行动中主动上缴的钢质渔船,它们在博海船厂已经过拆除机器、船舱去污清洗、机舱混凝土浇灌、压载石块、设置甲板构架等18项改造处理,并通过相关部门验收。

记者在中国渔政33205号船上看到,驶出石浦渔港后不久,随着外海风浪的增大,由两艘渔船拖带的两组“三无”船礁行进速度逐渐放慢。其中一组船礁在进入渔山海域时因拖带渔马力不足而停下,工作人员随即解下一座船礁改由渔政船只拖带后,船队才继续行进。

经过6个多小时的艰难拖行,7座船礁终于在下午1时半安全抵达渔山列



岛五虎礁北面的指定海域。很快,待命已久的渔政人员迅速搭乘渔船上船礁,进行卫星定位并协助船礁投放。但此时渔山海域的海浪犹如烧开的沸水,在船体四周翻腾咆哮,剧烈摇晃的船礁,一度导致投放准备工作无法展开。

下午3时许,一位身着桔红色救生衣的工作人员登上一座已准确定位的船礁,开启沉礁的阀门后,迅速撤离。这座由钢质“三无”渔船改造而成、重达百吨的人工船礁随着海水的不断涌入,逐渐倾斜,20分钟后率先沉入了大海。在紧接着的70分钟内,其余6座人工船礁也先后被海浪吞没。



据市海洋与渔业局副局长乐舜卿介绍,利用涉渔“三无”船舶改造而成的人工船礁在渔山列岛国家特别保护区搭建“海洋牧场”,是“一打三整治”行动的一项“变废为宝”有益探索和尝

▲船礁在渔船拖带下安全抵达渔山列岛五虎礁北面的指定海域。

▲海洋科研人员在船礁投放前进行卫星定位。(记者 王量迪 摄)

试,按计划我市还将在以渔山海域为主的保护区投放百余座类似船礁。首批7座“三无”船礁的成功投放,已为下一步百余座船礁的投放积累了宝贵的经验。

弟弟妹妹要出生了 哥哥姐姐却不高兴了

专家支招:多给“老大”强调生弟弟妹妹的好处 本报记者 陈敏

有个朋友响应“单独二孩”政策,又生了个二胎女儿。起先做哥哥的可稀奇了,谁来都担心人家把妹妹带走;可是过了没多久,谁来,他都对人道:“抱走吧抱走吧。”

这样的案例绝非个别。昨天上午,海曙区教科室举办了一场幼儿心理辅导优质活动课。多名幼教老师表示,“单独二孩”的出生,让一些当“老大”的哥哥姐姐心情很失落,他们担心父母的爱被新出生的弟弟妹妹分走了。

海曙区教育局教科室主任、宁波大学应用心理学兼职硕导徐晓虹说,准备生“二孩”时,一定不要冷落了“老大”,要让孩子感受到父母的爱并没有被分走。

徐晓虹讲了身边发生的一个真实故事:一位朋友也生“单独二孩”,妈妈还在怀孕的时候,读小学的“老大”就不高兴了,明确表态“不喜欢再生小弟弟”。爸爸表示尊重孩子的

意见,告诉孩子不生了。等到妈妈肚子慢慢大起来,又说小心怀上了,和孩子商量着说“要么去打掉”,让孩子来决定。结果,几天过后孩子说不打掉,于是又和孩子商量着“生下来再送给别人”。等到真正生下来后,又让孩子决定送给哪个亲戚,就这样老大慢慢地接受了这个事实。

“这个爸爸的做法就很好,也没说孩子不好,也没说孩子自私,就是非常尊重他,以他为中心。让孩子找到存在感,最终接受了这个弟弟。”徐晓虹说。

市第一幼儿园金怡老师提醒,千万不要说“不听话就生个弟弟,不爱你了”类似威胁孩子的话,让孩子感到新出生的弟弟妹妹是来和他抢夺父母的爱,而是要让他们感受到有弟弟妹妹的美好。

徐晓虹说,要多强调另一个孩子的好处,进行积极的心理暗示,告诉孩子我们要迎接一个新的生命,但是对你的爱一点不会少。生一个弟弟妹妹可以陪你玩,你有什么本领可以教他。

未来社工先试水



昨天下午,来自宁波工程学院、大红鹰学院有志于成为社工的大学生,在海曙区南门口街道参加主题为“南门年代秀”的社工沙龙活动。学生们通过主题探讨、互动交流等形式,与在职社工开展专业技能、实战工作的探讨。据了解,南门口街道每月在不同社区巡回举行社工沙龙,旨在给社工提供一个身心放松、交流互动的平台。

(胡建华 毛一波 孙秋良 摄)

冬夜高冷任性 敌不住月光如春

宁波文化广场月光经济开启“温暖模式”

醒醒吧!“月光经济”绝不只属于春、夏、秋的夜晚!冬夜不赏“月光”,错过的可能不止……看,夜幕降临,华灯初上,宁波文化广场开启冬夜“温暖模式”——

大剧院内,观众津津有味地欣赏正在上演的爆笑喜剧《绝不付账》;

CGV影城,三五好友聚在一起一边等候检票,一边热烈地“剧透”即将放映的电影;

氧动力场馆内,不少年轻人在这里健身锻炼,挥汗如雨;文化艺术培训中心,一堂成人油画课程正在进行中,老师悉心指导每一位学生的作品……

宁波文化广场聚焦“月光经济”发展,为市民打造温暖如春的文化“夜生活”。除了引进优秀项目,组织夜间活动外,广场主力店及各商户也结合自身特色,积极挖掘市场潜力,加快夜间运营转型,形成夜间人气的集聚地。

温暖第一重

宁波文化广场大剧院 月夜文艺范“嗨”起来

有谁记得《王二的长征》?一部落幕前能让宁波文化广场大剧院所有观众全体起立、热血沸腾的音乐剧。

宁波文化广场大剧院自开业以来,致力于打造优质惠民的演出项目,在丰富和活跃市民文化生活的同时,引导和培育高雅艺术消费群体,促进宁波文化市场的形成与繁荣。

临近跨年,宁波文化广场大剧院将再度祭出“杀手锏”,推出“文化大餐”,创造美好的文艺都市生活。同样是三宝作曲,由景岗山领衔主演的音乐剧《聂小倩与宁采臣》将于12月29日激情上演。早些的12月21日,著名男高

音歌唱家戴玉强还将带来《携手未来“剧”星音乐会》。

随后,以色列国宝级乐团的《NKO以色列国家交响乐团2015新年音乐会》将陪伴市民在12月31日晚迎接新年。1月2日的《为好莱坞喝彩》,将过去半个世纪中脍炙人口的电影歌曲和舞蹈选段,重新搬到奢侈的宫殿剧院舞台上。

登台舞剧《身份之谜》,俄罗斯爱乐交响乐团音乐会,经典芭蕾舞剧《天鹅湖》、《胡桃夹子》,还有“灵魂歌者”陈楚生婚后首场演唱会等将于2015年元月悉数登场。

温暖第二重

氧动力游泳健身中心 健身新主流“热”起来

宁波市发展月光经济号角声一响,作为一家设施一流、服务到位、功能齐全的综合型运动健身场所,氧动力游泳健身中心也不甘落后,使足了劲。

氧动力游泳健身中心内部规划合理,具有竞技、训练、教学、比赛和全民健身等多种功能齐全的运动项目,能满足不同阶层人士所需。所有场地建设标准均与国际接轨,采用顶尖品牌器械配置,最大程度降低运动风险。这样高端、大气、亲民的健身场馆,就应该成为现代都市人追求健康、时尚、品质生活的标配,特别是工作之余、夜间健身的首选。来这里的既有年轻的学生、上班族,也有家庭主妇、退休人士。

氧动力游泳健身中心内场馆种类较多,操课安排也很丰富,能够满足不同人士的需求,尤其是对夜间的课程、活动等等进行适时调整。

在瑜伽、舞蹈、操课等课程的时间安排上,更多的在晚上7时至9时,在课程内容上还根据学员实际情况调整难易程度、循序渐进。同时,教练的私教课也相应地安排到了晚上,以适应学员在晚间锻炼的需求。

为丰富市民多元化、多层次的夜间生活,氧动力组织策划了许多活动,如私教节期间在晚间的比赛、“英雄日”教练健身指导、氧动力周年店庆以及万圣节派对等活动都是在夜间进行。

氧动力还承接了宁波市许多单位的企业活动,并在活动安排方面迎合月光经济做出调整,既适应了比赛者的日常作息,也丰富周边市民的夜间健身需求。同时,作为宁波市青少年校外活动中心,针对青少年的跆拳道、羽毛球、中国舞等夜间、周末培训班,也深受学生及家长们青睐。

温暖第三重

CGV星聚汇影城文化广场店 观影潮风尚“火”起来

CGV星聚汇影城宁波文化广场店是由亚洲拥有影院数量最多的连锁影院CJ-CGV和宁波文化广场投资发展有限公司共同投资建造的。影城设有6个可播放3D影片的现代化影厅和一个宁波首家4DX特效厅,一个IMAX影厅,一个4K双机厅,共1728个座位。

4DX影厅在放映电影的同时,影厅内的设备会根据电影中的情况提供多种特殊效果,其中包括刮风,喷水,座椅上下、前后、左右摇动,闪光等特殊效果。4DX影厅可以使观众完整地融入影片情节对应的特效之中。

IMAX是世界上最大、最先进的高精度电影系统,水晶般清晰的图像和顶级数字环

绕音响系统,给观众全方位感官体验。4K双机放映机投放影像清晰度达普通厅四倍,阴影和像素点消失,画面效果更加逼真震撼。

影城自对外运营以来,平均每晚场次约22场,观影人数近千人。近期正在放映的热门电影场次如《太平轮(上)》、《匆匆那年》等,更是观影人流如潮,大大方便了周边市民夜间观影。

除了放映电影外,影城也会不定期组织明星见面会等宣传活动,让屏幕上的真人与影迷们面对面亲密接触,在促进观影人流数量的同时,也刺激了影城的夜间消费。

温暖第四重

宁波文化艺术培训中心 月艺术梦想“亮”起来

宁波文化艺术培训中心立足于青少年艺术素养的培训,延伸出针对成人的培训课程,以高品质、专业性、互动性和社会责任为特色,是一所集音乐、体育、美术、儿童戏剧、舞蹈、特色文化、科技模型等多元培训于一体的综合性社会教育培训机构。

为适应月光经济的发展趋势,满足普通市民特别是上班族夜间充电的需求,宁波文化艺术培训中心开设“夜艺术·月艺术”成人课

程,共设置油画、国画、女子防身术、拉丁、陶瓷、健美操、跆拳道、瑜伽等8项艺术课程,能接纳上百人参加培训。

在艺术培训中心,来自各专业的优秀教师都有着丰富的授课经验,努力把课堂氛围营造得轻松有趣,让月光下的艺术培训更加温暖、更加舒适、更加休闲,为广大白领人士开通了一个学习、进步、发展的优质平台,为市民享受丰富的夜生活、提高艺术修养创造了有利条件。



打烊时点“大拖延” 谁在月光下“奔跑”

夜晚走进宁波文化广场,众多业态和商户的霓虹灯缤纷斑斓,给冬夜以最热烈的温暖。在月光经济的“感召”下,商户们近期纷纷推出延迟营业时间的举措,最迟的商户如“牡丹·苏工坊”坚守到23时,为市民提供充分的工艺品和茶叶“鉴宝”时间。

餐饮业中,星巴克营业时间延迟到22时,KFC在工作日和周末分别在21时、22时打烊。以皮划艇和运动为主题的俱乐部“赛伦威尔”,每晚也将等待市民到22时,并提供点心、冷热饮等餐饮服务。

其他的各类业态商户,齐刷刷将营业时间调整到晚上9时结束。这其中中国移动·华淘手机卖场、唯爱玩具、乐卡克、帝一车饰等数码产品、玩具、运动服装、体育用品、汽车美容“组团”和崔克、欧亚马、闪电等自行车及相关用品“军团”。

当然了,更强大的是餐饮军团。咖啡陪你、C2精品烘焙、沪上阿姨、阿毛饭店、曼谷时光、喜士多、老婆大人、巴拉米、研磨时光、杏仁甜品、优多C饮品、尚品宫等,可以说是覆盖本土外埠、传统西式、跨越东亚、东南亚,还有洋溢着休闲时光的美味零食店,消费便捷的便利零售店。此外,明州仙茗、勤海陈升茶业将为文化广场的月光氛围添上一抹浓郁的茶香。