

# 余姚76岁老党员跳河救人

**培育和践行  
社会主义核心价值观**

本报讯(余姚记者站谢敏军 记者黄程)余姚河姆渡76岁老人赵月庭跳河救起落水的小女孩,自己却受了伤,但他毫无怨言,说“这是做人的道德”。朴实的话语让人感动不已。  
9月8日上午,河姆渡镇芦山

寺村76岁的退休职工赵月庭从田间除虫回来,在自家附近的河埠头清洗喷雾器时,发现约50米远的河中心有一个水花。当时,赵月庭以为是一条鱼,他一边清洗喷雾器,一边观察着那个水花,大约一分钟后,那个水花不见了。

于是,赵月庭拿着喷雾器走了过去。走到有水花的河边仔细一看,他发现水面上漂着一片头发,不好,是小女孩落水了。在这紧要关头,赵月庭顾不

上自己年老体弱,纵身跳入3米多深的河水中,先抓住了小女孩的头发,然后凭借着自己的游泳技术,把小女孩从水中托起,游到岸边。

赵大爷回忆说,小女孩被救起后,已经没了知觉,“如果送医院恐怕来不及了,只能先采取急救措施了,几分钟后,小女孩终于发出了微弱的声音。”

赵月庭救人的过程,被同村的一名妇女看得一清二楚。小女孩得救后,其家人万分感激,曾

多次带着香烟水果等礼品上门拜访赵月庭,但被赵月庭夫妇婉言谢绝。

据了解,赵月庭是从余姚广电系统退休的一名共产党员,已有54年的党龄,在这次救人的过程中,自己的脚底还被河水中的石片划出了一道深深的痕迹,鲜血直流,在抱着小女孩上岸时又摔了一跤,可他未有一句怨言。在接受采访时,他说的最多的一句话就是:“这是做人的道德,换作其他人也会这么做的。”



## 少儿模特演绎老宁波

前天下午,宁波国家高新区少儿模特大赛在市青少年宫新发展中心开赛,来自高新区15所小学、幼儿园的112名小模特参加了比赛。本次大赛以“老宁波的记忆·新宁波的畅想”为主题,通过对老宁波元素的演绎,提升少年儿童对宁波优秀传统文化的了解。(丁安 项晓婷 摄)

# 打了十几小时麻将,双腿“变形”

### 医生提醒:避免久坐,多喝水多运动

本报讯(记者陈敏 通讯员李俐 牟家金)程先生怎么也没想到,因为连续搓麻将十多个小时,导致血管堵塞双腿严重“变形”。

日前,程先生与几个发小到棋牌室打麻将。从下午3时许到第二天早上7时许,他除了吃饭、上厕所,几乎没离开过麻将桌。由于“战况”激烈,程先生水也很少喝。早上8时许,程先生感觉双腿有些不适,以为是坐久了

腿发麻就未在意,回到家倒头就睡。上午11时多,程先生的小腿阵阵胀痛,他便来到113医院诊治。

接诊的普外科王梦炎主任挽起程先生的裤腿后,发现他双腿肿胀异常,左小腿明显比右小腿大了一圈,手摸上去硬邦邦的。B超检查结果:血管堵塞,需立即住院治疗。

据王医生介绍,血管堵塞的患者,95%以上是办公室白领。程

先生的病情就是久坐、喝水少、没运动导致血管堵塞。幸运的是,程先生到医院诊治及时,没有留下后遗症。

王医生提醒,久坐,百弊而无一利,不仅会危害结肠、颈部、腰椎,还会危害胰腺、心脏等。有效避免久坐的伤害,要做好以下5点:适当运动,连续工作一到两小时,站起来适当扭扭腰、转转脖子,有条件最好能到户外走一走,做一做扩胸运动,

休息10分钟左右再工作;保持正确坐姿,尽量将腰背紧贴并倚靠椅背,以降低腰腿部的肌肉疲劳,少跷二郎腿,肩部放松;垫个坐垫,在椅子上摆个类似救生圈的减压坐垫,中空设计的坐垫,能分散尾椎骨及臀部的压力;多吃海藻、根茎类食物,这类植物可促进肠道蠕动,增强消化功能;多喝水,喝水排尿可冲洗膀胱和尿道,有助于细菌排出。



## “妙笔书生”新书发售

昨日,作家邹元辉长篇历史小说《水师管带》首发暨捐赠仪式在宁波书城举行。

邹元辉原本是中国石化镇海炼化分公司职工,拥有“妙笔书生”的美名,著有长篇历史小说《雄镇海战》。本次新著长篇历史小说《水师管带》以十九世纪末

出生于宁波镇海贵岙桥的贝锦泉的成长奋斗史为背景,以打击东海盗匪护卫商船及制造第一艘中国战舰御敌卫国为主线,通过宁波商人自筹经费,买轮船击盗御敌等情节,刻画了他们“敢为天下先”的精神。

(记者 崔引 摄)

## 班夫山地电影节“宁波特别单元”开幕

本报讯(记者南华 通讯员史碧骅)昨晚7时,为期9天的2016宁波户外跳计划暨班夫山地电影节“宁波特别单元”在宁波文化广场万人广场开幕。

班夫山地电影节是全球最著名的户外运动电影节,同时,它还是一个纪录片电影节和独立电影节,至今已在全球40来个国家和地区巡回展映,电影类型也由探险类不断扩张到了极限运动、自然探索和人文纪录等,被誉为“户外电影奥斯卡”。

宁波文化广场已于去年国际短片电影节期间举办了“班夫特别单元”,为宁波观众提供了欣赏、了解户外极限运动的全新体验。今年10月15日至23日,班夫山地电影节“宁波特别单元”再次来到宁波文化广场,用影像展示户外运动的风采,带甬城市民领略大自然的奇绝壮美。“班夫宁波特别影展”将分班夫山地电影节、国际海洋电影节、热雪

映像节、磐石影展四个版块,在宁波文化广场CGV星聚汇影城展映《飞跃落基山》《攀岩霸王花》《冰岛攀冰三人组》《怒江春天》《非洲狂欢》《翼装飞侠》等近30场电影。

同时,一场盛大的户外嘉年华——由宁波文化广场与市体育总会联合主办的“2016宁波户外跳计划”活动也将在万人广场举行。活动期间,在万人广场的攀岩区,将有专业人工岩壁供爱好者体验,更有专业教练现场示范;在扁带区,可行走于固定在两点之间的扁带之上,以体验飞檐走壁的乐趣,更有“中国扁带第一人”张亮现场表演横渡后塘河;在长板区,则可体验由冲浪运动演变而成的长板运动;在小轮车区,可为那360度的精彩旋转而惊叹;在“空中芭蕾”蹦床区,还可体验纵身跳跃的快感,放飞疲惫的身心,展现最美的姿态。

## 10月17日至23日 高二高三学生 开启秋假模式

本报讯(记者蒋炜宁 通讯员柯桢桢)高中学业水平考试和高考选考科目考试前天拉开序幕,这是我省高考改革以来的第三次选考考试,考试将持续至10月16日。虽然考试很辛苦,但是紧张的考试过后,全市高二高三学生们将迎来秋假。

由于2016年下半年全省普通高中学考(选考)比去年提前了2周时间,我市对2016年下半年普通高中高二、高三年级的教学安排进行了相关调整。高二、高三年级

继续实行学段制,本次学考(选考)后,10月17日至23日休息,10月24日按新学段课程表上课。据悉,在不减少学生休息时间的的前提下,学校如有特殊情况确需另外调整教学时间的,须经主管教育行政部门同意后方可实施。

本次考试采取高三、高二同场考试。据宁波市教育考试院统计,我市有5.74万名考生参加,全市共设32个考点,1080个考场,报考人数比今年4月份学考选考多了2.93万人,近10万科次。

## 宁波邮路口岸 违禁植物屡屡闯关

本报讯(记者俞永均 通讯员周军)近日,宁波检验检疫局工作人员对从邮路口岸进境的泰国邮包进行查验时,发现约1公斤外来植物。经现场甄别鉴定,该邮包共有辣木籽13袋、蝶豆花6袋、茉莉花籽1袋和木墩1袋,均为泰国当地保健食用植物。目前,这些外来植物已被截留,送交实验室进一步检测鉴定后,将依法作销毁或者退运处理。

自今年6月宁波邮路口岸开检以来,植物被邮寄进境的情况时有发生,检验检疫部门已从进境邮包中连续截获东革阿里、玫瑰茄、月桂等外来保健食用植物。这些来自境外的植物,来源不清,状况不

明,存在外来物种入侵和传播病虫害的较大风险。如本次截获的辣木籽,原产于非洲,具有极强的繁殖能力,即使在极度干旱的恶劣环境中也能很好生长,有“极限植物之母”之称,并且具有很高的有害生物携带率,一旦未经检疫非法入境,将对国内农林生态环境造成较大威胁。

据统计,截至10月6日,经检验检疫通关的跨境邮包已达146.1万件,共截获种子种苗、多肉植物、海参、花胶、燕窝、羊角头母、酸奶、奶酪、蛋黄月饼等各类禁止邮寄进境物326批,检出南方根结线虫等外来有害生物8批次。

## 鄞州实现校园 法律顾问全覆盖

本报讯(记者蒋炜宁 通讯员薛丛川 周鸢)如何落实国家教育法律法规?如何确保学校更加依法办学?如何依法维护学校和师生的合法权益?昨天,记者从鄞州区教育局获悉,今年以来,鄞州区教育局全面推进中小学建立法律顾问制度,实现教育部门、镇乡(街道)教辅室、学校聘用法律顾问全覆盖。

据了解,鄞州区聘请校园法律顾问主要有三种方式。“一校一聘”模式:区属学校中的普高、职高和鄞州实验中学采用“一校一聘”模式。法律服务需求个性化较强、法律服务需求量较多的区属学校,按照合理配置的原则,自主选聘具有资质的执业律师或其他法律服务工作者作为本校的常年法律顾问;“组团合聘”模式:各镇乡(街道)所属中小学(幼儿园)采取组团模式,以镇乡(街道)教辅

室为主体,联合选聘执业律师或其他法律服务工作者担任法律顾问;“集中联聘”模式:区直属单位及鄞州实验幼儿园、特教中心采用集中联聘模式,由区教育局聘请。

受聘的法律顾问有多项职责。要参与起草、修改和审查学校(单位)规章制度和规范性文件,协助学校(单位)依法依规开展办学活动,对学校(单位)重要决策、重大事项进行风险评估或提供法律论证意见,协助起草和审查学校(单位)重大事项的相关法律文书;参与学校(单位)对外签订的各种合同、协议的拟定、审查,提出意见或建议;接受学校(单位)委托,参与学校(单位)有关法律问题谈判,代理学校(单位)诉讼、仲裁等活动,维护学校(单位)的合法权益;对学校防控、处理涉及师生伤害事故等各类法律纠纷提供事前合理化建议并参与处置等。

## 夜间更换止水带



12日凌晨,鄞州区城管局市政施工工人正在对机场高架东线(鄞县大道东下匝道旁主线至鄞县大道东上匝道旁主线)范围内的止水带进行更换。据悉,这是鄞州首次对高架路段进行夜间单向全封闭施工。

此次机场高架止水带更换计划工期8天,采取高架夜间单向全封闭施工,时间为23:00至次日5:00。

(通讯员 朱娟娟 记者 胡龙召 摄)

### 讣告

原宁波市园林管理处党总支书记、离休干部曹世贵同志,因病医治无效,于2016年10月14日21点逝世,享年84岁。

曹世贵同志遗体告别仪式定于2016年10月16日上午7时在江北区十方生命会馆举行。望各位亲友相互转告,联系电话:13705746930 13805883300(曹)

家属泣告  
2016年10月15日