

不用“抢”，菜“天天就在那里” 菜市场货多价平回归“平静”

本报记者 张正伟

昨天傍晚5点，家住江东划船社区的沈阿姨来到三江超市华严店，围着生鲜区转了几圈，最后挑选了几扎新鲜的青菜和芹菜，回家做饭了。

同样的时间，同样的地点，两天前，沈阿姨小区的姐妹们，可不像她这样笃悠悠地买菜：青菜刚补上柜台，一群人立即挤上去，也不看是大青菜还是小青菜，胶带扎着的还是散放的，抢到“照单全收”。

由于担心雨雪冰冻天货源紧张，市民们前两天争相到超市菜市场买菜，但昨天开始，无论是超市，还是菜市场，一下子又回归了“平静”。因为，许多人发现市场上货源充足，不用“抢”，菜“天天就在那里”。

记者赶到三江超市华严店时，正是下班高峰，只见超市下午二次配送的大白菜和青菜早早摆上了柜台，加上五号菜、油菜、韭菜，整个一片绿油油，让人难以想像前两天叶菜还是“抢手货”。店长小章介绍，有了前两天的经验，昨天



昨天，市民买菜“淡定”了许多。(殷聪 摄)

大白菜和青菜的采购量分别增加到1000公斤、400公斤，是平时的两倍多，而且上午、下午“两配”，

保证不断货。此外，超市里还有红薯、土豆、芋头、南瓜等耐储的根茎类菜品，加起来有100多种。

昨天，偌大的生鲜区有五六六个顾客在买菜，一番“挑三拣四”，才把几棵大白菜、卷心菜放在篮子里。“我们这个店的顾客群以周边的中老年人为主，他们买菜讲究早，现在人不多，估计晚上也不会多到哪去。”小章说，前两天傍晚可不是这样，最多时一下子涌进100人。

前几天，由于突发性囤购，一些菜品价格上涨。为了平抑物价，市商务委发动相关批零单位增加供应的同时，还要求市区平价供应点严格执行政策，保证菜价“亲民”。昨天傍晚6点多，记者在M6贺丞店，看到“买菜篮子平价专享”区摆放着土豆、芋头、白萝卜、甘蓝菜、青菜、洋葱、生姜等20多种菜品，明码标价，像青菜、土豆、白萝卜等蔬菜零售价每公斤分别为10.76元、7.56元、5.76元，与贴在墙上的物价部门指导价一致。

昨晚8点，记者从市蔬菜批发市场得知：市场昨天上市蔬菜2000吨，与前天的3791吨“纪录”相比，明显回落。

转、打滑，如果是雪地中行驶建议手动挡用2挡起步，自动挡利用雪地模式。二、行车要缓。在行车过程中，如果路面结冰，驾驶员应避免频繁变更车道，避免急加速急减速，应该缓慢平稳加油门，与前车要保持足够的安全距离，而且在雪地中一定不要空挡驾驶。三、转弯要慢。进入弯道前应适当减速，避免弯道中刹车，以免发生侧滑。转弯或并道应提前打转向灯。四、制动要柔。湿滑路面上要提早制动，为人员和制动系统留足足够的反应时间；制动时要缓踩制动踏板，防止车轮抱死。

另外，交警部门再次提醒广大驾驶员，现在部分山区道路因大面积积雪已被封道，为安全着想，近日尽量不要驱车进山。

“三高”患者要及时检测血糖、血压和血脂，若有异常，及时采取措施，多进食新鲜的瓜果蔬菜，情绪不要激动。

市疾控中心在寒潮防病建议中建议市民，剧烈的气候变化容易引起关节疾病的急性发作，出现关节局部红肿，有痛、热、无力、运动障碍等感觉，因此关节类疾病的患者，要及时根据天气变化，做好预防。有慢性腰腿痛的患者，应坚持锻炼，这样能提升环境异常变化时对慢性疼痛疾病的防御力，减缓病情发展甚至促进疼痛的康复。比如在睡前下肢抬高，早上四肢活动约10分钟再下床，腰痛者试着多做侧弯身、腰部叩击、摸脚。

量仅维持在100单位左右，每天正常临床血液供应缺口很大，一旦需要应对重大突发性患者急诊抢救，用血压力会非常大。

希望广大健康适龄人群在方便时能到各献血屋(车)参加无偿献血，伸出爱的臂膀，实现爱的奉献。

市中心血站也呼吁广大爱心团体能积极加入无偿献血行列。如有意愿请与市中心血站联系，联系电话：87848410。

畜禽防寒保暖工作，加强饲养管理，合理配置畜禽日粮，提前做好饲料、消毒药水、电线、供暖设施等防寒抗冻必备物资储备工作。7、要加强农机装备的停放、防冻和维护保养管理，保障农机安全。8、养殖场(户)要添置红外线灯等取暖保暖设备，对开放式的畜舍要加盖塑料薄膜，四周用塑料布或者彩条布围上，或者挂上草帘，关闭门窗，防止寒风入侵；保育舍可用人工加温方式，但要注意防火和畜舍内的通风换气。9、在大雪冰冻灾害天气期间，天气变化大，温度低，畜禽抵抗力降低，极易引起病毒性疫病的发生蔓延，各畜禽养殖场(户)要密切关注本场和周边场(户)的动物疫情，加强疫情巡查。10、要对病死畜禽实行无害化处理，注意在销售和运输过程中防止疫病传播，防止外疫传入和重大动物疫情发生。

(厉晓杭 整理)

宁波电网主干 输电线路运行平稳

本报讯(记者冯璋 通讯员唐瑾瑾 马顶玲)宁波供电公司发布消息，截至昨晚，宁波电网10千伏及以上主干输电线路运行平稳，未出现线路倒杆、断线等情况。1条10千伏分支线路正在全力抢修中，受此影响近600户用户停电，涉及区域为余姚陆埠山区杜徐村、孔岙村、蒋岙村、洪山村。

从前天早晨至昨天15时，因积雪压线等原因，累计造成

10千伏分支线路跳闸7条次，余姚四明山镇梨洲村和陆埠镇蒋岙村等区域用电受到影响。昨天7时50分，10千伏兰山C502线上岗支线因故障跳闸，国网余姚供电公司陆埠供电所运检班赶往抢修。5个小时后，线路恢复正常供电。

据悉，截至昨晚余姚供电公司累计出动抢修人员186人次、抢修车辆36台次，全力投入抢修，已恢复送电10千伏分支线路6条。

江北四大“菜篮子”基地 做好商品调用准备

本报讯(记者徐欣 江北记者站吴红波 通讯员王瑜)记者昨日获悉，为应对强寒潮带来的影响，作为我市“菜篮子”主要供应地，江北区有关部门通过建立组织保障机制，增加粮油蔬果食品和生活必需品应急储备，加强市场价格监测等措施，积极做好“菜篮子”保障工作。

为进一步做好寒潮期间的应

急保障，江北区商务局还联系了70余家商贸企业，要求各企业做好粮油、饮用水、猪肉等生活必需品的应急供应工作，保障市场需求。同时，走访联系江北绿荟现代农业专业合作社等4个“菜篮子”基地，一方面让其提前做好防冻措施，减少雨雪冰冻对蔬菜造成的损失，另一方面，做好“菜篮子”商品市级调用的准备工作，保障市民能吃上新鲜蔬菜。

交通事故多发

交警提醒雨雪天行车“四要”

本报讯(记者陈飞 通讯员董力军 张东琴)连日来，雨雪天气给我市交通安全造成较大压力，据鄞州交警大队指挥中心指挥长姚红军介绍，1月21日和22日，鄞州辖区每天发生大小交通事故600余起，同比上升近两成。事故原因主要是驾驶员紧急避险能力不强，车速过快或未与前车保持足够的安全间距。

1月22日6时40分许，四川

籍驾驶人李某驾驶一辆银灰色东风轿车沿广德湖北路由南往北方向行驶，行至四明西路路口时，为避免让一辆自东向西闯红灯过路口的电动车，李某急踩刹车制动，由于路面湿滑车速较快，致使车辆侧翻在马路中间的花坛上，所幸该起事故未造成人员伤亡。

这两天，在章水镇和龙观乡的山区也发生了几起因冰雪路面打滑而造成的交通事故，而且都

是在弯道处发生的，主要是因为驾驶员在过弯道时没有提前减速，结果当转弯时发现对向车道有车辆过来，赶紧急刹而导致车辆打滑。

据交警介绍，雨雪天气路面湿滑，汽车轮胎在湿滑的地面抓地力会变差，刹车力会随之减弱且容易侧滑。交警总结了雨雪天行车“四要”措施：一、起步要稳。起步缓加油门，可以防止车轮空

医生为您支招

小心些，躲过“寒潮病”

本报讯(记者蒋炜宁)每次气温骤变，各大医院的门诊量会快速上升。大寒潮来了，这些天甬城各大医院里呼吸道疾病、心脑血管疾病以及一氧化碳中毒的患者多了起来。怎样安全度过这次寒潮呢？昨天，各家医院医生纷纷支招。

寒潮病，就是因为气温迅速降低，诱发或引发的各种疾病症状，包括呼吸道系统疾病、心脑血管疾

病等，比如感冒、扁桃体炎、肺炎、心肌梗死、脑血栓等，严重的还可能有生命危险。

市疾控中心发布的寒潮防病建议就有一段解释，寒潮所导致的暴冷气候会使空气的温度显著降低，所以发生感冒和流感的几率都会增加。医生建议不要一有呼吸道感染症状就跑医院就诊，可先在家观察一天，若第二天仍不见好转并伴有

发热症状，再到医院进一步检查。

“治病不如防病！”医生提醒做好保暖，一条大围巾和一个口罩就能起到四两拨千斤的作用。颈部是气管和血管集中区域，围巾能保暖，口罩能挡住病毒入侵。

尽量不要在早晚低温时出门。若要出门尽量结伴而行。万一有意外发生，能及时救助。运动应以稍微出汗为宜，控制运动量。一些

本市A型和O型血库存已出现紧缺

寒潮来袭，等您为爱举手

本报讯(记者蒋炜宁 通讯员林柱洲)受近期连续阴雨和强冷空气影响，我市街头和团体献血人数持续减少，临床用血需求量远远大

于血液采集量，市中心血站的血液库存数量骤降，各血型红细胞库存均低于正常值，尤其是A型和O型血库存已出现紧缺。

正常情况下，市中心血站平均每天需供应300余单位红细胞才能满足医疗机构需求。但是，受近期恶劣天气影响，全市平均每天献血

低温冰冻灾害防御指南

根据市气象台预报，未来几天我市将有严重的低温冰冻天气，最低气温或接近历史最低值。这将对正常的生产生活产生影响。笔者为大家整理了防御指南。

普通市民：

1、出行注意携带足够防寒衣物，并携带伞具；2、尽量多吃些高热量食物和热饮，有助于御寒；3、裸手不要接触金属物体，防止冻伤，加强膝关节、肘关节、腕关节和踝关节等部位的保暖防护；4、老年人耐寒能力差，应特别注意腿脚保暖，避免久坐，经常站立活动、跺脚、搓手等促进血液循环；5、使用热水器、燃气灶具之

前应闻闻有无煤气味，确定是否漏气，防止一氧化碳中毒；6、机场、高速公路、轮渡码头可能会停航或封闭，居民出行前要及时收听、收看气象部门发布的暴雨预警信息，以便根据需要取消和调整出行计划；7、如在危旧房屋，要及时撤出；8、非机动车应给轮胎少量放气，以增加轮胎与路面的摩擦力；9、如果被积雪围困，要尽快拨打110、119等求救电话，积极寻求救援；10、如果积雪过深，应及时清扫屋顶和棚架等易被雪压的搭建物，积极配合相关部门做好清扫道路积雪工作，主动清扫自家或单位附近道路和屋顶上的积雪。

农业：

1、突击清理沟渠，确保排水通畅，避免渍害和冻害。2、抓紧时间抢收蔬菜，进仓暂时贮存，分批上市。3、突击抓好加固棚室、覆盖保温和积雪清除工作，尤其是简易旧钢棚和毛竹大棚，大棚作物要关严棚门、拉紧压膜带，采用大棚套中棚、小拱棚等多层覆盖保温。夜间在拱棚外加盖无纺布、草帘等保温材料。4、尚未播种或移栽的大棚茄果类、瓜类等作物要适当推迟到极端天气过后，抢“冷尾暖头”播种或定植。5、露地作物可通过根部培土、浮面覆盖稻草、遮阳网等方式防冻。6、抓紧做好

余姚山区干群联手 除积雪保道路畅通

本报讯(记者黄剑跃 余姚记者站谢敏军 通讯员王永春)连日降雪后，余姚四明山区部分地方的积雪已经超过20厘米，不少乡镇通村道路交通受阻，四明山镇、梁弄镇、大岚镇、鹿亭乡等乡镇的镇村党员干部和村民纷纷行动起来，联手除雪保畅通。

四明山镇在20日晚上就开始降雪，到昨天上午通往各村70多公里路段积雪在15厘米左右。

早上6点左右，四明山镇出动30多人，动用两台机械及30吨融雪剂，人工机械一齐撒盐、除冰、铲雪，尽量使主要道路保持畅通。

记者还了解到，余姚市交通部门前天起安排3台滚刷车前往山区，在浒溪线钱库岭至奉化段、李俞线大岚路段、梨白线、密北线等山区公路除雪作业，在保证完成自身工作的前提下，顺便对梁弄镇上马村、陆埠镇石溪村等村级积雪道路进行清扫。

北仑社工给水管穿“棉衣”



昨天，北仑梅山街道江梅社区工作人员在走访检查的过程中，发现绿岛新城小区内，大多数老年人居住的地方，水管多安装在室外。为了避免室外表和水管爆裂给居民带来诸多不便，社区干部和社区老年党员志愿者一同拿着旧衣物、袋子等物品，给居民家裸露在室外的水管水表“穿棉衣”，做好防寒防冻工作。(卢丽江 沈琼云 厉晓杭 摄)

鄞州章水一村民嫁女 铲雪车两次上路扫雪

本报讯(记者朱军备 通讯员孙赞)“丁镇长，今天中午我们赤水有一户村民的女儿要出嫁，昨日下午了一夜的雪，现在路上雪太厚了，接新娘的车队恐怕开不上来，急煞人了！”22日一大早赤水村村主任徐德宝就匆匆地拨通了章水镇城建副镇长丁迪辉的手机。

昨天是赤水村徐善峰的女儿徐家敬大喜的日子，连日降雪，赤水村积雪较深的地方已有20厘米。

得知这一情况后，章水镇干部马上与石碶公路管理所取得联系，调拨了铲雪车，对大皎至赤水段的公路进行破冰铲雪作业，优先为这对新人开辟出一条进山

道路。早上8时30分，铲雪车开进山区，进行破冰铲雪工作。经过一小时的作业，到9时30分，铲雪车已开辟出一条清晰的道路。10时30分，几辆婚车打着双跳灯小心翼翼地开了赤水村，亲朋好友欢呼“新郎来了，新郎来了！”鞭炮在漫天的飞雪中炸响，浪漫而热烈。

按当地的婚俗，女方亲朋好友和前来迎亲的新郎共进午餐，晚上再到新郎工作单位地北仑小港举办婚礼。

中午，大雪还在飘洒，原来清扫出的道路又积起了雪。12时30分，铲雪车再次来到大皎至赤水段公路上，重新铲了一遍，以确保婚车下山顺畅。