

# 公交“毛细血管”输送乘客到轨道“大动脉” 小区“微公交”解决“最后一公里”

## 城市治堵在行动

本报讯(记者张燕 通讯员毛敏尔)“听说要开通从小区到轨道站点的接驳公交,那以后上班方便多了。”昨天下午,市民沈先生对即将于5日开通的“微1”公交线路充满了期待。据悉,这是我市首次尝试公共交通微循环,来解决居民通勤从小区到轨道的“最后一公里”。

随着轨道交通十字架构成形,轨道交通的快捷性、舒适性受到市民喜爱。

然而,毕竟轨道出口有限,不在轨道附近的居民乘坐地铁还需要走一段路。“我家住在西堤阳光小区,上班在天一广场附近,现在附近有了轨道1号线,但从小区到最近的芦港站距离是1.2公里,多少有些不方便。”沈先生说,虽然坐上地铁只要15分钟就能到天一广场,但从家走到地铁站却需要20分钟,所以他经常选择自驾车出行。

“微1”公交线路的出现,将解决很多像沈先生一样的市民上下班坐地铁的“最后一公里”。据了解,“微1”线目前只在法定工作日的上下班高峰时段(6:00-9:00, 15:30-18:30)运

行,设置关爱小区、宋家漕、晴园、华生草艺、万盛实业、新吕、大红鹰学院、学院路、公安汽校、新桥、徐家漕、关爱小区、晴园、水岸花园、罗曼风情、西堤阳光等小区以及大红鹰学院,不少小区距离地铁站1公里左右;“微1”公交线路同时连接轨道交通芦港站和徐家漕站,整个环线运营时长20分钟,这意味着大多数市民坐上“微1”公交后在十分钟内可接驳轨道交通。

“微公交”线路短,灵活性强,就

像“毛细血管”一样为轨道“主动脉”输送客源,将地铁和小区连成一体,大大改善轨道附近居民的出行条件。

需要提醒的是,因包家路至新园路段目前尚处施工状态,“微1”线自新辟之日起,其线路会有所改变;中山西路后临时改走包家路、徐家漕、新园路进出徐家漕始发站,临时撤销徐家漕长乐停靠站,临时增设阳光天地(关爱小区)停靠站。另外,为鼓励市民绿色出行,在开通的一段时间内只要乘坐“微1”到轨道站的乘客,上车后还能有机会得到一张免费地铁换乘券。

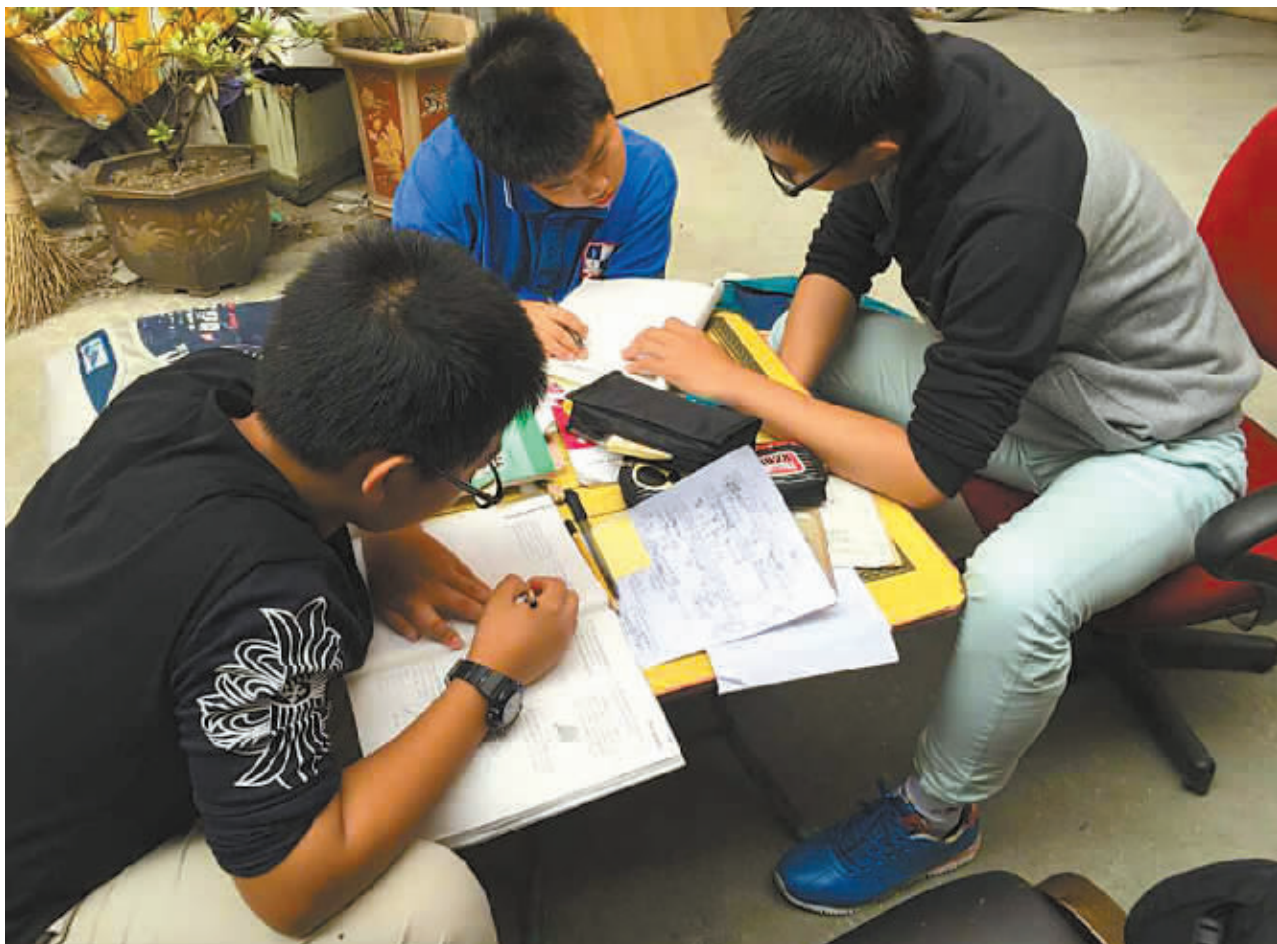
## 海曙今年新增51个公共自行车点位

本报讯(记者单玉紫 通讯员张立 蔡晓华)日前,记者从海曙区城管局了解到,作为2015年海曙区民生实事工程之一的公共自行车点位建设已基本完成,全区共新增51个服务网点,投放公共自行车1600余辆,解决了周边居民出行的“最后一公里”。

此次公共自行车覆盖面较广,充分考虑了各群体的实际需求。望春街道的汇景新苑、段塘街道的雅戈尔新村等地理位置较为偏僻的小区,以及宁波火车站、月湖菜场、南塘公园、宁波实验学校和新建商场等都有布点。其中,轨道交通2号线一期接驳网点新增8个公共自行车点位,新增公共自行车290辆,进一步完善了“地铁+公共自行车(公交)”的换乘网络,方便市民绿色出行。

今年年初,海曙区城管局联合相关部门逐个网点踏勘,听取了居民的意见,优化网点布局。7月下旬,公共自行车基础建设工程正式启动。施工内容涉及电力管道、中控台及锁止器的开挖与修复,相关部门的各项配套设施的投入、安置、调试也适时同步实施。

经过3年时间的统筹建设,海曙区目前已形成了一个拥有229个点位,6200余辆自行车规模的公共自行车系统,在极大方便市民出行的同时,也有效缓解了中心城区道路拥堵状况。



## 我来帮帮你!

近日,宁大科技学院的学生志愿者们来到江北百合社区。据了解,为了让外来务工人员子女可以学得更快更好,来自该院信工青志曙光支教大队的志愿者们为孩子们精心准备了各类有针对性的课程,进行一对一的辅导。

(应超燕 周琼 摄)

# 今年每料膏方预计上涨400元

### 名中医建言,膏方并非越贵越好,量身定制,对症下药最好

□本报记者 蒋炜宁 通讯员 刘扬 余毅

寒冬将至,甬城掀起膏方热。昨天,市中医院、海曙区中医院、鄞州人民医院推出预约膏方服务,这三家医院的咨询现场人头攒动。仅市中医院一上午就预约了近300料膏方。近年来,膏方量以每年15%的幅度递增,单料膏方的价格逐步攀升,吃膏方的人群也越来越庞大。对此,专家说,膏方并非越贵越好,量体裁衣,对症下药最好。

一位长年从事药材经销的业内人士说,随着膏方的热度攀升,每年膏方的收入绝对不少,不少医院、中医会所、药店的重中之重,有的能占到某些药店年收入的四分之一。

记者经多方了解,除这两家中医院外,市第一医院、钟益寿堂、新城中医会馆等一些社区医院也打出膏方牌,进一步助推了甬城膏方热。

## 谁是膏方消费主力军 30岁至49岁人群是主力

昨天,市中医院统计了最近三年膏方的消费人群,发现以30岁至60岁的人群居多,其中又以30岁至34岁的白领占10.2%,30岁至39岁占20%,40岁至49岁占19%。按病种来分,以体虚、亚健康健康状态为主,占近四分之三。去年该院共开出3500料膏方,其中女性略多于男性。

海曙区中医院院长余瑞英说,来该院开膏方的以慢性病患者和亚健康人群居多,不同年龄段均有,男女均半,气血虚弱、肝肾亏虚的慢性病患者占一半。此外,还有精神紧张,脑力透支,免疫力差的亚健康人群以及内

分泌紊乱的更年期女性患者及产后体虚的女性患者。

膏方也成为一些金融行业回馈客户的一个途径。去年曾有一家银行至海曙区中医院预定100料精品膏方,要求名中医处方,每料价格在二三千元之间。

## 膏方一定要对症下药 小儿膏方必须4周岁以上

这些儿童膏方量上升。去年市中医院开出200料小儿膏方,海曙区中医院开出100料,价格均在500至1000元之间。

甬上儿科名中医董幼祺说,只有年满4周岁的小儿,若经常反复感冒、咳嗽哮喘、脾胃虚弱、营养不良、发育缓慢等才适合通过膏方进补。海曙区中医院副主任中医师仇艳也持相同观点,去年以来该院开膏方的孩子以厌食、消瘦、过敏性鼻炎、肾病、汗症、遗尿、贫血、多动症、性早熟的患者居多。

董幼祺建议,儿童膏方宜晚上入睡前服用,有利吸收。仇艳说,儿童脏气轻灵,绝对不能盲目滥补,用药要轻灵,药性味平和和不滋腻。疗程宜短不宜长期服用。

去年上万元一料的膏方盛行甬城;

曾有网购膏方吃出病的案例发生。对此,专家说,膏方必须根据每个人不同体质量身定制,并非越贵越好。为图省事省钱,网上求购成品膏方或者在家自行制作膏方,是很不科学的做法。

市中医院主任中医师楼凯凌说,每料膏方最难的是体质辨识,然后对症下药,还得药材地道,精心炮制。

# “双十一”甬城快件量 将比去年同期增长4成以上

### 单日最高处理量将突破600万件

本报讯(记者董娜 通讯员王凉)一年一度的“双十一”购物狂欢节即将拉开帷幕。笔者昨日从市邮政行业旺季服务保障工作会议上了解到,今年“双十一”期间,全市快递企业快件业务量预计将超2400万件,比去年同期增长4成以上,快递最高日处理量将突破600万件。

据市邮政管理局相关负责人介绍,今年快递业务旺季长达94天,主要集中在“双十一”“双十二”电商促销期和圣诞节,以及2016年元旦

和春节(2月8日)前夕。其中,“双十一”期间(11月11日至16日)将出现旺季峰值。

为应对激增的业务量,我市主要品牌快递企业在安排分拣场地、收派人员、运输车辆等方面已提前做好协调准备。据悉,本月11日至20日,市邮政管理局将对各快递企业宁波中转部实行“每日一报”,动态掌握企业揽收、投递数据监控积压、滚存情况。相关负责人建议广大市民理性消费,尽量错峰使用快递业务,避免给日常生活带来影响。

# 声动金秋·绽放梦想 “江东好声音”总决赛落幕

本报讯(记者王博 通讯员胡勇 王正栋)昨晚,宁波文化广场热闹非凡。江东区第十届“韵升杯”社区文化艺术节系列活动——2015“声动金秋·绽放梦想”江东好声音总决赛隆重上演。

“江东好声音”活动由江东区文化广电新闻出版局联合东郊街道联合举办,以“打造草根文化、选拔草根明星”为主旨,旨在深化推进中国梦主题宣传教育工作,为社区群众提供展现才艺的舞台,为音乐爱好者搭建展现梦想的平台,用旋律谱出辉煌,自己的舞台自己秀,亮出好声音,展现社区群众的风采。

“江东好声音”活动自8月启动以来,有100多名居民参加了海选,通过两场复赛,评选出入围总决赛的10

位选手。

舞台上的参赛选手都是真正的草根明星。比如这次入围总决赛的苏浩,是来自温州的务工人员,在宁波开元大酒店做前台领班,他说:“唱歌不是我的职业,但已经成为我生命的一部分。开心时会唱歌,烦恼时会唱歌,歌唱带给我无尽的欢乐!”



图为决赛现场。(胡勇 摄)

# 屠呦呦的名字宁波老话怎么念?

## 三哥演義

一位85岁的老人,获得诺贝尔奖却波澜不惊、淡泊名利,值得我们点赞。对于这位饱经沧桑的老人来说,获不获诺奖,确实称不上是小事,关键是自己所研制的“神药”能够抚平苍生苦痛。这就是我们从各种媒体上

看到的屠呦呦先生。

许多人都说宁波是培养国家人才的沃土,滋养着知书达礼、崇文重义的宁波人。如今,宁波人拿了让世界瞩目、令中国骄傲的奖。这一期《三哥演義》,我们就是要“高调”一回——希望教会更多人用宁波老话读“屠呦呦”,希望宁波人走到哪里都可以“咚咚响”。今天上午10时,登录中国宁波网宁波微视栏目,敬请期待。(余晓辰)

【紧接第1版】各级党委(党组)要从政治和全局的高度,充分认识学习贯彻《准则》和《条例》的重要意义,切实增强政治责任感和历史使命感,以对党的事业和党员、干部高度负责的精神,自觉把严守政治纪律和政治规矩放在首位,严格按照这两部党内法规办事,为宁波跻身全国大城市第一方阵提供坚强纪律保证。

通知要求,要全面准确把握《准则》和《条例》的精神实质。这两部党内法规是对党章规定的具体化,是进一步扎紧管党治党制度笼子的利器,是依规管党和依法治党的有机结合,是每个党员做人干事的基本行为规则,要切实增强党章党规党纪意识,正确对待和处理公与私、廉与腐、俭与奢、苦与乐的关系,树立高尚道德情操,严明党的纪律戒尺,严格遵守党的政治纪律、组织纪律、廉洁纪律、群众纪律、工作纪律和生活纪律,永葆共产党人清正廉洁的政治本色。

通知要求,要抓好《准则》和《条例》的贯彻落实。各级党委(党组)要把《准则》和《条例》的学习宣传和贯彻工作作为一项重要政治任务,结合本地区本部门实际,制定具体的学习宣传方案。要注重融会贯通,抓好学习培训,通过学习研讨、评论解读、案例剖析、警示教育等多种形式,使广大党员特别是党员领导干部入脑入心。各级党委(党组)和纪委(纪检组)要加强日常监督和专项检查,督促两部党内法规的贯彻落实,坚决纠正随意变通、随意规避、无视制度等现象。

## 恒涛海鲜和菜馆

吃海鲜大餐到宁波知名品牌 恒涛海鲜和菜馆,开业为11月7日!晚餐开始!

营业时间:10:00 凌晨2:00(16小时连续营业)

恒涛和菜馆

现蒸现吃 原汁原味

地址:南滨西街208号 电话:17706608572

餐馆推荐套餐!

开业期间598元/套!

供10位享用!

生活优惠通

唐风采假发专业机构

头发稀少变密 增发速白发 免费增发体验

18年专业增发

全国60分店

电话: 0574-28813806 网址: www.tangfai.com

地址: 宁波市鄞州区天童北路1501号(原世纪大厦北楼303室) (万达广场旁边)

有时间当志愿者 有困难找志愿者

宁波市文明办

CHINA COAT 2015

第二十届中国国际涂料展

SFCHINA 2015

第二十八届中国国际表面涂装展

2015年11月18-20日 · 上海

## 参观国际大展 紧贴行业发展!

倒计时 2周

电话: 021 4130 4989 / 5877 7880 邮箱: shgwgw@exposite.com

1区 涂料产品

2区 涂装产品

3区 涂装材料

4区 UV/EB 固化技术及应用

5区 涂装设备

6区 涂装工程

7区 涂装材料

7A区 涂装材料

8区 涂装材料

8A区 涂装材料

● 十大展区,覆盖整个生产涂料、油漆及表面处理产业链

● 30多个国家地区1,300多家展商参展

● 90+场技术交流,欢迎参与

● 总展出面积 85,000 平方米

凭海报 免费换领入场券一张

一人一票 复印无效

www.chinacoat.net www.sfchina.net